



MUNICIPALIDAD DE
DESAMPARADOS

ACTUALIDAD

MUNICIPAL

Boletín Informativo

Agosto, 2024

Nuestra Gente

José Rafael Naranjo Masís es el **funcionario con más años en la Municipalidad, cuenta con 45 años de servicio en el ejercicio municipal** es un ejemplo de constancia y amor en sus funciones



“Masís” como lo conocen desde hace 45 años en la Municipalidad es el funcionario con más años de servicio en nuestra institución.

Hoy cuenta con 62 años de edad y hace pocos días fue homenajeado por el Instituto de Fomento y Asesoría Municipal (IFAM) por ser el funcionario desamparadeño con más años de labor y servicio en el ejercicio municipal.

Inició sus labores desde los 17 años como recolector de residuos, luego se dedicó a ser barrendero y posteriormente, para el año 1983 comenzó como inspector, prácticamente su vida en la Municipalidad se ha basado en su trabajo como inspector, profesión que ha ejercido desde hace 41 años con gran pasión y empeño.

Esta labor lo llena de orgullo ya que ha tratado de hacer las cosas de la mejor manera y siempre intenta tener una buena atención con gran cantidad de personas que se ha topado a lo largo de su vida laboral.

Nuestra Gente

Realiza labores de oficina y también de campo para evitar las construcciones ilegales, esta es una de sus muchas funciones.

Don José nos cuenta que actualmente vive solo y que sus padres fueron un gran ejemplo para él, su papá José Luis Naranjo Arias y su mamá Gladys Masis Prado marcaron su vida y son el ejemplo que el sigue día con día.

"Mi madre trabajada como conserje aquí en la Municipalidad y tuve la dicha de ingresar a trabajar acá, todavía existen personas aquí en la

institución que la recuerdan con gran cariño."

Vecino de San Miguel de Desamparados, don José es uno de los inspectores más antiguos del departamento y ahora trabaja rodeado de nuevos talentos que han llegado a Inspección Municipal, actualmente son 14 inspectores entre mujeres y hombres y su mayor consejo es dar lo mejor, de lo mejor por el bien de la comunidad, respetando a los compañeros para mejorar la convivencia laboral.

Don José nos cuenta que es muy ordenado y que en sus

tiempos libres se entretiene escribiendo en su casa con su computadora, le dan horas y horas escribiendo sus historias y además es un apasionado por guardar documentos que considera importantes.

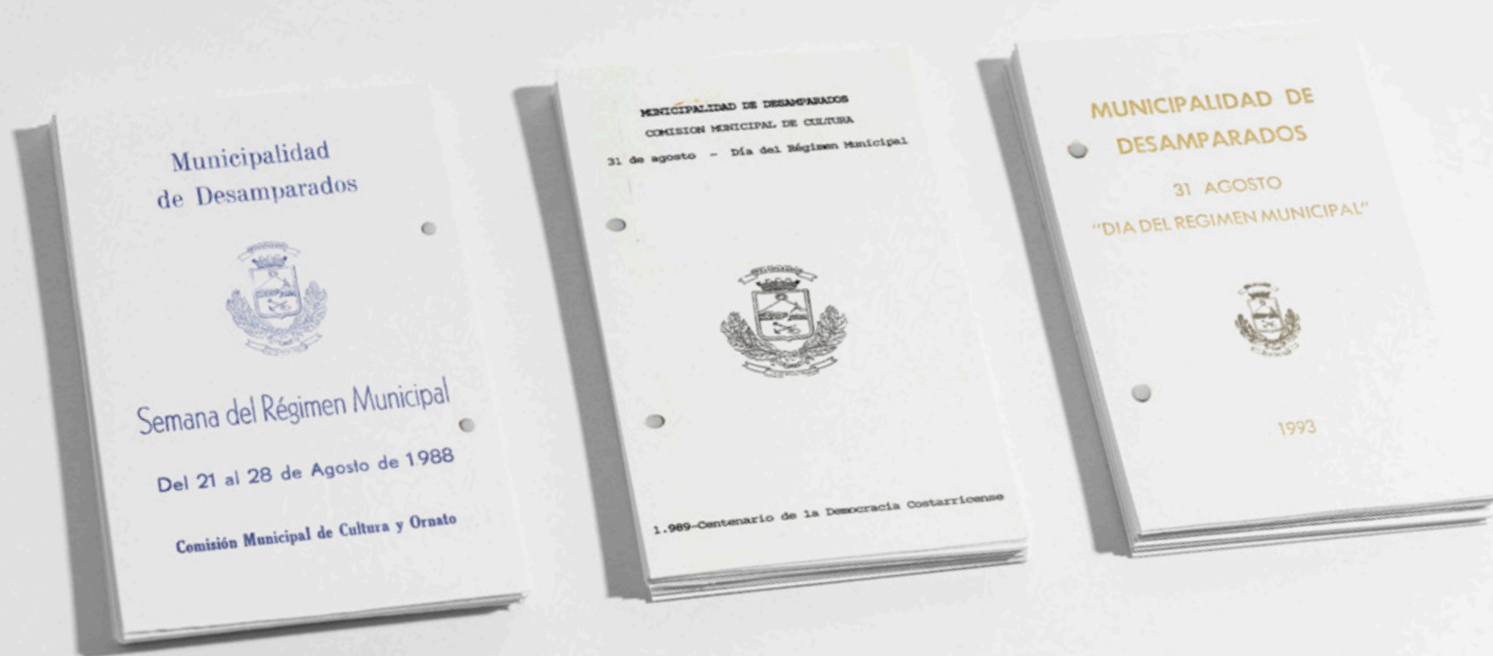
Una anécdota que guarda en su corazón y que le trae grandes recuerdos son las celebraciones que ha tenido a lo largo de sus 45 años en sus cumpleaños.

