

ADULTO MAYOR

“NUEVO COMIENZO, OTRO MOTIVO PARA VIVIR” 2024

Anderson Cristancho Gomez
Anderson.cristancho@cundinamarca.gov.co

“ENCUENTROS REGIONALES DE ADULTO MAYOR “NUEVO COMIENZO OTRO MOTIVO PARA VIVIR” 2024

TRAYECTORIA HISTÓRICA

El propósito principal a nivel nacional del programa ha sido apoyar y revitalizar las actividades recreativas que han sido desarrolladas durante años en el entorno de entretenimiento y la actividad física de los adultos mayores, reflejando la rica diversidad cultural de Colombia.

El juego y sus múltiples formas han sido un elemento esencial en la historia de la humanidad, desempeñando un papel crucial desde tiempos remotos en la identificación de roles y en la configuración de las estructuras de poder.

Esta dimensión lúdica es una parte intrínseca de la naturaleza de los seres vivos y se expresa como una necesidad de comunicación y un medio para interactuar de manera sinérgica con el entorno social, particularmente en los seres humanos. Con el paso del tiempo, estas expresiones han evolucionado y formalizado en lo que hoy denominamos recreación, considerada como una expresión cultural que permite la integración de la persona con su entorno social y, de manera esencial, con sus formas de producción.

En este sentido esta actividad diseñada para los adultos mayores se propone en una iniciativa nacional para mejorar y honrar la vida de los adultos mayores mediante actividades recreativas, impulsando una cultura que reconoce el envejecimiento como una etapa de conocimiento y sabiduría.

La implementación de un programa como Nuevo Comienzo en el departamento de Cundinamarca es de vital importancia, ya que responde a la necesidad de atender y dignificar a la población mayor, un sector en crecimiento que requiere apoyo para vivir con calidad y respeto. A través de actividades recreativas, el programa no solo mejora el bienestar físico y emocional de los adultos mayores, sino que también promueve una visión cultural que reconoce y celebra el envejecimiento como una etapa de sabiduría y aporte invaluable a la comunidad. Este enfoque integral no solo beneficia a las personas mayores, sino que fortalece el tejido social de Cundinamarca, al promover una sociedad más inclusiva y respetuosa con sus mayores.

Es así como desde el orden departamental se ha promovido actividades y encuentros que enriquecen las experiencias en la población objeto, durante la formulación del PLAN DE DESARROLLO 2024 -2028, “GOBERNANDO MÁS QUE UN PLAN!” se evidencian el compromiso de la administración departamental con la protección de los derechos de las personas mayores de todo el territorio cundinamarqués.

Una de las actividades significativas es la promoción de los encuentros regionales de adultos mayores los cuales tiene un contexto lúdico compuesto por cinco componentes: Cundinamarca juega, expresa, expone, Cundinamarca en movimiento y un reinado donde los protagonistas son los adultos mayores. Una vez finalizada la fase regional se procede a la realización de las siguientes estancias para de esta manera determinar el representante departamental. En el encuentro nacional.

Un programa de este tipo no solo ofrece oportunidades de recreación y socialización, sino que también contribuye al bienestar físico, mental y emocional de los adultos mayores del departamento, ayudándolos

a mantenerse activos y conectados con su entorno. Además, al valorar y respetar la experiencia y sabiduría de los mayores, el programa fortalece los lazos intergeneracionales y enriquece el tejido social de los municipios, promoviendo una cultura que reconoce el envejecimiento como una etapa de plenitud y dignidad.

La propuesta metodológica invita a las personas mayores a disfrutar de encuentros en los cuales participan en diversas actividades recreativas que reflejan el resultado de una experiencia que involucra los aspectos físicos, emocionales y psicológicos de las personas mayores en cinco (5) diferentes entornos:

Cundinamarca Juega: Juegos Tradicionales.

Cundinamarca Expresa: Danza, poesía, coplas, canto etc.…

Cundinamarca Expone: Artesanías y Manualidades.

Cundinamarca en Movimiento: Revista de Actividad física

Reinado:

JUSTIFICACIÓN

El Encuentro Regional de Adulto Mayor “Nuevo Comienzo, Otro Motivo para Vivir,” a realizarse durante los meses de septiembre, octubre y noviembre representa una oportunidad única para fortalecer la cohesión social y el bienestar de la población mayor en cada una de las provincias del departamento. Este evento, que reunirá a más de 3.800 adultos mayores, está diseñado para ofrecer un espacio inclusivo y dinámico donde los participantes puedan disfrutar de actividades recreativas que no solo promuevan la interacción social, sino que también resalten la importancia del envejecimiento activo y saludable.

