



JUPEMA defiende el Proyecto de Ley No. 24.353 ante la Comisión de Hacendarios Pág 15



MEP cumple con la primera fase del acuerdo de pago con JUPEMA por deudas al RCC Pág 16



JUPEMA presenta Informe Anual 2024 Compromisos y Resultados Pág 9

AFILIADO JUPEMA ACTUALIZÁ TUS DATOS

¡ATENCIÓN AFILIADO DE JUPEMA!
SI QUERÉS ENTERARTE DE:

El **estado de cotización o desglose de pensión** mensual.

Información relevante de tu fondo de pensión.

Ajustes por costo de vida de tu pensión.

Las **fechas de pago** de tu salario o pensión.

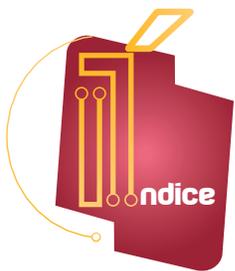
Actualizá tus datos en:

 www.juntadepensiones.cr

 2284-6500

 8526-9729

JUPEMA 
solidez que garantiza su futuro



Editorial

4 Pág.

Sostenibilidad del régimen de pensiones

5 Pág.

Compromisos y resultados informe anual 2024

9 Pág.

JUPEMA defiende el proyecto de Ley No. 24.353 ante la Comisión de Hacendarios

15 Pág.

MEP cumple con la primera fase del acuerdo de pago con JUPEMA por deudas al RCC

16 Pág.

JUPEMA participa en Seminario Iberoamericano sobre comunicación en Seguridad Social.

17 Pág.

JUPEMA lanza programa de bienestar para sus colaboradores

19 Pág.

Responsabilidad afectiva

20 Pág.

Salud mental en el docente: clave para el bienestar en el aula

23 Pág.

Mitos y verdades acerca de la alimentación

27 Pág.

ANDE

28 Pág.

Junta Directiva

29 Pág.

Consejo Editorial

M.Sc. Sonia Hernández Sánchez
M.Sc. Lilliam González Castro.
M.G.P. Seidy Álvarez Bolaños
M.Sc. Sonia Salas Badilla

Diseño:
Lic. Kevin Guzmán Castro



Anhelamos un Estado responsable

El Estado en su concepción general como el conjunto de órganos de gobierno de un país, ya sean el Poder Ejecutivo y el Poder Legislativo, deben de actuar en todo momento con responsabilidad y visión en el manejo de los asuntos que les competen, buscando siempre el bienestar de su población a través de su institucionalidad. JUPEMA es una de ellas, colabora con el Estado para el desarrollo de la seguridad social y sobre todo realiza una contribución esencial para nuestro motor del desarrollo como es la EDUCACIÓN.

Dicho esto, con meridiana claridad he observado que las actuaciones de estos dos poderes de la República están adoleciendo de esa visión país y se han constituido en amenazas permanentes de una institución como JUPEMA que ha venido realizando su función de una manera ejemplar.

Lo hemos dicho nosotros y los mismos personeros de Gobierno lo reconocen una y otra vez cuando se habla de la fortaleza de nuestra institución en el manejo de las pensiones.

Pero, volvamos a la ausencia de la responsabilidad que le compete al Estado con la seguridad social, como es la deuda billonaria con la Caja Costarricense del Seguro Social que ha puesto en grave peligro la salud y la estabilidad del régimen de pensiones. Asimismo, la displicencia con la que los Gobiernos de turno utilizaron las cotizaciones de los trabajadores de la educación para otros menesteres -caja única del estado- y no crearon el fondo del Régimen Transitorio de Reparto, ocasionando un grave perjuicio a los derechos de las personas pensionadas porque han tenido que cargar con el peso de cotizaciones desmedidas y confiscatorias.

Estamos a las puertas de un proceso electoral donde las personas candidatas deben actuar con claridad, transparencia y responsabilidad. No deben usar temas de vital importancia como los regímenes de pensiones, presentando proyectos de ley para llevar agua a sus molinos, con un objetivo meramente populista, como banderas políticas culpando a otros.

Las señoras y señores Diputados deben de actuar con la responsabilidad que demanda el puesto, deben tener la claridad que no es desvestiendo un santo para vestir a otro como se arreglan los problemas que se generaron por incumplimientos del Estado al no conformar el Fondo de Pensiones.

Necesitamos la claridad meridiana de Legisladores que presenten iniciativas como el proyecto 23.956, el cual sanciona con la rigurosidad legal la apropiación indebida o retención de contribuciones para el beneficio de la seguridad social. En hora buena que existan iniciativas de esta naturaleza para que reflexionen los Gobiernos anteriores que perjudicaron al Magisterio Nacional.

Contundentemente debemos reiterar que fuimos estafados, se apropiaron de nuestras cotizaciones cuyo objetivo era para el disfrute de una pensión digna, sin embargo, hoy pretenden hacer escarnio político con nuestros derechos de pensión, tanto el Poder Ejecutivo como algunos Legisladores.

JUPEMA ha sido una institución emblemática, defensora durante décadas de nuestros regímenes de pensiones, gracias al aparataje institucional con extraordinarios funcionarios que han administrado eficiente y responsablemente nuestros derechos, no permitiremos que se menoscaben.



Sostenibilidad del Régimen de Pensiones: retos y desafíos para el Magisterio Nacional

La Junta de Pensiones y Jubilaciones del Magisterio Nacional (JUPEMA) es una institución del primer pilar de la seguridad social que, a lo largo de 66 años, ha brindado bienestar y protección a miles de trabajadores de la educación y sus familias. Su objetivo es garantizar un retiro justo y digno, permitiendo a los pensionados disfrutar de una etapa de vejez con calidad de vida.

Históricamente el Magisterio Nacional ha sido pionero en la construcción y defensa de la Seguridad Social, lo que lo ha obligado a enfrentar diversos desafíos y amenazas que tratan de debilitarlo y hasta eliminarlo.

Desde su creación, en 1958 mediante la Ley 2248, el régimen de pensiones magisterial sintió el primer “golpe” a su sostenibilidad, pues El Estado, responsable de su sostenibilidad financiera, nunca creó dicho fondo, lo que propició el cierre del Régimen Transitorio de Reparto y el nacimiento del Régimen de Capitalización Colectiva, esta vez en manos del propio Magisterio cuya administración absoluta realiza JUPEMA con el fondo de pensiones más grande del país, a pesar de tener tan sólo 32 años. Por ello, su sostenibilidad es, y seguirá siendo, un tema de gran relevancia.

