

AFUP ^{Revista} TRIBUNA

ISSN 14-09-3057

Abril 2025

Nº. 96

Decisiones que Marcan Rumbo

Pág. 11



Asociación de Funcionarios Universitarios Pensionados

Asociación de Funcionarios Universitarios Pensionados (AFUP)

Tel.: 2225-2908

Apdo: 1553-2050 San Pedro de Montes de Oca

E-mail: info@afup.cr

Sitio web: www.afup.cr

 8703-4489

 AFUP.CR

ÍNDICE

Desde la Presidencia	3
Funeraria del Magisterio traslada sucursal en Cartago con innovaciones en el sector.....	4-5
Impermanencia	6-7
Representante de AFUP ante JUPEMA	8
JUPEMA presenta su Informe de Gestión 2024	9
Avanza la lucha por el descongelamiento de pensiones	10
AFUP 2025: Asamblea General entre decisiones clave y participación activa	11
Renovación de liderazgos en las siete filiales	12-13
De las Filiales	14-15-16-17-18-19-20-21
Nuevas Afiliaciones y Condolencias	22

Comité Editorial:

Carmen Vargas Chaves, Coordinadora
Mario Villalobos Matarrita
Mario Chaverri Soto

Colaboradora:

Francini Sandoval Campos

Diagramación y Pre-prensa:

Roy Artavia Gutiérrez

Impresión

Grupo Grafos Multiservicios SRL.
Tel: +506 8392.89.91



Funeraria del Magisterio traslada sucursal en Cartago con innovaciones en el sector

4



Impermanencia

6



AFUP 2025: Asamblea General entre decisiones clave y participación activa

11



Filiales

14

Algunos contenidos en esta revista son responsabilidad y criterio exclusivo de su autor; sus puntos de vista no necesariamente reflejan el pensamiento de AFUP.

Las imágenes utilizadas en esta revista son con fines únicamente ilustrativos.



Adalberto Villalobos Morales
Presidente de AFUP.

Al asumir el cargo de la Presidencia, externo en primer lugar mi agradecimiento a Dios por permitirnos disfrutar de nuestra jubilación, con la esperanza de que nuestro presente y nuestro futuro estén colmados de éxitos. Agradezco, asimismo, a toda la membresía, por su voto de confianza para desarrollar nuestra gestión al frente de la Junta Directiva.

Este año 2025 inicia un nuevo ciclo en la vida de esta gran familia, con nuevos retos y con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas asociadas.

Contaremos con una herramienta fundamental para llevar a cabo la gestión de la Asociación: el Plan Estratégico 2025-2030, que nos permitirá vislumbrar nuevos horizontes para el desarrollo de una AFUP más fuerte, de cara a las amenazas que el entorno podría plantearnos.

La defensa de los derechos y beneficios que hemos alcanzado a través de los años será una de las prioridades fundamentales de nuestro accionar.

Asumimos una gran responsabilidad, todos y cada uno de nosotros, los afiliados y afiliadas, para

lograr la implementación correcta de las acciones a realizar, que nos permitan mantenernos firmes en nuestro propósito.

La gestión que se pueda realizar en las correspondientes filiales será de suma importancia para concretar, de forma oportuna y efectiva, las diversas actividades que nos propongamos llevar a cabo.

Deseamos poder contar con el mismo apoyo que todas las personas asociadas mostraron en cada una de las actividades realizadas en períodos anteriores.

Debemos constituirnos en un gran equipo de trabajo, donde el desempeño de cada una de las piezas es muy importante, y su aporte deberá darse siempre con buena intención, para brindar nuestro mejor servicio a los demás.

Continuemos, entonces, trabajando por AFUP, en un ambiente cordial de servicio, respeto y hermandad.

Muchas gracias y bendiciones para ustedes y sus familias. ●

Funeraria del Magisterio traslada sucursal en Cartago con innovaciones en el sector



FUNERARIA*
DEL MAGISTERIO

- *La funeraria refuerza su compromiso con la comunidad al incorporar un columbario consagrado, una tienda conmemorativa y una póliza accesible, garantizando tranquilidad y respaldo en los momentos más difíciles.*
- *Con su nueva sucursal en Cartago, Funeraria del Magisterio moderniza sus servicios con innovación y accesibilidad, ofreciendo espacios diseñados para el confort de las familias en momentos de duelo.*

24 de marzo de 2025 –

La Funeraria del Magisterio trasladó su sucursal en Cartago con el propósito de ofrecer una experiencia innovadora, accesible y orientada al bienestar de las familias en momentos de duelo. Con una inversión estratégica, la empresa ha apostado por la modernización de sus instalaciones, incluyendo un nuevo columbario consagrado, una tienda especializada y amplias salas de velación diseñadas para el confort de los clientes.

La nueva sede, ubicada 150 metros al sur del INS de Cartago, frente al Gimnasio Apolo, cuenta con 367 metros cuadrados de edificaciones, dos bellas salas de velación: la Sala Morpho, con capacidad para 30 personas, y la Sala Monarca, que alberga hasta 50. “Sabemos que atravesar un duelo es difícil, por eso hemos diseñado cada espacio pensando en el bienestar de las familias dolientes y sus acompañantes”, expresó Zianny Morales, Gerente General de Funeraria del Magisterio.

Además, el edificio cumple con la Ley 7600 y dispone de un ascensor para garantizar accesibilidad a personas con discapacidad y un parqueo con capacidad para 20 vehículos, garantizando comodidad y accesibilidad para los visitantes

Se han incorporado nuevas áreas, como un lobby moderno, una tienda especializada con urnas, retratos, joyería, relicarios y otros artículos conmemorativos, que reflejan la esencia de quien partió, diseñados para honrar la memoria de los seres queridos. “Queremos que cada detalle ayude a las familias a mantener un vínculo especial con quienes han partido, brindando opciones que se adapten a sus sentimientos y necesidades”, agregó la gerente general.

También, la sucursal incorpora un elegante columbario, que permite personalizar cada nicho que hable de quién fue la persona en vida. “Todos tenemos una historia que contar, el columbario es una bonita forma de recordar quienes somos, con amor y respeto, aun



después de haber partido”. Este es un lugar consagrado según los requisitos de la Iglesia Católica, que permite preservar las cenizas de los seres queridos en un ambiente acogedor.

