



## Regresaron los talleres: "Póngale vida a los años"

8 de Septiembre 2016 Por: [Irina Grajales Navarrete](#) <sup>[1]</sup>

*Los talleres son mensuales, están dirigidos a la población adulta mayor de todo el país y su inscripción es gratuita. (Foto: Ruth Garita / OCM).*

El objetivo es motivar a los adultos mayores para que envejecan con calidad de vida

Con la participación de casi 70 adultos mayores, este miércoles 7 de septiembre dió inicio la segunda temporada del taller: "***Póngale vida a los años***".

El Programa Educativo Integral para la Persona Adulta Mayor, a cargo del [Centro de Vinculación](#) <sup>[2]</sup> del [Tecnológico de Costa Rica](#) <sup>[3]</sup>, organizó este evento que fue dirigido por la gerontóloga Maureen Mora.

**"¿Qué es lo que queremos con estos talleres? Que ellos se motiven y sientan que envejecer es normal, que todos vamos para eso, pero hay hacerlo con calidad",** explicó Karla Halabí, funcionaria del Centro de Vinculación.

**Los talleres son mensuales, están dirigidos a la población adulta mayor de todo el país y su inscripción es gratuita**

“La actividad de este mes fue muy bonita, porque se les habló sobre empezar proyectos de vida. No importa la edad, porque no tienen que jubilarse y quedarse en casa”, afirmó Halabí.



*En esta ocasión el proyecto trató sobre iniciar proyectos de vida. (Ruth Garita / OCM).*

## **Los frutos**

Mientras tanto, los cursos ya comienzan a dar frutos, tal es el caso de Ana Isabel Arce, una señora de 62 años, quien tras recibir las capacitaciones, el próximo mes abrirá una cafetería en el centro de San José.

“Estos talleres me han enseñado a tener vida propia, a decir no y a disfrutar la vida. Se nos enseña que la vida se trata de hacernos felices a nosotros mismos y a quienes nos rodean, y gracias a todas las enseñanzas pronto abriré mi propia cafetería: Glens House Coffee”, relató Arce.

**Este no es el único taller que ofrece El TEC para las personas adultas mayores, también se dan clases de computación, inglés y emprendedurismo, entre otros.**

---

**Source URL (modified on 04/10/2018 - 08:58):** <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/1263>

## **Enlaces**

[1] <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/irina-grajales-navarrete>

[2] <http://www.tec.ac.cr/sitios/Vicerrectoria/vie/vinculacion/Paginas/default.aspx>

[3] <http://www.tec.ac.cr/Paginas/index.html>