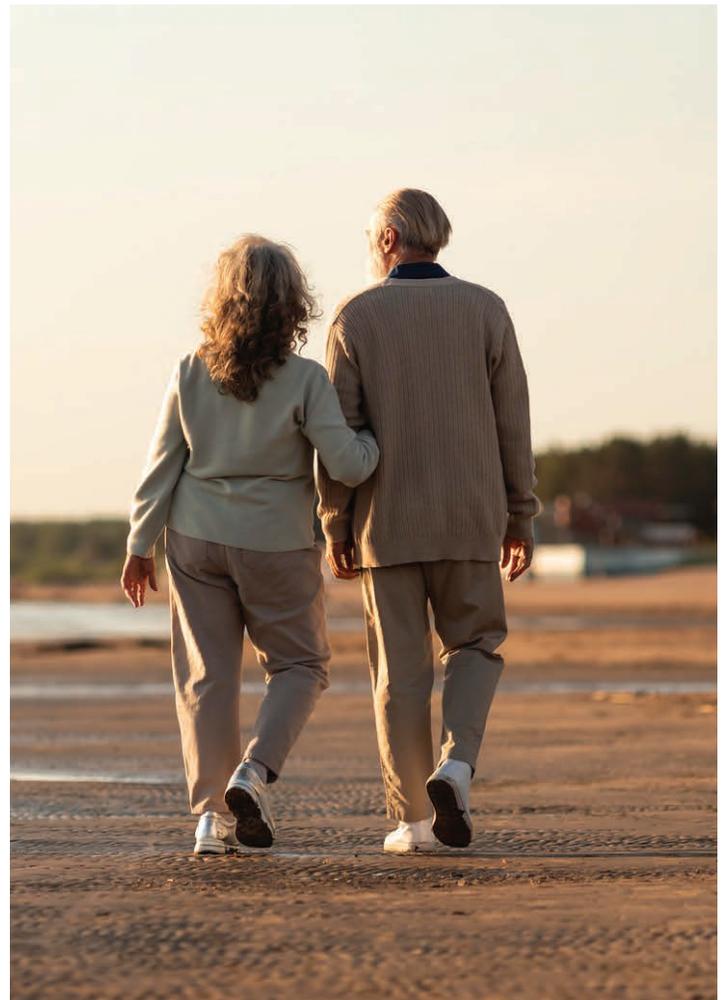
Con orgullo, podemos afirmar que el Régimen de Capitalización Colectiva administrado por JUPEMA es, no sólo el más grande y sólido del país, sino que es, además, el único actuarialmente sostenible.

En cuanto al Régimen Transitorio de Reparto, aun cuando fue cerrado justamente hace 32 años, sigue siendo objeto de constantes ataques, por lo que continuaremos vigilantes

para garantizar el respeto de los derechos de nuestros afiliados.

A los desafíos nacionales se suma un contexto mundial en el que los sistemas de pensiones enfrentan incertidumbres y riesgos crecientes.

En este artículo, analizaremos la importancia de contar con un régimen de pensiones sostenible, los riesgos a los que se enfrenta y los principales desafíos en un año preelectoral, considerando sus posibles implicaciones para el sistema



La importancia de un régimen de pensiones sostenible.

Tal y como lo expresa Ifigenia Fallas, Jefa del Departamento Actuarial de JUPEMA: “un régimen de pensiones es actuarialmente sostenible cuando, a lo largo del tiempo, los ingresos provenientes de las contribuciones de trabajadores, patronos y el Estado, junto con los rendimientos de las inversiones, son suficientes para cubrir las obligaciones del pago de pensiones.”

La sostenibilidad depende de varios factores clave:

1. Factores demográficos: incluyen la esperanza de vida, la tasa de natalidad y el envejecimiento poblacional.
2. Estructura financiera del Sistema: se refiere al nivel de cotizaciones, los rendimientos de inversión y la diversificación de dichas inversiones; en resumen, la mezcla riesgo-rendimiento que se defina para el portafolio de inversiones.
3. Diseño del régimen de pensiones o perfil de beneficios: abarca la edad de jubilación, las cuotas de aporte, el monto de los beneficios y los mecanismos de autobalance.
4. Factores económicos y financieros: se refiere a los cambios en los precios y rendimientos de las inversiones, las tasas de interés, el tipo de cambio e inflación o índice de precios al consumidor (IPC).
5. Administración eficiente: una gestión profesional y transparente es esencial para garantizar la estabilidad del régimen.



Riesgos que enfrentan los sistemas de pensiones.

Los sistemas de pensiones están expuestos a diversos riesgos, que pueden clasificarse en tres principales categorías:

1. **Riesgos financieros o técnicos:** estos riesgos están relacionados con las inversiones realizadas y la capacidad de las instituciones financieras para devolver los recursos en el momento necesario. Algunos factores por considerar incluyen:
 - Riesgo de calce: la cartera de inversiones debe estar estructurada para garantizar la liquidez requerida al momento del pago de pensiones.
 - Riesgo legal: el cumplimiento de la normativa financiera y regulatoria es clave para evitar sanciones y proteger los fondos.
 - Riesgo geopolítico: cambios en el entorno político o económico, tanto a nivel nacional como internacional, pueden afectar los mercados y, en consecuencia, la estabilidad y los rendimientos de las inversiones.
 - Riesgo normativo: el incumplimiento de regulaciones por parte de las entidades administradoras puede generar consecuencias legales y financieras.

2. Riesgos estratégicos: se relacionan con la pertinencia y efectividad de la estrategia de inversión y administración del fondo. Una gestión inadecuada o decisiones erróneas pueden comprometer la sostenibilidad del régimen. Por ello, es crucial contar con una estrategia clara, transparente y alineada con los objetivos institucionales.

3. Riesgos políticos: las decisiones políticas y los cambios en las regulaciones gubernamentales pueden afectar significativamente los sistemas de pensiones. Reformas inesperadas, recortes presupuestarios o modificaciones en las reglas del juego generan incertidumbre y pueden debilitar la confianza en el sistema.

Gestión integral de riesgos en JUPEMA

Para mitigar y anticipar posibles riesgos, JUPEMA cuenta con una Unidad Integral de Riesgos (UIR), responsable de identificar, evaluar, monitorear y gestionar los riesgos asociados a los fondos administrados.

Según Johan Ramírez, encargado de la UIR: "La Unidad Integral de Riesgos no anticipa problemas, gestiona riesgos; trabajamos en alineación con los marcos de gestión institucional y el mapa de procesos, con un enfoque preventivo."

Además, JUPEMA promueve la cultura del riesgo en todos los niveles organizacionales, asegurando que las decisiones estratégicas sean fundamentadas y conscientes de sus implicaciones. Este enfoque preventivo ha permitido mantener un equilibrio entre el pago de pensiones y la acumulación de reservas para el futuro.

Impacto de factores políticos y económicos

Uno de los principales desafíos para los sistemas de pensiones es cuando los gobiernos priorizan intereses políticos, económicos o fiscales por encima del bienestar social. La Ley No. 9635, conocida como la Ley de Fortalecimiento de las Finanzas Públicas, ha generado un impacto significativo en la disminución de la inversión social en el país, limitando también el crecimiento salarial y aumentando la carga impositiva a los trabajadores.

Carlos Arias, Director Ejecutivo de JUPEMA, señala: "El recorte en la inversión social profundiza las desigualdades y afecta la sostenibilidad del sistema. Es necesario equilibrar las decisiones fiscales con un enfoque de protección social."



Retos de JUPEMA ante un año electoral

En un contexto preelectoral, las incertidumbres sobre la visión y prioridades del próximo gobierno generan desafíos adicionales. Dependiendo del enfoque de la nueva administración —ya sea fiscalista, economicista o social— las decisiones políticas pueden impactar el sistema de pensiones. Tal y como lo expresa Carlos Arias, “lo ideal sería que las políticas gubernamentales sean equilibradas y orientadas al bienestar de la población. Es fundamental que el diálogo entre los distintos sectores prevalezca y que se respete el derecho a una seguridad social robusta y equitativa.”