De acuerdo con Morales, este nuevo concepto responde al crecimiento en la demanda de servicios de cremación, que han pasado del 5% al 30% en los últimos años, según datos de Funeraria del Magisterio.

Crecimiento y accesibilidad para la comunidad

La gerente general de Funeraria del Magisterio destacó que la decisión de trasladar la sucursal responde a una estrategia de optimización operativa. “Comprar nuestro propio espacio nos ha permitido reducir costos de alquiler, de servicios públicos y mejorar la experiencia de nuestros clientes sin aumentar los precios”, explicó Morales.

El crecimiento de la funeraria en Cartago también ha impactado positivamente en el empleo, duplicando su planilla en la sucursal de Cartago, con la incorporación de nuevo personal. “El servicio funerario no solo se trata de infraestructura, sino del equipo humano que brinda acompañamiento y apoyo a las familias”, resaltó la gerente general.

Añadió que, para facilitar el acceso a sus servicios, la Funeraria del Magisterio ofrece una póliza autoexpedible que cubre hasta ocho personas, incluyendo dos mayores de 70 años, con primas mensuales desde los 1,212 colones. “Sabemos que muchas familias enfrentan dificultades económicas, por eso nuestro modelo ofrece tranquilidad y previsión, sin generar una pesada carga financiera”, explicó Morales.

Añadió que, “en momentos de pérdida, lo último que una familia necesita es preocuparse por asuntos financieros. Queremos ser un apoyo real, brindando seguridad y alivio a quienes nos confían la despedida de sus seres queridos”.

Este seguro, inscrito en la Superintendencia General de Seguros (SUGESE), garantiza la

cobertura de los servicios funerarios sin costos adicionales en el momento de necesidad.

Evolución de la industria funeraria

Morales comentó que el sector funerario ha evolucionado significativamente en los últimos años, integrando tendencias de hospitalidad y personalización. “En el caso de Funeraria del Magisterio, hemos tomado inspiración de la industria hotelera, joyería, organización de eventos, entre otros para transformar la experiencia funeraria, brindando espacios acogedores y servicios innovadores”, mencionó Morales.

La nueva sucursal de la Funeraria del Magisterio en Cartago representa un paso adelante en la modernización del sector, ofreciendo servicios accesibles, de alta calidad, certificada ISO 9001-2015.

“Nuestro compromiso es seguir evolucionando, innovando y acompañando a cada familia en este proceso con sensibilidad y profesionalismo”, concluyó la gerente general de Funeraria del Magisterio. ●



Zianny Morales Guevara, Gerente General de la Corporación de Servicios Múltiples del Magisterio Nacional.

Impermanencia

“Cambia lo superficial, cambia también lo profundo, cambia el modo de pensar, cambia todo en este mundo. Cambia el clima con los años, cambia el pastor su rebaño, y así como todo cambia, que yo cambie no es extraño.”

Julio Numhauser

Lic. Héctor Arce Aguilar, psicólogo JUPEMA

El compositor Julio Numhauser originó la canción Todo cambia, interpretada de manera excepcional por Mercedes Sosa, una canción bastante emotiva y que evoca el cambio como algo innato a la vida. El cambio es natural, y en todo lo que nos rodea podemos observarlo. Una gran certeza de la canción y la vida es que todo pasa; nada es para siempre.

La impermanencia es un concepto de diferentes culturas, religiones y filosofías; su esencia se centra en el cambio, entendiendo que nada dura para siempre. La impermanencia nos brinda la oportunidad de entender que la vida es efímera y que el universo se encuentra en un constante cambio.

En muchas ocasiones, pensar en este concepto podría generar miedo, ya que nos cuestiona nuestra propia existencia, y entender que nuestra vida también es fugaz puede crear ansiedad. No obstante, el concepto de muerte es importante e inherente a nuestra vida; en la medida que entendamos la muerte, adquiere más sentido nuestra vida.

La vida momentánea

Muchas veces vivimos pensando que las personas, los momentos, las cosas materiales y, en general, la vida son para siempre, pero, cuando nos detenemos y prestamos atención, nos damos cuenta de que todo cambia constantemente y lo que verdaderamente vivimos es pasajero. Esto, en lugar de hacernos sentir mal, más bien es un motivo para vivir una vida con más sentido.

Tal vez en su familia existe un lugar, un objeto, un mueble con cosas o algún bien que sea catalogado como un elemento para un momento especial, y normalmente se guarda tanto que pocas veces

se usa. Con el pasar del tiempo, puede llegar a suceder que sufren daños y deben deshacerse de ellos.

La vida está sucediendo en este momento. Muchas veces dejamos pasar conversaciones, tiempo de calidad, pensando que siempre existen nuevas oportunidades, pero en la vida las cosas se dan una única vez.

Ichigo ichie

“Una vez, un momento, una única oportunidad”: significado aproximado a la expresión japonesa Ichigo ichie, una frase proveniente de la ceremonia del té. Esto nos recuerda lo importante de estar en el aquí y en el ahora, vivir cada momento como único, sentir que el presente es una oportunidad y divagar nuestra mente en preocupaciones es desperdiciar todo lo que sucede en este instante.

Desde luego, la impermanencia, como fenómeno natural de la vida, nos vuelve más conscientes y nos invita a estar más presentes; por eso, cada momento se vuelve una oportunidad que nunca más se repite.

Observación

Si deseas entender la impermanencia de una mejor manera, te invito a que puedas realizar un ejercicio: simplemente mejora tu capacidad de observación e intenta ver en la naturaleza todos los cambios posibles. Si gustas, puedes hacer una lista de diez cosas que encuentres en tu entorno y cómo estas no permanecen constantes.

Y es que, en todo lo que nos rodea, la impermanencia está presente: el día, la noche, las olas del mar, la oruga, una flor, los ríos y hasta las personas.

Si te conviertes en un buen observador, puedes recibir una gran lección sobre la impermanencia y aprender a vivir una vida más atenta, centrada en el momento presente y disfrutando al máximo de todo lo que haces.

Apego

Cuando hablamos de la impermanencia, definitivamente tenemos también que dirigirnos a un concepto que muchas veces nos ata y nos lleva al sufrimiento. Nos referimos específicamente al apego, no aquel saludable que se genera a partir de un vínculo sano, como cuando nace un niño y existe un vínculo emocional con su madre, sino más bien al apego patológico, aquella idea de que las cosas nos pertenecen, siempre estarán con nosotros y que serán para siempre.