La metodología propuesta para el encuentro abarca actividades que integran los aspectos físicos, emocionales y psicológicos de los adultos mayores en cinco entornos distintos, lo que permite una experiencia enriquecedora y completa. Al involucrar a las personas mayores en diversas actividades recreativas, el evento no solo ofrece momentos de esparcimiento y diversión, sino que también fomenta la participación activa y la expresión personal, elementos clave para el mantenimiento de la salud mental y el bienestar general en esta etapa de la vida.

Este encuentro no solo celebra la vida y la experiencia de los adultos mayores, sino que también busca posicionar a Cundinamarca como referentes en la atención y cuidado de esta población a nivel nacional. Al promover una cultura que valora el envejecimiento como una etapa de sabiduría y contribución social, el evento contribuye a cambiar la percepción del envejecimiento en la sociedad, resaltando la importancia de incluir a los mayores en la vida comunitaria y reconociendo su valioso aporte al desarrollo social y cultural de su departamento.

OBJETIVO GENERAL

“Promover el bienestar integral de los adultos mayores de las provincias del departamento de Cundinamarca. a través del Encuentro Regional de Adulto Mayor “Nuevo Comienzo, Otro Motivo para Vivir,” ofreciendo jornadas de actividades recreativas diseñadas para abordar aspectos físicos, emocionales y psicológicos contribuyendo así a una cultura de respeto y valoración hacia los mayores.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Facilitar la participación activa de los adultos mayores en una variedad de actividades recreativas que promuevan el ejercicio físico, el bienestar emocional y el estímulo cognitivo.
Fomentar la interacción social y el intercambio de experiencias entre los adultos mayores de los 116 municipios del departamento, fortaleciendo el sentido de comunidad y apoyo mutuo mediante dinámicas grupales y actividades compartidas.

Educar y sensibilizar a los cuidadores sobre la importancia de la recreación y el envejecimiento activo, proporcionándoles herramientas y recursos que les permitan apoyar mejor a los adultos mayores en su entorno cotidiano.

MARCO NORMATIVO

Las normas aplicables al presente proyecto se enmarcan esencialmente en las siguientes.
Constitución Política de Colombia artículo 2 - Fines esenciales del Estado.
Constitución Política de Colombia artículo 52 – Derecho al Deporte.
Constitución Política de Colombia artículo 113 - Colaboración armónica.
Ley 181 de 1995 “Ley General del Deporte” Artículo 3º - objetivos rectores de deporte.
Ley 181 de 1995 “Ley General del Deporte” Articulo 66 - funciones entes deportivos departamentales.
Ley 1967 de 2019 “Por la cual se transforma el Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre (Coldeportes) en el Ministerio del Deporte.

BENEFICIOS

Mejora del Bienestar Integral: El evento proporcionará a los adultos mayores oportunidades para participar en actividades recreativas que estimulan el ejercicio físico, la salud emocional y el bienestar psicológico, contribuyendo a una vida más activa y saludable.

Fortalecimiento de la Interacción Social: Al reunir a adultos mayores de diferentes municipios, el encuentro promoverá la socialización, el intercambio de experiencias y la creación de nuevas amistades, lo que ayuda a reducir la sensación de aislamiento y soledad.

Enriquecimiento Cognitivo: Las diversas actividades recreativas diseñadas para estimular la mente y los sentidos ofrecerán oportunidades para el desarrollo y mantenimiento de habilidades cognitivas, ayudando a mantener la agilidad mental.

ALCANCE DEL PROYECTO

Los encuentros de adulto mayor “NUEVO COMIENZO OTRO MOTIVO PARA VIVIR” tendrá un alcance regional al cual asistirán un total 12 provincias, delegaciones compuestas por 30 personas de los municipios del departamento.

PLAN DEPARTAMENTAL DE DESARROLLO 2024 – 2028 “GOBERNANDO: MÁS QUE UN PLAN”

Meta 167: Atender a 860.000 personas con programas que promuevan la cultura de la actividad física, aprovechamiento del tiempo libre, recreación y deporte.

POBLACION BENEFICIADA

Los eventos de adulto mayor buscan beneficiar a más de 3.800 adultos mayores de los 116 municipios de Cundinamarca.