En este sentido, JUPEMA espera que el próximo Gobierno:

- Reconozca la importancia de un sistema de pensiones sólido y sostenible.

- Fortalezca la seguridad social, ampliando la cobertura a quienes no han podido cotizar.
- Promueva políticas públicas que garanticen una vejez digna para todos.

El Régimen de Capitalización Colectiva se mantiene estable y sostenible gracias a una gestión responsable y un modelo financiero sólido. No obstante, su continuidad depende de la capacidad de enfrentar los desafíos actuales y futuros con decisiones fundamentadas y estratégicas.

En un año preelectoral, es esencial que la sostenibilidad del sistema de pensiones se aborde con un enfoque técnico y basado en evidencia. Solo así se garantizará el bienestar de los pensionados actuales y futuros, asegurando la viabilidad del régimen a largo plazo.



Compromiso y resultados: informe anual 2024



En cumplimiento con el artículo 107 de la Ley No. 7531 y sus reformas, la Junta de Pensiones y Jubilaciones del Magisterio Nacional (JUPEMA) presentó ante las organizaciones gremiales su Informe Anual 2024. Este documento refleja los principales logros alcanzados entre el 1 de enero y el 31 de diciembre de 2024, así como los desafíos clave para el próximo año.

Nuestro compromiso con la transparencia y la rendición de cuentas se plasma en dicho informe, que proporciona una visión integral de la gestión de JUPEMA como administradora del Régimen de Capitalización Colectiva (RCC) y del Régimen Transitorio de Reparto (RTR).

Resultados Clave del 2024: Impacto y Transformación

Bajo los principios estratégicos de crecimiento, solidez, productividad, transformación, sostenibilidad e innovación, JUPEMA fortaleció su enfoque centrado en la afiliación. Gracias a este compromiso, en 2024 logramos:



3.868 solicitudes de pensión del RCC y 8.328 solicitudes del RTR tramitadas exitosamente.



₡4.88 billones de colones administrados en el RCC, reflejando un crecimiento del 9.64% respecto del 2023.



Rendimiento real actuarial del RCC del 7.17%, superando la tasa meta actuarial del 5.79%.



88.169 afiliados atendidos en todas las sucursales.



74.753 llamadas ingresadas al Call Center, con una efectividad de atención del 92.84%.



Evaluación de satisfacción en los servicios: 98.09% en sucursales, 97.03% por correo electrónico y 97.02% en la central telefónica.



1.019 actividades realizadas por el departamento de Prestaciones Sociales.

Logros estratégicos: consolidación y progreso

Según Carlos Arias, Director Ejecutivo de JUPEMA: "El 2024 fue un año de avances significativos. Consolidamos nuestro enfoque interno con el mapeo de procesos, la digitalización del expediente de afiliados, aplicamos la política de revalorización de pensiones, fortalecimos nuestras inversiones externas y trabajamos por certificarnos en Comunicación ante la Asociación Internacional de Seguridad Social (A.I.S.S.), en cumplimiento de nuestro Plan Estratégico Institucional (PEI). Estos logros nos permitieron cumplir con la tasa actuarial requerida y revalorizar las pensiones del RCC, asegurando el poder adquisitivo de nuestros afiliados."

Principales hitos del 2024

Enero

Aprobación del primer incremento extraordinario de pensión para quienes se pensionaron entre 1999 y 2003, compensando la pérdida de poder adquisitivo.

Abril

- Capacitación internacional: más de 120 funcionarios participaron en el curso "Los Sistemas de Seguridad Social en América Latina" impartido por CEPAL, con la colaboración de la OIT.
- Informe limpio emitido por la Contraloría General de la República tras la auditoría de la liquidación presupuestaria de los regímenes especiales de pensiones del 2023.

Junio

- Adhesión a la Red Panhispánica de Lenguaje Claro, promoviendo la comunicación institucional clara y comprensible.
- Lanzamiento del Plan de Desarrollo Estratégico en alianza con CINDE, FUTURE UP y JUPEMA para fortalecer las competencias del personal clave.
 - Inicio del proyecto "Cultura Organizacional" para alinear comportamientos y valores institucionales.

Febrero

- Lanzamiento de la campaña interna "Gestión de Cambio" para fortalecer la cultura organizacional.
- Implementación de mejoras al modelo de evaluación actuarial, permitiendo una proyección más precisa del número de pensionados y una mejor cuantificación del pasivo actuarial.

Mayo

- Graduación de 13 funcionarios en la Especialización en Análítica de Datos e Inteligencia de Negocios de la Universidad Corporativa Institucional (UCID).

Julio

- Lanzamiento del Expediente Digital del RCC, facilitando la gestión eficiente de trámites para afiliados.
- Adhesión de JUPEMA a la Red de Transparencia Institucional liderada por la Defensoría de los Habitantes.

Agosto

- Realización del foro nacional "Aportes Técnicos para la Discusión sobre el Sistema Nacional de Pensiones en Costa Rica", fomentando el diálogo técnico y académico.

Octubre

- Primera carga de datos de la cartera de crédito del RCC en el Centro de Información Crediticia de la SUGEF.
- Celebración de la Semana de Innovación y Transformación de JUPEMA con la tercera edición del torneo "Transformando el ADN".
- Firma de un acuerdo de entendimiento con la Universidad de Costa Rica para colaborar en investigación sobre envejecimiento y desarrollo social.
- Premio nacional por la campaña de sensibilización y respeto hacia las personas adultas mayores, titulada "Todos Somos Responsables".

Diciembre

- Alcance del 5% de las inversiones del RCC en mercados internacionales.
- Implementación del canal de WhatsApp para recibir solicitudes de trámites de pensión, mejorando la accesibilidad y eficiencia del servicio.



Setiembre

- Certificación del Banco Central de Costa Rica como entidad libre de efectivo (Certificación L).
- Firma de un convenio interinstitucional con la Dirección General de Migración y Extranjería para la verificación eficiente de datos de afiliados extranjeros.
- Denuncia pública de centros educativos morosos con la seguridad social, respaldada por una campaña de comunicación nacional.

Noviembre

- Galardón de Excelencia Ambiental por segundo año consecutivo, alcanzando una calificación de 102.28%.

Mirada al futuro: desafíos para el 2025

JUPEMA encara el 2025 con determinación, priorizando tres áreas claves:

1. Inversiones

- Expandir la inversión en mercados internacionales según los límites de inversión de la Ley 10.078.
- Incorporar inversiones en infraestructura.
- Promover inversiones con criterios ESG (Medio Ambiente, Social y Gobierno Corporativo).

2. Crédito y Cobro

- Optimizar la oferta crediticia para beneficiar a la membresía.
- Ajustar el modelo de clasificación de deudores y el SCORE de crédito.
- Fortalecer las acciones de cobro y recuperación de cartera.

3. Actuarial

- Mitigar riesgos de solvencia del RCC y riesgos de revalorización de pensiones.
- Realizar la auditoría actuarial del RCC con corte al 31 de diciembre de 2024.
- Actualizar y validar los datos de afiliados del RCC y RTR.