El apego, según algunas filosofías orientales, es la fuente del sufrimiento. Creer que todo permanece siempre igual es una distorsión cognitiva. Como ya lo mencionamos, todo se transforma y cambia; inclusive nuestro cuerpo y mente están en un constante proceso de envejecimiento, que es natural, pero implica cambio.

Cuando luchamos por aferrarnos a algo o alguien, a creer que las cosas deben seguir igual, pretender que la vida tiene que ser como yo creo que debería ser, es un apego poco saludable y me lleva a sentir dolor.

Cuando la mente procesa la impermanencia y lo observa como la única certeza de la vida, empezamos a fluir y a sentir una liberación que nos permite soltar y nunca aferrarnos a nada. Nada nos pertenece. Vivir la experiencia como una única oportunidad nos permite valorar y disfrutar más de la vida.

A continuación, podemos reflexionar sobre algunas estrategias que nos pueden orientar a vivir una vida plena, con bienestar y más consciente del momento presente. Estas estrategias nos ayudan a comprender lo que es la impermanencia y cómo llegar a liberarnos del apego.

El camino de la impermanencia:

1. **No te resistas al cambio:** En la vida todo es cambio, es la única certeza. La aceptación es el camino para que las cosas sucedan y la vida se transforme. Al cambiar, nuevas oportunidades empiezan a surgir; lo importante está en adaptarnos a esos cambios.
2. **Observa con atención:** La naturaleza, las personas y la vida misma te demuestran constantemente

la impermanencia, pero solo cuando estás atento y observas puedes recibir muchas lecciones que te enseñan sobre la transitoriedad de la vida.

3. **Libérate del apego:** Intenta liberarte de las ataduras del apego. Nada nos pertenece ni mucho menos dura para siempre. Cuando disfrutas de lo que tienes y vives con pasión cada momento, tu vida se transforma y empiezas a vivir en libertad.
4. **Aquí y ahora:** Entender que todo pasa y que nada es para siempre le da valor al momento presente. Al final, solo esto que estás haciendo, en este instante, es lo único real que sucede.
5. **Fluye y suelta:** No puedes ir contra la corriente, simplemente hay que adaptarse y seguir. La vida simplemente sucede y es como es, no como nosotros queremos que sea. Prepárate emocionalmente y mantén una actitud optimista para afrontar lo que pueda suceder.
6. **Evita la procrastinación:** Deja de aplazar las metas o proyectos. Pensar en lo que no has realizado te agota emocionalmente; además, nunca es mejor momento para hacer las cosas que el aquí y el ahora.
7. **Busca un estado de flow:** Un estado de flow se consigue cuando estamos totalmente concentrados en una actividad y sentimos una conexión plena. Al darnos cuenta de la impermanencia de la vida, empezamos a disfrutar de cada momento como un proceso único.
8. **Disfruta lo bueno y aprende de las dificultades:** En la vida todo pasa. Lo bueno se debe disfrutar, y los momentos difíciles –que de igual manera van a pasar– es importante vivirlos buscando un aprendizaje de lo sucedido.
9. **Encuentra tus propósitos:** No puedes avanzar sin propósitos. Cada día nos levantamos y es sumamente necesario saber para qué estamos aquí. Encontrar una intención cada día nos permite avanzar.
10. **Vive con sentido:** Los propósitos nos ayudan a darle sentido a nuestra existencia. Cuando tenemos o descubrimos nuestro sentido de vida, el bienestar se empieza a reflejar. Saber que somos seres transitorios nos brinda la oportunidad de dar un sentido a nuestra vida.

Vive cada día como si fuera el último; habla con esa persona amada como si fuera la última conversación; come tu comida favorita como si no volvieras a comer, y haz cada una de las cosas de la vida con atención plena, consciencia y entendiendo que nuestro paso en la vida es fugaz, impermanente. Pero, si encuentras tu misión, será una vida con sentido. ●



Sonia Hernández Sánchez
Presidenta de JUPEMA

Representante de AFUP

La mujer en la historia

Cada año, en el día 8 de marzo se conmemora el **Día Internacional de la Mujer**.

Es un día para evocar la lucha de las mujeres trabajadoras, para abogar por su seguridad social, para reivindicar los derechos de todas las mujeres.

Esta fecha es de recordar, y ponerle fin a la violencia contra las mujeres, que es la expresión más amarga de las sociedades machistas, con convicciones profundamente patriarcales.

Sensibilizar la sociedad costarricense y potenciar la igualdad real de género, es una tarea conjunta de todas las organizaciones sociales del país, para que incidan en el Estado costarricense y acrecienten la reducción de esas desigualdades.

La conmemoración de la fecha 8 de marzo, es de mucha importancia; mueve al Estado costarricense a dimensionar la necesidad, de sostener una sociedad equitativa y equilibrada, que supere las brechas de género, y erradique la violencia contra las mujeres.

Hemos avanzado, aún queda mucho, por eso tenemos que movernos colectivamente.

Desde la empatía y la búsqueda de consensos y acuerdos, se suman al valor de la lucha constante por la seguridad social. El compromiso es la promoción de un diálogo social, en cada una de nuestras Filiales.

No temamos a remover conciencias y transformar realidades para hacer oír la voz de todas las mujeres. ●





JUPEMA presenta su Informe de Gestión 2024 ante los gremios del Magisterio Nacional



representa a nuestra organización en esa Junta Directiva. En su discurso, Hernández hizo un llamado a contrarrestar el individualismo que amenaza el tejido social, recordando que JUPEMA representa a más de 170.000 personas trabajadoras activas y pensionadas del Magisterio Nacional. Subrayó que el 2024 fue un año de enormes retos fiscales y presupuestarios, por lo que enfatizó la necesidad de ser guardianes de la Seguridad Social y defensores del derecho a una pensión digna.

Por su parte, el director ejecutivo de JUPEMA, MBA. Carlos Arias Alvarado, presentó el Informe de Gestión 2024, destacando logros significativos como el crecimiento del fondo del Régimen de Capitalización Colectiva (RCC), que alcanzó los ₡4.88 billones de colones, consolidándose como el fondo de pensiones más grande del país. Asimismo, subrayó la solidez financiera de la institución, el fortalecimiento de la gestión de riesgos, la implementación de innovaciones tecnológicas como el expediente digital, y la obtención de diversos reconocimientos como la Certificación L del Banco Central por ser una entidad libre de efectivo y el Galardón de Excelencia Ambiental por segundo año consecutivo, otorgado por el Ministerio de Ambiente y Energía.