PROVINCIA	MUNICIPIO	NUMERO DE PARTICIPANTES
ALMEIDAS	CHOCONTA	30
	GUATAVITA	34
	MACHETA	32
	MANTA	35
	SESQUILE	40
	SUESCA	30
	TIBIRITA	32
	VILLAPINZON	30
ALTO MAGDALENA	AGUA DE DIOS	30
	GIRARDOT	
	GUATAQUI	35
	JERUSALEN	32
	NARIÑO	30
	NILO	30
	RICAURTE	30
	TOCAIMA	35
GUALIVA	CAPARRAPI	32
	GUADUAS	30
	LA PEÑA	30
	LA VEGA	30
	NIMAIMA	35

	NOCAIMA	32
	PUERTO SALGAR	34
	QUEBRADANEGRA	33
	SAN FRANCISCO	30
	SASAIMA	35
	SUPATA	32
	UTICA	30
	VERGARA	30
	VILLETA	30
GUAVIO	GACHALA	35
	GACHETA	32
	GAMA	34
	GUASCA	35
	JUNIN	34
	LA CALERA	35
	UBALA	32
MAGDALENA CENTRO	ALBAN	34
	BELTRAN	30
	BITUIMA	30
	CHAGUANI	35
	GUAYABAL DE SIQUIMA	32
	PULI	34
	SAN JUAN DE RIO SECO	30
	VIANI	35
ORIENTE	CAQUEZA	30
	CHIPAQUE	32
	CHOACHI	30
	FOMEQUE	33
	FOSCA	30
	GUAYABETAL	30
	GUTIERREZ	32
	MEDINA	30
	PARATE BUENO	
	QUETAME	30
	UBAQUE	32
	UNE	32
RIO NEGRO	EL PEÑON	30
	LA PALMA	30
	PACHO	30
	PAIME	30
	SAN CAYETANO	32
	TOPAIPI	30
	VILLA GOMEZ	30
	YACOPI	30
SABANA CENTRO	CAJICA	30
	CHIA	32
	COGUA	30
	COTA	30
	GACHANCIPA	30

	NEMOCON	35
	SOPO	32
	TABIO	30
	TENJO	30
	TOCANCIPA	30
	ZIPAQUIRA	31
SABANA OCCIDENTE	BOJACA	32
	EL ROSAL	30
	FACATATIVA	30
	FUNZA	30
	MADRID	32
	MOSQUERA	32
	SUBACHOQUE	30
	ZIPACON	30
SUMAPAZ	ARBELAEZ	
	CABRERA	35
	FUSAGASUGA	32
	GRANADA	30
	PANDI	30
	PASCA	30
	SAN BERNARDO	
	SIBATE	32
	SILVANIA	40
	SOACHA	35
	TIBACUY	35
	VENECIA	32
TEQUENDAMA	ANAPOIMA	30
	ANOLAIMA	30
	APULO	30
	CACHIPAY	30
	EL COLEGIO	30
	LA MESA	30
	QUIPILE	30
	SAN ANTONIO	30
	TENA	30
	VIOTA	30
UBATE	CARMEN DE CARUPA	30
	CUCUNUBA	32
	FUQUENE	
	GUACHETA	30
	LENGUAZAQUE	35
	SIMIJACA	30
	SUSA	30
	SUTATAUSA	32
	TAUSA	30
	UBATE	35

TOTAL: 3.930


Encuentro Regional
Del Adulto Mayor




PROGRAMA CENTRO
ADULTO


PROGRAMA CENTRO
ADULTO


PAIME


Gobernación de Cundinamarca
INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
2024
REINADO DEL ADULTO MAYOR
GUAYABAL DE SIQUIMA
POR

REGIONALES ADULTO MAYOR

	OCCIDENTE	SUBACHOQUE	3/10/2024	280		$ 19.040.000,00
	ALTO MAGDALENA	GUATAQUI	11/10/2024	280		$ 19.040.000,00
	ALMEIDAS	SESQUILE	16/10/2024	280		$ 19.040.000,00
	ORIENTE	CHOACHI	2/10/2024	370		$ 25.160.000,00
	RIO NEGRO	TOPAIPI	4/10/2024	280		$ 19.040.000,00
	MAGDALENA CENTRO	GUAYABAL	27/09/2024	280		$ 19.040.000,00

	GUAVIO	GAMA	18/10/2024	250		$ 17.000.000,00
	SUMAPAZ	SILVANIA	8/10/2024	380		$ 25.840.000,00
	TEQUENDAMA	ANOLAIMA	15/10/2024	380		$ 25.840.000,00
	UBATE	LENGUAZAQUE	17/10/2024	400		$ 27.200.000,00
	GUALIVA	NOCAIMA	10/10/2024	450		$ 30.600.000,00
						$ 272.000.000,00

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