Carlos Arias reconoció el esfuerzo de los 343 colaboradores de JUPEMA: “Estos logros no serían posibles sin la dedicación y compromiso de nuestro equipo. Su esfuerzo diario impulsa el cumplimiento de nuestras

metas y nos consolida como la institución líder en pensiones.”

Con esta base, JUPEMA avanza hacia el 2025 con el reto de concluir con su actual plan estratégico y con la visión de definir su nueva ruta estratégica para el 2026-2030, con la misma energía y compromiso, enfocada en asegurar el bienestar de sus afiliados y la sostenibilidad del régimen.

Kattia Rojas Leiva, Directora Financiero-Administrativa, destacó la evolución de JUPEMA en los últimos cinco años, consolidándose como una institución referente en la gestión financiera de los recursos del Régimen de Capitalización Colectiva. También subrayó los esfuerzos realizados para optimizar los procesos internos y modernizar los sistemas core.

“Los desafíos son cada vez mayores, pero avanzamos por el camino correcto. Con el compromiso y dedicación de todos los colaboradores de JUPEMA, seguiremos mejorando día a día en beneficio de nuestra afiliación”.

Los resultados del 2024 son un testimonio del compromiso de JUPEMA con la excelencia. Invitamos a nuestra afiliación a conocer en detalle nuestro desempeño en el Informe Anual 2024. Su lectura permitirá comprender los avances alcanzados y los retos que enfrentaremos juntos en los próximos años.



INVERTIR EN MI SALUD ES LA MEJOR OPCIÓN

TASA DE INTERÉS
A PARTIR DEL **8%**



Cuota mensual por millón: ₡14.136

Hasta 7 millones

Plazo máximo 8 años

Sin gastos de formalización

Solicite su crédito al:

☎ 8526-9729

☎ 2284-6500

✉ creditos@juntadepensiones.cr

**Crédito
Salud**

JUPEMA
solidez que garantiza su futuro



¡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.

JUPEMA defiende el Proyecto de Ley No. 24.353 ante la Comisión de Hacendarios



El pasado 19 de febrero, autoridades de la Junta de Pensiones del Magisterio Nacional (JUPEMA) y del Foro de Presidentes y Secretarios Generales del Magisterio Nacional participaron en una audiencia ante la Comisión de Asuntos Hacendarios de la Asamblea Legislativa. En esta sesión, expusieron las razones técnicas que fundamentan su respaldo total al Proyecto de Ley No. 24.353, titulado "Ley para descongelar las pensiones del Régimen Transitorio de Reparto otorgadas al amparo de las leyes 2248 y 7268".



Esta iniciativa, presentada por el diputado Jonathan Acuña de la fracción del partido Frente Amplio, busca hacer justicia a más de 30.000 jubilados del Régimen Transitorio de Reparto, quienes no han recibido aumentos por costo de vida en los últimos cinco años.

En representación de nuestra Junta Directiva, asistieron la Msc. Sonia Hernández, Presidenta y la Msc. Lilliam González Castro, Secretaria y por la administración el Lic. José Antonio Segura Meoño, Director de la División de Pensiones de JUPEMA, quien presentó ante la Comisión Legislativa la fundamentación técnica que respalda el proyecto, además de exponer la difícil situación económica y social que enfrentan los pensionados afectados, en su mayoría adultos mayores. Las autoridades de JUPEMA, instaron a la

Comisión Legislativa a emitir un dictamen afirmativo en favor del proyecto.

A la audiencia también asistieron representantes de diversas organizaciones magisteriales, así como personas jubiladas afectadas por la congelación de sus pensiones. Con pancartas y consignas, exigieron la pronta aprobación del proyecto, subrayando la urgencia de restituir un derecho que consideran fundamental.

Con este esfuerzo conjunto, JUPEMA y las Organizaciones Magisteriales, reiteran su compromiso en la defensa de los derechos de las personas jubiladas, confiando en que la Asamblea Legislativa tomará una decisión justa y necesaria con la aprobación de este proyecto.



Ministerio de Educación cumple con la primera fase del acuerdo de pago con JUPEMA por deudas al RCC



El pasado 27 de febrero de 2025, autoridades de la Junta de Pensiones del Magisterio Nacional (JUPEMA) sostuvieron una audiencia con el nuevo Ministro de Educación, Leonardo Sánchez Hernández. Durante la reunión, se abordaron dos temas principales:

1. El seguimiento al acuerdo firmado el 19 de diciembre de 2024 con los jefes del Ministerio de Hacienda y el Ministerio de Educación Pública (MEP).
2. La situación de morosidad en los centros educativos privados.



En cumplimiento de dicho acuerdo, el MEP realizó en febrero el pago de \$25 mil millones correspondientes a las cuotas patronales y estatales adeudadas a JUPEMA, entidad que administra el Régimen de Capitalización Colectiva (RCC) en sus dimensiones técnica, jurídica y financiera.

¿Qué sigue en el proceso?

- Se incluirá en el próximo presupuesto extraordinario una partida de \$8.73 mil millones para saldar deudas acumuladas desde 2018 y otros rubros pendientes.
- Si persisten montos por cancelar en 2025, estos serán gestionados en el presupuesto de 2026, garantizando la estabilidad del régimen y la seguridad social de los trabajadores de la educación.

Por otro lado, respecto de la morosidad de 164 centros educativos privados, que afecta a 2.335 trabajadores, el MEP reforzará las medidas para garantizar que estas instituciones cumplan con sus obligaciones.

El Ministro Sánchez reafirmó su compromiso de mantener una comunicación directa con JUPEMA y su Junta Directiva, asegurando el cumplimiento de los acuerdos y la protección de los derechos de los trabajadores de la educación. JUPEMA mantiene firme su compromiso con la defensa de la seguridad social y la sostenibilidad del Régimen de Capitalización Colectiva, velando por el bienestar de los trabajadores de la educación.



JUPEMA participa en Seminario Iberoamericano sobre Comunicación en Seguridad Social.



Los días 20 y 21 de marzo, Ifigenia Fallas, Jefa del Departamento Actuarial; Edwin Jiménez, Jefe del Departamento Financiero-Contable; Johan Ramírez, Encargado de la Unidad de Riesgos y Sonia Salas Badilla, Jefa del Departamento de Comunicación y Mercadeo, participaron en el Seminario Iberoamericano sobre la Comunicación en el Ámbito de la Seguridad Social, realizado en Cartagena de Indias, Colombia.

El evento fue organizado por la Organización Iberoamericana de Seguridad Social (OISS), en colaboración con la Administradora Colombiana de Pensiones (COLPENSIONES) y con el apoyo de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID). Participaron en el evento, 60 funcionarios de instituciones de seguridad social representantes de 10 países de la región.

El seminario combinó diversas metodologías de aprendizaje, incluyendo exposiciones magistrales a cargo de expertos y talleres participativos enfocados en la co-construcción y aplicación

práctica del conocimiento adquirido.

Entre los principales temas abordados destacaron:

- Los desafíos actuales en la comunicación dentro del ámbito de la seguridad social.
- Nuevas tendencias en comunicación digital.
- La importancia de un lenguaje inclusivo para garantizar la accesibilidad y equidad en la comunicación institucional.