Arias también presentó a su equipo de trabajo, compuesto por 25 hombres y 20 mujeres, y destacó la visión de JUPEMA de convertirse en el referente nacional en seguridad social, desde una gestión sostenible, eficiente e innovadora.

Posteriormente, se realizó un espacio para consultas por parte de los gremios y se proyectó un video sobre la historia y creación de JUPEMA, recordando su origen como una conquista del Magisterio Nacional.

Este acto no solo representó una rendición de cuentas, sino también una reafirmación del compromiso con la transparencia, la solidaridad y la defensa de un sistema de pensiones robusto, solidario y justo. ●

San José, 30 de abril de 2025. A las 10 a.m. dio inicio el evento en el que la Junta de Pensiones y Jubilaciones del Magisterio Nacional (JUPEMA) rindió cuentas a las organizaciones gremiales que conforman su Junta Directiva. La actividad se desarrolló en un ambiente de respeto institucional, reflexión y compromiso con la defensa de la seguridad social costarricense.

En representación de AFUP estuvo la Junta Directiva en pleno, además de organizaciones hermanas como ANDE, OLIES, COLYPRO, APSE, CAJA DE ANDE, VIDA PLENA, SEC y ADEP, lo cual reafirma la importancia de la articulación gremial.

El programa inició con la recepción de invitados, seguido por la entonación del himno de JUPEMA y las palabras inaugurales de la presidenta de JUPEMA, M.Sc. Sonia Hernández Sánchez, quien también



Avanza la lucha por el descongelamiento de pensiones

Comisión de Realidad Nacional - AFUP

Durante el mes de marzo y abril, la Comisión de Hacendarios de la Asamblea Legislativa llevó a cabo audiencias para seguir analizando el proyecto de ley 24.353, “Ley para descongelar las pensiones del Régimen Transitorio de Reparto otorgadas al amparo de las leyes 2248 y 7268”.

Durante las sesiones, organizaciones hermanas del Magisterio Nacional como APSE, ADEP, SEC y ANDE expusieron argumentos a favor del proyecto. Su participación fue clave para visibilizar la difícil situación de aproximadamente 30.000 personas pensionadas que no han recibido aumentos ni siquiera por costo de vida desde el año 2020. En las barras de la Comisión y en las afueras de la Asamblea, un grupo de personas

afectadas manifestaron su apoyo a la iniciativa, incluyendo personas asociadas y miembros de la Junta Directiva de AFUP.

El trabajo de cabildeo ha ido generando avances, y se ha logrado adhesión de diputados y diputadas, incluyendo una legisladora del oficialismo. No obstante, la diputada Pilar Cisneros Gallo se mantiene como una de las principales opositoras al proyecto.

AFUP continúa atenta a la evolución de esta discusión y en constante diálogo para impulsar una resolución favorable que garantice justicia para las personas jubiladas y pensionadas que se han visto afectadas. ●



AFUP 2025: Asamblea General entre decisiones clave y participación activa

En el emblemático auditorio Cora Ferro Calabrese de la Universidad Nacional, la Asociación de Funcionarios Universitarios Pensionados AFUP celebró el miércoles 12 de marzo su Asamblea General Ordinaria y Extraordinaria, con un claro enfoque en la renovación institucional y el fortalecimiento del liderazgo gremial.

La jornada dio inicio a las 9 a.m., conforme a lo estipulado en la convocatoria oficial, y con la presencia del quórum necesario que reflejó una vez más el compromiso participativo de sus asociados y asociadas.

Uno de los momentos más esperados fue la elección de nuevos representantes para la Junta Directiva, Fiscalía y Tribunal Electoral. Adalberto Villalobos Morales fue elegido para la Presidencia, mientras que Alberto Bejarano Valverde asumirá la Tesorería. Asimismo, se

designaron a Gerardo Solís Camacho y Carmen Vargas Chaves como vocales, y Jorge Álvarez González como vocal suplente. La Fiscalía Propietaria quedó a cargo de Mariangella Mata Guevara.

En Asamblea Extraordinaria se cubrió los cargos que quedaron vacantes tras renunciaciones. Edgardo Vargas Jarquín fue electo como nuevo vicepresidente, y Eduardo Solano Solano como vocal. También se completó el Tribunal Electoral (TEA), con la elección de Nora Georgina Moya Calderón como presidenta, Marco Chaves Rodríguez como secretario y Alfredo Gutiérrez Navarro como suplente.

Además de las elecciones, se discutieron propuestas clave para el periodo 2025, como el Plan Anual Operativo, las Normas de Ejecución Presupuestaria, y el fortalecimiento del Fondo de Mutualidad. ●



Juramentación de la Junta Directiva, Fiscalía y Tribunal Electoral en un acto que simboliza el compromiso de AFUP con la democracia interna, la responsabilidad organizacional y la proyección hacia el futuro.



TEA que dirigió los procesos electorales de la Asamblea General del 12 de marzo 2025; en orden usual: Luis Alfonso Vega Sancho, María de los Ángeles Zúñiga Solano y Carlos Chaves Fallas.

Renovación de liderazgos

AFUP celebró durante febrero de 2025 sus Asambleas Generales Ordinarias y Extraordinarias en las siete filiales del país. Los procesos se realizaron con orden, participación activa y transparencia, permitiendo la renovación de las juntas directivas, lo que conlleva el fortalecimiento de la representatividad regional de la organización.

Las filiales de Cartago, Occidente, Guanacaste, Turrialba, Heredia, San José y San Carlos llevaron a cabo sus respectivas asambleas, iniciadas todas en segunda convocatoria y con la presencia del Tribunal

Electoral de AFUP, que garantizó la legitimidad de los procesos.

Entre las características comunes destacó la decisión, sometida previamente a votación, de unificar los procesos electorales de las asambleas ordinarias y extraordinarias. Esta medida permitió que los cargos de elección regular y aquellos que debían completarse por renuncia (a través de la asamblea extraordinaria) se eligieran en una única jornada electoral, agilizando los procedimientos sin comprometer la transparencia ni el orden.