Con estos esfuerzos de capacitación, JUPEMA reafirma su compromiso con la actualización continua de las personas trabajadoras, dotándolos de herramientas para mejorar la comunicación con sus afiliados de manera clara y efectiva. Además, esta iniciativa forma parte del Programa de Capacitación 2025 y contribuye al cumplimiento de las directrices establecidas para la Certificación en Comunicación promovida por la Asociación Internacional de la Seguridad Social (AISS), un proceso en el que la institución ya avanza con miras a su certificación.



JUPEMA lanza programa de bienestar para sus colaboradores



Como parte de las iniciativas de la Marca Empleador “JUPEMA soy yo” y en cumplimiento de la Directriz 027-S-MTSS “Promoción del Bienestar en las Instituciones Públicas”, el Departamento de Gestión de Talento Humano de JUPEMA lanzó en febrero el Programa Bienestar.

Este programa reconoce la importancia de la salud y el bienestar emocional en los espacios laborales, así como su impacto en la calidad de vida de los trabajadores. Para ello, se han definido tres áreas clave de intervención:

- Salud mental.
- Nutrición.
- Actividad física.

Un aspecto fundamental del programa es su enfoque interdepartamental, que cuenta con el apoyo de los profesionales de la salud del Departamento de Prestaciones Sociales, garantizando un acompañamiento integral.

¿Qué incluye el programa?

- Charlas especializadas en bienestar y salud.
- Clases de zumba para fomentar la actividad física.
- Acompañamiento personalizado en psicología, nutrición y salud.

Actualmente, 23 colaboradores participan en la primera fase de implementación. La meta es que cada vez más trabajadores se sumen y formen parte activa de las iniciativas que promueven su bienestar.

Con este programa, JUPEMA reafirma su compromiso con el desarrollo de un entorno laboral saludable, promoviendo el equilibrio entre la vida personal y profesional de sus colaboradores.



Responsabilidad afectiva: clave para conformar relaciones interpersonales saludables

Licda. Katherine Garro, Psicóloga JUPEMA



¿Le ha pasado que, al intentar conformar relaciones saludables, se ha desanimado al observar actitudes y reacciones propias o ajenas que afectan negativamente la interacción? Si es así, no se desanime y continúe intentando, ya que existe una herramienta valiosa: la responsabilidad afectiva. Esta le permitirá reconocer que la gestión de pensamientos, emociones y comportamientos propios tiene consecuencias positivas o negativas sobre uno mismo y el entorno. Interiorizar esta idea le ayudará a tomar control de estos elementos, construyendo relaciones interpersonales equitativas, justas, respetuosas, íntegras y estables, basadas en la consideración de las necesidades propias y ajenas.

¿Cómo puede la responsabilidad afectiva mejorar sus relaciones?

Incorporarla en su vida puede ser útil en diversos ámbitos, como la familia, la pareja, las amistades, el trabajo y la comunidad. Algunos aspectos clave son:

- Autocuidado: priorizar su bienestar emocional y físico.
- Afirmación de la autonomía: reconocer y respetar la independencia de cada persona.
- Afrontamiento y solución de conflictos: abordar los desacuerdos de manera constructiva.
- Manejo de emociones y sentimientos: aprender a regular y expresar sus emociones de forma saludable.
- Clarificación de necesidades y expectativas: expresar lo que desea y espera en sus relaciones.



- Práctica de valores: aplicar principios como el respeto, la tolerancia, la equidad y la justicia.
- Reforzamiento de la confianza y seguridad: generar ambientes seguros para la expresión y el crecimiento.
- Apoyo a los demás: brindar ayuda cuando sea necesario.
- Mejora de la comunicación: facilitar el entendimiento y la empatía.
- Establecimiento de límites: definir y comunicar sus límites personales.

¿Qué no es responsabilidad afectiva?

Para aplicarla correctamente, es importante evitar confusiones comunes:

- No consiste en controlar o cambiar las emociones y sentimientos de los demás.
- No implica asumir la responsabilidad por las emociones y acciones de otros.
- No se trata de anticiparse constantemente para cubrir las necesidades de otros.



La responsabilidad afectiva parte del principio de que cada persona es responsable de sus propias emociones y actos. Esta perspectiva promueve la conexión consigo mismo y con los demás, generando libertad y seguridad al reconocer lo que está en su control.

¿Cómo implementar la responsabilidad afectiva?

Para integrarla en sus relaciones, tenga en cuenta las consecuencias de sus acciones en los demás, negocie, formule acuerdos, aclare los tipos de vínculos que desea y comprométase a cuidarlos. Aunque no es una tarea sencilla, el esfuerzo y la constancia ofrecen grandes recompensas en términos de bienestar y calidad de las relaciones.

Acciones prácticas para fomentar la responsabilidad afectiva:

- Cultivar el amor propio mediante la autovaloración y el autocuidado.
- Identificar sus necesidades en las relaciones y comunicarlas de forma clara y honesta.

- Definir límites emocionales, comunicarlos y ser consistente en su cumplimiento.
- Reconocer y regular sus emociones de manera saludable.
- Asumir la responsabilidad de su propia felicidad.
- Practicar la honestidad y empatía en las interacciones cotidianas.
- Escuchar activamente y considerar las necesidades de los demás.
- Evitar resolver problemas que no le conciernen directamente.
- Renunciar a la necesidad de control sobre las acciones de otros.
- Relacionarse de forma consciente, identificando áreas de mejora y reforzando prácticas saludables.

Incorpore la responsabilidad afectiva en sus relaciones y experimente cómo esta práctica fortalece sus vínculos, fomenta la empatía y refuerza su bienestar personal y colectivo. No espere más para tomar las riendas de sus interacciones y contribuir activamente a construir relaciones más saludables y satisfactorias.

**¡UN EMPUJÓN
PARA MI NEGOCIO!**

CREDI
Emprende 

**LA MILLA EXTRA
QUE NECESITABA.**

Hasta

1 millón de colones

al 8% tasa fija,

sin fiador, comisiones, ni gastos.

¡Solicítelo Hoy!

 8526-9729  2284-6500

 creditos@juntadepensiones.cr

www.juntadepensiones.cr

JUPEMA
solidez que garantiza su futuro



*Aplican condiciones. Sujeto a estudio. Créditos para afiliados del Magisterio Nacional cotizantes a JUPEMA.

Salud mental en el docente: clave para el bienestar en el aula

Lic. Héctor Arce, Psicólogo JUPEMA



Comprendiendo la salud mental

La salud mental es un estado de bienestar psicológico, emocional y afectivo que permite el equilibrio y la armonía del individuo. No se trata de un proceso generalizado, ya que cada persona tiene características y realidades distintas. Por ello, la salud mental es un proceso individualizado que va más allá de la ausencia de patologías, centrándose en el autocuidado y la prevención.

Somos seres integrales: biológicos, psicológicos, sociales y espirituales. En este sentido, la salud mental es un eje fundamental de nuestro bienestar. Por esta razón, cuando hablamos de salud, debemos incluir la salud mental como parte esencial.

El desafío de la salud mental en la educación

El sistema educativo enfrenta un reto significativo en cuanto a la salud mental. Los docentes y colaboradores de las instituciones educativas se ven expuestos a una alta carga laboral que exige multitarea y dedicación constante, muchas veces sin el reconocimiento que merecen. Esto genera niveles elevados de estrés que, con el tiempo, pueden derivar en trastornos mentales y en el síndrome de desgaste ocupacional (burnout).

Esta problemática ha alcanzado niveles críticos, lo que hace urgente intervenir para mejorar la salud física y mental del personal educativo. Sin embargo, en la mayoría de los casos, no se aborda de manera preventiva; en cambio, se reacciona cuando la situación ya se ha salido de control.



La salud mental debe ser una prioridad. Es crucial implementar estrategias y acciones que contribuyan a mejorar la calidad de vida del docente y a alcanzar un bienestar pleno. Lo que hacemos hoy impacta nuestro futuro. Si no cambiamos de hábitos en el presente, las consecuencias pueden ser significativas a mediano y largo plazo.

Desde JUPEMA, hemos impulsado diversas iniciativas para llevar espacios de salud mental a las aulas y generar conciencia sobre su importancia. A través de cursos, talleres, actividades recreativas, programas y contenido digital, buscamos que cada persona dé el primer paso hacia la mejora de su bienestar.

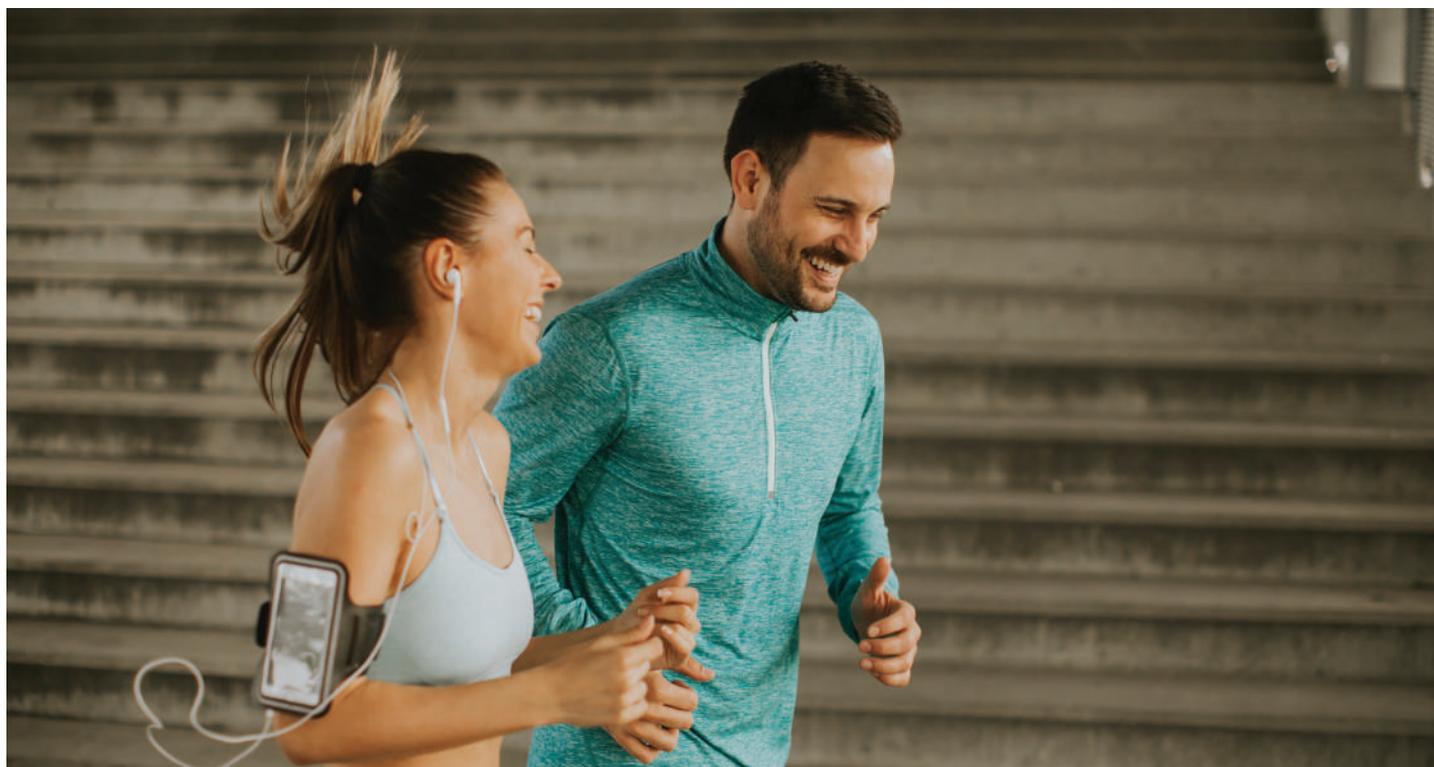
Sabemos que, muchas veces, el entorno es un factor que no podemos controlar. Sin embargo, el recurso más valioso lo llevamos dentro: nuestra capacidad para gestionar pensamientos, emociones y actitudes frente a las circunstancias.

Contamos con una increíble fortaleza emocional para afrontar los desafíos diarios,

pero es necesario fortalecer y entrenar estas habilidades para proteger nuestra salud mental de manera efectiva.

10 claves para cuidar la salud mental en el docente

- 1. Haga pausas durante la jornada:** reserve pequeños momentos para respirar conscientemente, meditar o caminar. Estas pausas ayudan a liberar la carga emocional y a retomar el trabajo con mayor claridad.
- 2. Identifique y registre sus emociones:** poner nombre a lo que sentimos es el primer paso para gestionarlo. Llevar un diario emocional puede ayudar a identificar patrones y mejorar el autocontrol.
- 3. Establezca límites entre el trabajo y la vida personal:** el trabajo es solo una dimensión de su vida. Aprenda a desconectarse y a reservar tiempo para el descanso y la recreación.
- 4. Incorpore actividad física en su rutina:** el ejercicio mejora la salud física y mental, aumenta la energía y ayuda a reducir el estrés. Organice su tiempo para incluirlo en su día a día.



5. **Practique la atención plena:** enfóquese en el presente y disfrute cada actividad que realice. Evite la dispersión y la sobrecarga mental.
6. **Regule el uso de dispositivos electrónicos:** evite responder asuntos laborales fuera del horario de trabajo y no lleve su celular al dormitorio para mejorar su descanso.
7. **Cuide su higiene del sueño:** mantener una rutina de sueño adecuada es clave para el bienestar. Un descanso reparador mejora el estado de ánimo y la productividad.
8. **Reconecte con su propósito de vida:** recuerde el valor de su labor como docente y encuentre un sentido en lo que hace. Esto fortalecerá su motivación y compromiso.
9. **Busque ayuda profesional si la necesita:** si siente que no puede manejar una situación emocional, no dude en acudir a un psicólogo o psiquiatra. Pedir ayuda es un acto de valentía.
10. **Explore la meditación y la relajación:** existen diversas formas de meditar. Puede empezar con meditaciones guiadas en plataformas digitales. La meditación contribuye al equilibrio emocional y al bienestar integral.