FILIAL CARTAGO (MIÉRCOLES 5 DE FEBRERO)

Cargos electos:

- Presidencia: Rita Eugenia Morales Gómez
- Tesorería: Eduardo Solano Solano
- Vocal Propietario: Alejandro Guzmán Acuña
- Fiscal Propietario: José Enrique Brenes Mata
- Vicepresidencia (extraordinaria): Lilliam Flores Salas
- Secretaría (extraordinaria): Isabel Mora Jiménez

FILIAL DE OCCIDENTE (JUEVES 6 DE FEBRERO)

Cargos electos:

- Presidencia: Luis Alfonso Vega Sancho
- Tesorería: Emigdio Sánchez Rodríguez
- Vocalía Propietaria: Martha Arauz Almengor
- Fiscalía Propietaria: Luis Rodríguez Arguedas



FILIAL GUANACASTE (LUNES 10 DE FEBRERO)

Cargos electos:

- Presidencia: Ana Lorena Camacho Camacho
- Tesorería: Nuria Mairena Rodríguez
- Vocalía Propietaria: Alfredo Gutiérrez Navarro
- Fiscalía Propietaria: Rafael Montero Rojas
- Secretaría (extraordinaria): Belarmina Chacón Villegas



en las siete filiales



FILIAL TURRIALBA (MIÉRCOLES 12 DE FEBRERO)

Cargos electos:

- Presidencia: Norma Amador Tenorio
- Tesorería: Jorge Aguilar Martínez
- Vocalía Propietaria: Ronald Romero Salas
- Fiscalía Propietaria: Urbana Aguilar Mora

FILIAL HEREDIA (JUEVES 13 DE FEBRERO)

Cargos electos:

- Presidencia: Maureen Mora Oviedo
- Tesorería: Isabel Montiel Flores
- Vocalía Propietaria: Leda Ramírez Avendaño
- Fiscalía Propietaria: Alexandra Meléndez Calderón
- Vicepresidencia (extraordinaria): Calixto Muñoz Alfaro
- Secretaría (extraordinaria): Patricia Villalobos Rodríguez
- Vocalía 2 (extraordinaria): José Castro Saborío
- Fiscalía Adjunta (extraordinaria): Claudina Rojas Aguirre



FILIAL SAN JOSÉ (JUEVES 20 DE FEBRERO)

Cargos electos:

- Presidencia: Alba Nydia Walsh Cortés
- Tesorería: Marietta Calderón Arguedas
- Vocalía Propietaria: Celina Sánchez Monestel
- Fiscalía Propietaria: Jorge Álvarez González
- Vicepresidencia (extraordinaria): Norma Guevara Piedra
- Fiscalía Adjunta (extraordinaria): Nuria Gutiérrez Rojas



FILIAL DE SAN CARLOS (JUEVES 27 DE FEBRERO)

Cargos electos:

- Presidencia: Edgardo Vargas Jarquín
- Tesorería: Jorge Arturo Carvajal Garro (juramentado por videollamada)
- Vocalía Propietaria: María Ramírez Campos
- Fiscalía Propietaria: Alejandro Chaves Morales



Filial de Cartago

Inicio de actividades 2025

Ana Lorena Casasola Hernández, corresponsal de la Filial.

La Filial de Cartago dio inicio a sus actividades del 2025 con una Santa Eucaristía en la Basílica de Nuestra Señora de los Ángeles, el 31 de enero. Con el deseo de fortalecer los lazos de amistad entre sus miembros, se extendió una invitación especial para compartir, agradecer y renovar la fe. Durante la celebración, se oró por la salud de los compañeros enfermos y se elevaron acciones de gracias por el inicio de un nuevo año lleno de esperanza.



El pasado 19 de marzo, la Junta Directiva realizó una encerrona de trabajo con el propósito de establecer metas claras y fortalecer la confianza y el trabajo en equipo entre sus integrantes. Esta jornada permitió reafirmar el compromiso con la planificación y organización de las actividades del año.



Filial de Cartago

Asimismo, el 28 de marzo, AFUP-Filial Cartago celebró su Primera Sesión Ampliada en la Casa de la Ciudad. Durante el encuentro se rindió homenaje a compañeros fallecidos y se presentó el informe de Presidencia, destacando la participación activa en la Asamblea General de AFUP y en iniciativas dirigidas al fortalecimiento del Fondo de Mutualidad. Además, se integraron nuevos afiliados, se nombró a la persona representante ante la Comisión de Comunicación de AFUP y se calendarizaron actividades sociales, educativas y recreativas para el 2025. ●



Vida Plena acompaña con servicio y asesoría

a sus afiliados en el camino hacia su jubilación
y durante sus años como personas pensionadas.

Somos especialistas en pensiones complementarias

- Fondo de Capitalización Laboral (FCL)
- Régimen Obligatorio de Pensiones (ROP)

- Planes Voluntarios de Pensión
- Planes de Beneficios para su jubilación

Tenemos 25 años de experiencia,
comprometidos con lo que hacemos.

Una mirada al Club de Bailes Populares

Marietta Calderón e Irene Méndez



Desde tiempos inmemoriales, el baile solía tener un carácter espiritual como parte de diferentes rituales y tradiciones. Considerado uno de los tipos de expresión corporal más importantes, fue reconocido como arte por los griegos. En la actualidad, es una de las mayores actividades lúdicas de la humanidad, reconocida por su capacidad de roce social.

Dentro de los propósitos de AFUP, es de comprender que el club de bailes populares está llamado a cumplir a cabalidad con una mejor calidad de vida. Esta actividad permite que los adultos mayores participen, liberándose de la rutina, inactividad y sedentarismo, de tensiones como el estrés, la ansiedad, el aburrimiento y en algunos casos, inclusive, de la depresión.

Con base en la información oral que se pudo obtener, el club nació hace 15 años, gracias a la iniciativa de algunas asociadas, entre las que se mencionan a Marielos Mora Ledezma, quien fuera su primera coordinadora. Se le unieron Hilda

Rodríguez, Guadalupe Romero, y más adelante, Marielos Serrano, segunda coordinadora, Ana Zamora, Joaquín Monge, Bolívar Masis, Juan Hidalgo, Gisela Monge y Alba Nydia Walsh.

En sus inicios, el club era autofinanciado. En ocasiones permitían personas de la comunidad para apoyarse, quienes pagaban una cuota de mil colones por clase.

Su primer instructor por un largo período fue el profesor Carlos Flores Porras, actual director del Grupo institucional de Bailes Folclóricos de AFUP.

Uno de los momentos que atesora don Carlos, fue la presentación coreográfica que hicieron en Papagayo, durante una actividad de AFUP, que fue vista y disfrutada por los todos los turistas alojados en ese momento en el hotel.

Al ser asumido por el presupuesto de AFUP, quedó exclusivo para personas afiliadas. En la actualidad, es un programa que depende únicamente de la Filial San José. Lo dirige desde

Filial de San José

hace tres años la Máster en Gerontología y licenciada en Educación Física Alejandra Solano Jiménez, miembro de grupos artísticos como Merecumbé. Está conformado por 20 personas, de las cuales el 30% son varones y el 70% mujeres.

Para la formulación de esta reseña contamos con la participación de 12 miembros del club, un 60% del total, quienes tuvieron la gentileza de atendernos por medio de un formulario que les proporcionamos, lo que nos permitió hacer la siguiente caracterización:

1. La edad promedio es de 67 años.
2. El 58% participa en el club desde hace 3 a 5 años, un 17% desde hace 15 años, y un 25% inició en el 2025.
3. El 66% bailaba antes de ingresar al club, algunos desde muy jóvenes; frecuentaban salones de baile como Higueros, Tobogán, Miraflores, Tica Linda, Pepper's, Castillo Country Club, Gran Parqueo y casi la totalidad participaba en los bailes de la "semana universitaria". Un 16% bailaba muy poco antes de formar parte del club, y un porcentaje igual nunca lo había hecho.
4. El nivel de aprendizaje y perfeccionamiento de nuevos pasos, ritmos, etc., para estos últimos es de un 12%, mientras que para los que ingresaron con conocimientos previos, es de un 70%.
5. El 68% opina que participar en el grupo les ha permitido desestresarse, y un 77% considera que les ha ayudado mental y físicamente. Este criterio también lo tiene la instructora, quien afirma que las consecuencias son positivas para los participantes en el campo cognitivo, físico y social, al desarrollar esta actividad en un ambiente amable, seguro y confortable, lleno de musicalidad y movimiento, facilitando la interacción con otras personas, rompiendo el aislamiento y la soledad.
6. Si bien la participación masculina es muy poca (30%), situación que de alguna manera podría limitar el aprendizaje, pues lo ideal es practicar

en pareja, la profesora considera que este detalle, lejos de ser negativo, ha permitido insertar un estímulo cognitivo, psicomotriz en el grupo femenino, ya que han tenido que aprender a "llevar o dirigir" durante el baile y no sólo a "ser llevada", como es lo usual.

7. Otra característica analizada con base en lo expresado por los 12 participantes, es que un 48% participa en otras actividades organizadas por la Filial. En proyectos comunales participa sólo el 20%, especialmente en grupos de iglesia, programas de reciclaje y grupos de lectura. El 80% dedica más tiempo a actividades personales: familiares, mascotas, gimnasio, bordado, tratamientos estéticos, cursos del Piam, deportes.
8. Un análisis introspectivo muestra características positivas como solidaridad, respeto, puntualidad, valentía, alegría, capacidad organizativa, optimismo, constancia, honestidad, receptivismo, y negativas como impaciencia, nerviosismo, pereza, inseguridad, baja autoestima, intolerancia.

En conclusión, Estas prácticas grupales, motivan a los y las mayores a integrarse con personas de la misma edad, con similitudes e intereses comunes, estableciendo lazos de amistad que fortalecen aún más la participación en este tipo de eventos. Deseamos muchos éxitos a este club y esperamos que más afiliados y afiliadas se integren y aprovechen sus beneficios. ●



Actividades del I Trimestre 2025

Juan Cordero Calderón – corresponsal de la Filial

Durante el primer trimestre del 2025, la Filial Heredia de AFUP desarrolló una serie de actividades relevantes para su membrecía, destacándose el fortalecimiento organizativo, el impulso al bienestar integral y la planificación participativa.

Asamblea General y conformación de Junta Directiva

El pasado 13 de febrero se celebró la Asamblea General de la Filial, con una amplia participación de personas afiliadas. En esta sesión se eligió la nueva Junta Directiva de la Filial para el período 2025-2027.

Reunión Ampliada y conmemoración del Día Internacional de la Mujer



El 20 de marzo se realizó la primera reunión ampliada del año, con la presencia de 67 afiliados y afiliadas. En esta ocasión, se ofreció una charla titulada "Ejercicio físico y el dolor", a cargo de la especialista Nathalia

Brenes, de JUPEMA. La actividad fue interactiva e incluyó ejercicios de calentamiento, meditación y técnicas de relajamiento.



Asimismo, se conmemoró el Día Internacional de la Mujer con un taller de maquillaje impartido por una profesional del área, utilizando como modelo a una de las compañeras presentes. La celebración incluyó rifas especiales y concluyó con un almuerzo.

Trabajo de comisiones y planificación anual

El 24 de marzo, el vicepresidente de la Filial convocó a las comisiones de trabajo para iniciar la definición de los planes que se desarrollarán durante el año. Las comisiones activas son:

- Comisión de Sociales, coordinada por Yolanda Acuña.
- Comisión de Estilos de Vida Saludable, coordinada por Mayela Avendaño, que ahora incluye Senderismo.
- Comisión de Solidaridad, coordinada por Olga Orozco.

Posteriormente, el 1 de abril, se llevó a cabo una segunda reunión de comisiones, en la que cada coordinación presentó su propuesta de plan de trabajo. Estas propuestas serán ahora elevadas a la Junta Directiva para su análisis, aprobación y posterior ejecución. ●



Filial de San Carlos

¡Un semestre lleno de vida y celebraciones!

Maridilia Quirós Chaves, corresponsal de la Filial.

La Filial San Carlos inicia el 2025 con un calendario vibrante de actividades, diseñadas para mantener la motivación, la participación y el entusiasmo de todos sus afiliados y afiliadas. Conozca lo que hemos preparado para este primer semestre:

12 de marzo: Un Logro Histórico para San Carlos

Iniciamos el año con una noticia que nos llena de orgullo: el pasado 12 de marzo, durante la Asamblea General Ordinaria y Extraordinaria de AFUP en Heredia, nuestro compañero Dr. Edgardo Vargas Jarquín fue nombrado Vicepresidente de la Junta Directiva Central. Esta es una distinción histórica para nuestra Filial, ya que es la primera vez que uno de nuestros afiliados alcanza este cargo tan relevante.