Deje de sobrevivir y empiece a vivir

Cuidar la salud mental requiere esfuerzo, compromiso y constancia. Solo nosotros podemos elegir nuestro bienestar. Si tomamos decisiones conscientes hacia el autocuidado, avanzaremos en el camino del equilibrio y la plenitud.

Poner límites, amarnos, cuidarnos y darnos tiempo no es un lujo, sino una necesidad. Hoy, la salud mental puede ser una elección, pero si la descuidamos, se convertirá en una urgencia cuando ya sea demasiado tarde.

Recuerde: usted es un ser humano con un gran potencial, capaz de afrontar cualquier desafío. Confíe en sus habilidades y haga del autocuidado su prioridad.



CORPORACIÓN DE
SERVICIOS MÚLTIPLES
DEL MAGISTERIO



¡Nueva Sucursal de Funeraria del Magisterio en Cartago!

Ubicada 150 m al sur del INS, frente al Gimnasio Apolo.

2 Salas de Velación: Sala Morpho (30 personas) y Sala Monarca (50 personas).

Columbario Personalizado: Un espacio único para honrar la memoria de sus seres queridos.

Accesibilidad Total: Edificio inclusivo con ascensor y parqueo para 20 vehículos.

Acompañamos con calidez y respeto. ¡Visítenos y conozca nuestras instalaciones!



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.

800 848 2667

8314-2075

afiliado@vidaplenu.fi.cr

www.vidaplenu.fi.cr

Mitos y verdades acerca de la alimentación

Licda. Adriana Gatgens, Nutricionista JUPEMA



Por años, han existido numerosos mitos sobre la alimentación saludable y la nutrición. En la actualidad, tenemos acceso a múltiples fuentes de información que no siempre son confiables, por lo que es fundamental aclarar algunos de estas creencias erróneas:

1. "Los batidos verdes ayudan a quemar grasa y a bajar de peso": es importante entender que ningún alimento tiene la capacidad de "quemar" o disminuir el porcentaje de grasa corporal. No obstante, los batidos verdes ofrecen múltiples beneficios, como un alto aporte de micronutrientes, hidratación y fibra. La fibra, en particular, contribuye a generar saciedad, lo que puede llevar a consumir menos alimentos en general. Por otro lado, existen los alimentos termogénicos, que aumentan la temperatura corporal y aceleran el metabolismo durante la digestión, pero no eliminan la grasa corporal.

2. "Después de los 30 años no es necesario consumir lácteos": los lácteos son una fuente importante de minerales, como el calcio, que es esencial para la formación y mantenimiento de la salud ósea. Aunque el pico de masa ósea se alcanza alrededor de los 30 años, esto no

significa que el organismo deje de necesitar minerales. Además, es importante considerar la tolerancia digestiva hacia este grupo de alimentos. Si con el tiempo se experimenta intolerancia a los lácteos, existen alternativas como alimentos verdes, semillas o leguminosas que también aportan calcio y otros nutrientes esenciales.

3. "Si no tengo sed, no necesito tomar agua": este es uno de los mitos más comunes. La sed es una señal que emite el cerebro cuando ya se presenta cierto grado de deshidratación. Por ello, es fundamental mantener una ingesta de agua constante durante todo el día, incluso si no se siente sed, para asegurar una adecuada hidratación.

4. "Los carbohidratos son malos y debo dejarlos por completo": durante años, se ha satanizado el consumo de carbohidratos o "harinas", asociándolos con problemas de obesidad y diabetes. Sin embargo, es más importante seleccionar carbohidratos de buena calidad y consumirlos con moderación. Se recomienda optar por carbohidratos integrales, que se absorben más lentamente y contribuyen a una mayor saciedad.



Recuerde:

¡Podemos disfrutar de todos los alimentos con moderación! La clave está en la calidad de lo que consumimos y en mantener una dieta equilibrada, acompañada de hábitos de vida saludables.

Estar afiliado a ANDE le conviene...



LE OFRECEMOS TODOS ESTOS BENEFICIOS



- Defensa de sus derechos laborales.
- Ser parte del sindicato con mayor afiliación y representación del país.
- Asesoría legal y laboral gratuita.
- Trámite de pensiones, prestaciones, cancelación de pólizas y derechos sucesorios.
- Servicios de psicología y trabajo social.
- Centros de recreo y casas regionales para actividades gremiales y sociales en todo el país.
- Descuentos por medio de convenios con universidades, hoteles y comercios.
- Préstamos de equipo ortopédico para afiliados y familiares.
- Subsidio por fallecimiento, enfermedad grave o terminal.
- Congresos y actividades sindicales.
- Puede integrar la filial básica de su elección.
- Capacitaciones, actividades virtuales, deportivas, culturales y mucho más.

Acérquese a su sindicato y aproveche los beneficios que le ofrece.

Nuevas voces, nuevas ideas: conozca a los nuevos miembros de nuestra Junta Directiva



El año 2025 trae consigo nuevos retos para JUPEMA, así como la incorporación de tres miembros a su órgano directivo. Las organizaciones magisteriales ADEP, AFUP y APSE han designado nuevos representantes por un período de cuatro años. Con una sólida trayectoria magisterial y profesional, y con el firme compromiso de poner su conocimiento y experiencia al servicio de nuestra afiliación, estos nuevos integrantes asumen con entusiasmo el reto de defender y garantizar la sostenibilidad de los regímenes de pensiones del magisterio nacional.

Sonia Hernández Sánchez, Presidenta **Organización que representa: AFUP**

“Soy una persona comprometida y responsable. Sociable, me encanta la gente, bailar, cantar y la jardinería. También disfruto de la soledad, pues me permite dedicar tiempo a la lectura y la escritura, actualmente estoy escribiendo mi autobiografía. He escrito cuentos para todos los miembros de mi núcleo familiar.”



Con más de treinta años de experiencia en docencia e investigación en la Universidad de Costa Rica, Sonia estuvo vinculada a las luchas magisteriales con una participación activa en el sindicato de empleados universitarios. Tras su jubilación, se afilió a AFUP, donde ocupó la presidencia de la Filial Occidente durante cinco años. Posteriormente, asumió la Vicepresidencia de AFUP y participó activamente como miembro del Foro de Presidentes y Secretarios Generales del Magisterio Nacional.

“Como profesional de las Ciencias Sociales, tengo un profundo sentido de responsabilidad y conciencia social. Esto me ha llevado a promover la importancia de comprender el contexto cultural y social en los distintos grupos en los que trabajo, incluida la afiliación de JUPEMA. Mi objetivo es contribuir al entendimiento de las dinámicas de vida, que siempre están en constante cambio.”

Desde su perspectiva, JUPEMA, es una entidad que promueve el derecho a una pensión digna. Mediante los programas de Prestaciones Sociales, con un enfoque basado en los derechos humanos, busca coadyuvar al mejoramiento de la calidad de vida de su afiliación.

Retos para JUPEMA:

1. Mantenerse como un referente en Seguridad Social, tal como lo establece su visión.
2. Garantizar la sostenibilidad del Régimen de Capitalización Colectiva, pilar fundamental de las pensiones y jubilaciones futuras.