Afiliados y afiliadas de la Filial San Carlos compartieron un momento especial en su regreso a San Carlos, tras participar en la Asamblea General de AFUP realizada en Heredia, el 12 de marzo de 2025.

27 de abril: Primera Rifa del Año

La solidaridad también es protagonista. El 27 de abril realizamos la primera de cinco rifas programadas para el año, con un premio de 100.000 y un acumulado inicial de 40.000. Estas rifas fortalecerán el Fondo de Mutualidad de la Filial, asegurando el apoyo mutuo entre nuestras personas afiliadas.

17 de mayo: XVIII Aniversario de la Filial

El 17 de mayo celebraremos a lo grande el XVIII Aniversario de la Filial San Carlos en la hermosa Quinta Onde Mi, a partir de las 3:00 p.m. Será una tarde inolvidable, repleta de sorpresas, música, alegría y el calor humano que nos caracteriza.

Nuevas Tardes Amigables: Curso de Crochet

Con el objetivo de fomentar la creatividad y la camaradería, iniciaremos las Tardes Amigables,

donde compartiremos manualidades, café, vino y conversaciones enriquecedoras. Para comenzar, ofreceremos un curso de crochet, ideal para quienes deseen aprender o perfeccionar esta hermosa técnica artesanal.

Charlas y Talleres Mensuales de Capacitación

En alianza con JUPEMA, la Filial San Carlos organizará una charla o taller mensual durante el año. Estos espacios serán oportunidades valiosas para el aprendizaje, el crecimiento personal y la actualización de conocimientos en temas de interés para nuestra membresía.

El 27 de febrero, realizamos la primera de varias charlas con el tema "Estrategias al alcance del manejo del estrés",



Actividades de Recaudación: Bingos en Grandes Celebraciones

En nuestras principales festividades –Aniversario de la Filial, Día del Padre y de la Madre, y Fiesta de Fin de Año– realizaremos divertidos bingos con atractivos premios. Los fondos recaudados también contribuirán al fortalecimiento de nuestro Fondo de Mutualidad. Los cartones se ofrecerán a precios accesibles, de acuerdo con el valor de los premios.

¡Y nos preparamos para cerrar el año con un gran paseo!

Aunque todavía faltan algunos meses, ya estamos organizando nuestro esperado Paseo de Fin de Año, que se realizará del 24 al 27 de noviembre de 2025 en el acogedor Hotel Best Western, para aprovechar el convenio vigente con el hotel, que nos permite tarifas especiales. Una oportunidad perfecta para disfrutar, descansar y compartir. ●

Relevo en AFUP Occidente: la historia continúa, el compromiso se renueva

Sandra Cubero Cubero, corresponsal de la Filial.

Con una organización impecable y una buena asistencia, el 6 de febrero de 2025 se nombró la nueva Junta Directiva en nuestra Filial.

Desde hace 30 años hasta la actualidad el compromiso ha estado presente en muchos(as) compañeros(as) que han conformado las juntas directivas; todos por medio de sus buenas decisiones, planificación, organización, coordinación y el control de los recursos, nos han representado y ofrecido una serie de actividades y servicios a través del tiempo.

Por eso, cada vez que podemos expresamos nuestro reconocimiento y motivamos a que siempre haya quien esté dispuesto(a), cada dos años, a aceptar cargos dentro de la Junta y así de una forma equitativa todos(as) en algún momento vamos participando y colaborando con los demás.

Es importante señalar, que la Junta que concluyó sus labores este 6 de febrero de 2025 al igual que las anteriores dejó huella, fue una administración que cumplió a cabalidad con su razón de ser y sobre todo destacó por un liderazgo inclusivo, fomentando el trabajo colectivo, con el propósito de que todos(as) estemos capacitados(as) para asumir cargos dentro de la membresía, ya que son puestos transitorios que siempre deben dirigirse hacia el éxito de la Filial.

Dicha Junta, dio mucha importancia y apoyo a:

- Las actividades educativas impartidas por profesionales de Jupema.
- Al proyecto del Observatorio de los Derechos Humanos de la Persona Mayor.
- A la Comisión de Realidad Nacional.
- A la coordinación con la Comisión de Información de AFUP Central.
- A los Clubes de Lectura, Manualidades, Caminata, Juegos de Mesa y Estimulación Neuro Cognitiva.
- A las Comisiones de Solidaridad y Turismo.

- A la corresponsalía para publicar en la revista Tribuna y
- Asumió con un gran compromiso, entusiasmo y responsabilidad la organización de la celebración del 30 aniversario de la Filial.

Además, organizó y llevó a cabo una serie de actividades y festejos en el transcurso de los dos años de gestión, con una concurreda participación de la membresía, ya que la promoción de las actividades fue ardua por parte de los miembros de la Junta.

Una buena persona líder trabaja en equipo y comunicándose asertivamente, eso fue lo que hizo doña Iveth Barrantes como presidenta, quien junto con doña Ana Isabel Villalobos como secretaria, don Luis Alfonso Vega como tesorero, doña Arabela

Mora como vocal, Ana Isabel Sojo como vocal suplente, don Emigdio Sánchez como fiscal propietario y doña Isabel Montero como fiscal adjunta, siempre tuvieron el norte claro. La comunicación fue abierta y oportuna, prevaleció el respeto, el apoyo en todas las acciones y decisiones tomadas.

Fue un estilo de gestión responsable, eficaz, oportuna, con gran servicio voluntario.

Gratitud a todo el equipo de trabajo de la Junta Directiva, que recién concluye el período 2023-2025.

Los mejores augurios para la nueva Junta Directiva del período 2025-2027, que sabemos hará camino con pasos firmes y con un gran compromiso, para sumar a nuestra historia de AFUP Occidente. La misma quedó conformada por don Luis Alfonso Vega como presidente, doña Ana Isabel Villalobos como secretaria, don Emigdio Sánchez como tesorero, doña Martha Arauz como vocal, Ana Isabel Sojo como vocal suplente, don Luis Rodríguez como fiscal propietario y Isabel Montero como Fiscal Adjunta.

Gracias, gracias, gracias... ●



Nueva Junta Directiva

AFUP-GTE: Pasión y compromiso que nos une



Homenajeado en la Asamblea Anual ordinaria y extraordinaria de la Filial AFUP-GTE, señor: Erasmo Martínez Espinoza. Febrero 2025



Lic. Juan Santiago Quirós, vicepresidente de la Filial-Gte, dirigiendo la Asamblea. Febrero del 2025



Taller: Arteterapia enfocada en la autoestima, brindado por JUPEMA. Marzo-2025

Seres humanos extraordinarios, viven intensamente los reencuentros, sus latidos palpitan al llegar, sus rostros destellan alegrías al mirarnos unos con otros, somos AFUP-GTE, en el corazón de la pampa guanacasteca.

Año 2025, marca el inicio de nuevas oportunidades para seguir aprendiendo a lo largo de la vida. Nuevas metas, nos inspiran desde Guanacaste, para cosechar vivencias que marquen los momentos compartidos. Ya no somos los mismos, transitamos diferente, a veces somos muchos, a veces somos pocos, pero cada vez que nos observamos nos alegramos. Calidad y calidez son los ingredientes necesarios para compartir en lo que hacemos. Por ello, en estos pocos meses hemos logrado realizar eventos muy significativos para la membresía. Desde nuestra primera asamblea, la participación en la asamblea de AFUP-Central, y un taller con JUPEMA. Pero nos esperan grandes sorpresas en las actividades siguientes: las tardes de tertulia, alrededor de una taza de café, paseos recreativos, lunada liberiana, turnos, convivios, celebraciones de cumpleaños, entre muchas otras acciones, para el disfrute y gozo de cada uno de nuestros amigos y amigas.

No queremos dejar de lado, que nuestra población, cada vez es más longeva, por ello, nos hemos propuesto que cada actividad que realizaremos estén llenas de espacios de interacción, regocijo y gratos momentos. La familia AFUP-GTE, son libros abiertos, llenos de conocimientos, talentos, habilidades y con actitud positiva hacia la vida. Razones por las cuales mostramos con mucha alegría, el inicio de lo que hemos vivido y de lo mucho que nos espera por vivir. ●

nuevas AFILIACIONES

De Noviembre 2024 a Marzo 2025

FILIAL CARTAGO

Cordero Gallardo Carlos Enrique
Poveda Rivera Damaris
Rojas Montoya Filadelfo

Solano Brenes Ana Isabel
Soto Navarrete María Victoria

FILIAL SAN JOSÉ

Gamboa Jiménez Olman Emilio
González Rodríguez Lorena

Muñoz Caravaca Yalile

FILIAL HEREDIA

Campos Salazar Zaida
Ramírez Sancho Ana Cecilia
Rojas González Xinia

Sanchez Espinoza Floribeth
Sanchez Esquivel Rosario
Ugalde Villalobos Ma. Eugenia

FILIAL SAN CARLOS

Rodríguez Villegas Jua Ramón

Nuestras más sentidas condolencias



FILIAL SAN JOSÉ

Camacho Araya Ronald Gerardo
Chaves Acosta Carmen María
Cordero Rojas Alvaro
De la Goublaye de Menorval Rodríguez Isabel
Fuentes Baudrit Hernán
Herrera Jimenez Edgar Gmo.
Jiménez Flores Isabel
Jirón Brown Guadalupe
Montero Ugalde Orlando
Muñoz Rojas Misael
Pacheco Gurdián Hilda
Retana Jiménez Cristina
Soto Guevara Carlos Manuel
Thuel Sedo Julio

FILIAL HEREDIA

Barrantes Morera Eniensi
Chacón Solano Rolando
Vargas Pérez Edgar Gerardo

FILIAL CARTAGO

Castillo Navarro José Joaquín
Meneses Raabe Miguel
Rodríguez Meneses Edmundo
Vargas Mata Víctor Manuel

FILIAL SAN CARLOS

Rojas Molina Luis Francisco

FILIAL GUANACASTE

Tames Ríos Ronald

AMOR ES... CUIDAR DE TU FAMILIA



Hay cosas que es mejor tenerlas y no usarlas,
que no tenerlas cuando se necesitan



*Operador de Seguros Autoexpedibles de Seguros del Magisterio bajo licencia OA-A02-0029
Ver condiciones generales en www.smseguros.cr

¡ESTA ES SU MEJOR OPCIÓN!

- Hasta 8 personas (2 mayores a 70 años).
- Precio accesible, sin pagos adicionales, ni deducibles.
- Ocho servicios funerarios entre 5 opciones a elegir.
- Aprobado por la SUGESE y respaldado por capital nacional.

Seguro Autoexpedible SM Auxilio Funerario Familiar

Registrado en SUGESE

P22-66-A02-979 / P22-66-A02-981

Más Información

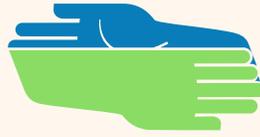


Más información en la sucursal
más cercana o al



800-FUNERAL
800- 3863725

www.funerariadelmagisterio.com



Sociedad de Seguros de Vida
del Magisterio Nacional

✓ INTE ISO 9001:2015 • INTE G-35:2012 RS

Administración de la Póliza Mutua de Vida y Servicios Complementarios

**SI YA CUENTA CON EL BENEFICIO DE LA PENSIÓN,
¿SABÍA QUE TENEMOS UN
CRÉDITO EXCLUSIVO
PARA USTED?**



Con nuestro
CRÉDITO ESPECIAL
usted podrá

Solicitar hasta **₡8.000.000**

Plazo máximo: **120 meses**

Tasa de interés de **12%**

Realice su trámite en cualquiera de nuestras
**14 sucursales o en línea a través de
nuestro sitio web:**

<https://sociedaddesegurosdevida.cr/creditos>

*Aplican restricciones. El monto a otorgar está sujeto a estudio crediticio. Recuerde mantener al día sus obligaciones con la Sociedad de Seguros de Vida del Magisterio Nacional.



2523-6767 / 2523-6868

llámenos para recibir más información.

¡Más fácil por WhatsApp!

JUPEMA 
solidez que garantiza su futuro

Realice sus
consultas y trámites **24/7**
con la asistencia de nuestro Chatbot.



JUPEMA
8526-9729

Un solo WhatsApp
para sus trámites de pensión,
crédito y actualización de datos.

Para solicitar créditos y hacer consultas
nuestros asesores del WhatsApp le atenderán en el horario de oficina habitual.