“Como gerontóloga, siempre he promovido la participación activa de las personas afiliadas en espacios socioeducativos, recreativos y de fortalecimiento cognitivo. Mi compromiso es ampliar, dentro de las posibilidades económicas de JUPEMA, la cobertura del programa de Prestaciones Sociales en las distintas regiones.”

Principales proyectos para impulsar:

- a. Mayor articulación con entidades nacionales e internacionales que se encuentren promoviendo políticas sobre seguridad social y económica para la población de personas adultas mayores.
- b. Promover el desarrollo de actividades productivas para pensionados y jubilados.

“Desde la Junta de Pensiones y Jubilaciones del Magisterio Nacional, y desde la representación que me han honrado en asumir, fomentaré el diálogo social, desde la empatía, el consenso y la protección de nuestra población afiliada, que se encuentra en condiciones de vulnerabilidad.” concluyó Sonia Hernández.

Carlos Hernández Alvarez, Vicepresidente Organización que representa: APSE

Educador, sindicalista, ex diputado, Carlos Hernández comparte su corazón con dos provincias: Guanacaste, donde nació y Puntarenas, donde se desarrolló profesionalmente como profesor de inglés en diversos centros educativos. Próximamente alcanzará su jubilación tras más de 33 años de servicio. Amante del canto, la lectura y de la escritura como un medio de expresión y denuncia social.

A lo largo de su trayectoria gremial, ha ocupado diversos cargos dentro de la estructura de la APSE, llegando a desempeñarse como secretario general.



Actualmente, forma parte de la Comisión de Violencia en Centros Educativos y continúa asesorando a dicha organización en el análisis de proyectos de ley. “JUPEMA es de una institución con una excelente aparataje institucional, sólida, responsable y con un equipo de trabajo comprometido con su labor.”

Uno de los principales retos que enfrenta la institución, según Carlos, es la sostenibilidad del Régimen de Capitalización Colectiva, que constantemente es objeto de ataques mediante proyectos de ley que buscan debilitarlo. “Ser una institución exitosa le ha traído problemas”.

Su experiencia como diputado de la República, le facilita el rol dentro de su gestión política y de gobierno corporativo en JUPEMA, ya que el reglamento de organización y funcionamiento es muy similar según refiere al de la Asamblea Legislativa. Además, su trayectoria como Secretario General en APSE, le ha enseñado a ser ejecutivo, a solucionar y a tomar las mejores decisiones de manera eficiente y responsable.

Prioridades de gestión:

- a. Agilizar, en la medida de las posibilidades institucionales, los procesos de atención a los afiliados en sus trámites de pensión.
- b. Promover la inclusión de sectores vulnerables y minorías dentro del trabajo de JUPEMA.

“Mi deseo es que los afiliados me reconozcan como un compañero accesible, dispuesto a servirles. Mantendré una comunicación directa y fluida, siempre velando por todas las personas trabajadoras de la educación”.

Lilliam González Castro, Secretaria Organización que representa: ADEP

“Vengo de una familia de educadores. Mi padre, educador, con sus historias y sus enseñanzas, nos inculcó a mi hermana, a mis hijas y a mí el amor por esta profesión”.

Lilliam comenzó su trayectoria en el ámbito educativo a los 17 años, trabajando como secretaria en el INA. Su formación le permitió ascender en su carrera hasta alcanzar el puesto de directora, cargo en el que culminó su vida laboral.

Se define como una firme defensora de los derechos de los educadores, consciente de los desafíos que enfrentan día a día en las aulas. Desde su representación luchará por la dignificación de las personas adultas mayores, una población que crece aceleradamente y que merece que, en el marco de sus derechos, se les brinden las condiciones necesarias para una mejor calidad de vida.

“JUPEMA es una institución sólida, construida por los educadores, que trabaja por el bienestar de sus afiliados y administra su régimen de pensiones con transparencia y eficiencia. He sido beneficiaria de sus programas, como el de emprendedurismo, y quiero seguir apoyando estas y otras iniciativas que llevan bienestar a nuestra población”.



Con una amplia experiencia en el manejo de juntas directivas, Lilliam fue presidenta en COLYPRO durante cinco años, promoviendo la capacitación docente, ampliando servicios y liderando proyectos de infraestructura. También integró durante cuatro años, la Junta Directiva de Popular Pensiones, fortaleciendo su conocimiento sobre el Sistema Nacional de Pensiones y participó como presidenta de COLYPRO en el Foro de Presidentes y Secretarios Generales, donde defendió activamente el régimen de pensiones del Magisterio Nacional.

Principales desafíos de JUPEMA:

- a. Enfrentar el riesgo político ante proyectos legislativos que buscan debilitar el régimen.
- b. Sensibilizar a los afiliados sobre la importancia de defender los regímenes de pensiones, ya que las políticas van encaminadas a la unificación de los regímenes y esa lucha debe darse en las calles para evitar que estos proyectos no lleguen a buen puerto.

“Hago un llamado a los trabajadores en servicio y a los jubilados: JUPEMA es nuestra, es del Magisterio Nacional. Debemos unirnos para defender nuestro régimen de pensiones, pues es

el presente de las personas jubiladas y el futuro de quienes aun están en las aulas. No podemos permitir que los gobiernos de turno nos arrebaten este derecho. Merecemos una vejez digna y a una vida con bienestar”.

El compromiso de nuestra Junta Directiva es claro: defender los derechos de los trabajadores de la educación, garantizar la sostenibilidad de nuestro régimen de pensiones y fortalecer el bienestar de nuestra afiliación. Pero este esfuerzo no es solo de quienes hoy nos representan, sino de todos los que formamos parte del Magisterio Nacional.

JUPEMA es tuya, JUPEMA es nuestra. ¡Defendámosla juntos!





Nuestra Junta Directiva 2024

Presidenta

M.Sc. Sonia Hernández Sánchez.
Representante de Asociación de Funcionarios Universitarios (AFUP).

Vicepresidente

Lic. Carlos Hernández Alvarez.
Representante de la Asociación de Profesores de Segunda Enseñanza (APSE-Sindicato).

Secretaria

M.Sc. Lilliam González Castro.
Representante de la Asociación de Educadores Pensionados (ADEP).

Vocal I

M.B.A. Oscar Mario Mora Quirós.
Representante del Sindicato de Trabajadoras y Trabajadores de la Educación Costarricense (SEC).

Vocal II.

M.G.P. Seidy Álvarez Bolaños.
Representante de las Organizaciones Laborales de las Instituciones Estatales de Educación Superior (OLIES), conformadas por AFITEC, SINDEU, SITUN, UNE-UNED Y UTRAUTN.

Vocal III

M.Sc. Erick Vega Salas, M.B.A.
Representante del Colegio de Licenciados y Profesores en Letras, Filosofía, Ciencias y Artes (COLYPRO).

Vocal IV

Lic. Jorge Rodríguez Rodríguez.
Representante de la Asociación Nacional de Educadores (ANDE).



HORARIO DE ATENCIÓN

LUNES A JUEVES

Oficinas Centrales

**7:30 A.M.
A 4:30 P.M.**

VIERNES

**7:30 A.M.
A 3:30 P.M.**

SÁBADO

**8:15 A.M.
11:30 A.M.**

Sucursales

8:15 A.M. A 4:00 P.M.

**8:15 A.M.
11:30 A.M.**