El 7 de mayo del 2027 será su último día como funcionario municipal mientras tanto, realiza sus labores como lo ha hecho siempre con mucho amor y dedicación.



Documento del mes

Municipalidad de Desamparados Conmemora el Día del Régimen Municipal



Por: Andrés Castro Vargas

El Área de Documentación e Información tiene el agrado de compartir con ustedes tres ejemplares de invitaciones a celebrar el día del Régimen Municipal.

Tal y como se aprecia, la celebración de este importante día se realiza desde hace ya bastantes años.

En un inicio la celebración del día del Régimen Municipal era una efeméride

que involucraba a diversos grupos del cantón: estudiantes de escuelas y colegios, banda municipal, artistas locales y todas aquellas personas residentes del cantón que destacaban la importancia del Régimen Municipal.

Llama poderosamente la atención que en aquellos años se rendía tributo a las primeras autoridades municipales del cantón; tributo que se reflejaba en

una muestra floral, pero que trascendía al recordar el importante trabajo de aquellas personas pioneras en el desarrollo de las políticas municipales.

¡Feliz día del Régimen Municipal a toda la población desamparadeña! Un momento importante para recordar la trascendencia de los gobiernos locales en la democracia costarricense.

¿Se ha sentido usted estresado alguna vez?

Por: Melissa Vargas Moscoa, Psicóloga.

La respuesta es probablemente, sí. Sin embargo, ¿sabe usted qué es el estrés crónico y por qué ocurre?

Este tipo de estrés surge cuando existe una gran discrepancia entre lo que una persona puede manejar y lo que se le exige en su entorno.

De manera más sencilla, ocurre cuando alguien se enfrenta a una situación que no sabe cómo manejar, ya sea por falta de preparación o por no tener los recursos necesarios. Cuando una persona no puede manejar una situación estresante, su cuerpo comienza a reaccionar. Reconocer los síntomas es de suma importancia para tomar acción al respecto.



Físico

- Caída del pelo.
- Temblor de ojos.
- Sudoración excesiva.
- Opresión pecho.
- Sensación de ahogo.
- Taquicardias.
- Cambios gastrointestinales.
- Colon irritable.
- Dolores musculares.
- Problemas tiroides.
- Migrañas.

Psicológico

- Cambios en el sueño.
- Irritabilidad.
- Tristeza.
- Apatía.
- Abulia.
- Estado permanente de alerta.
- Fallos de concentración y memoria.
- Ansiedad.
- Depresión.

Conductual

- Aislamiento.
- Inexpresivo en actos sociales.
- Esquiva las actividades habituales.

Si usted presenta los síntomas anteriormente mencionados, es importante:

01

Realizar ejercicio suave, como Pilates o caminar. Esta actividad fomenta la serotonina y la dopamina. Es importante tener en cuenta que después de 45 minutos de ejercicio intenso, aumenta el cortisol, una hormona relacionada con el estrés.

02

Combatir los pensamientos negativos. Sustitúyalos por ideas constructivas y positivas, ya que estos generan serotonina y disminuyen el cortisol.

03

Establecer una rutina a la hora de acostarse. Bloquee la luz y los ruidos excesivos, y evite la cafeína, la nicotina y los dispositivos electrónicos.

04

Incluir alimentos ricos en triptófano, tales como huevo, lácteos, queso, pollo, pavo, nueces, maní, pescado, legumbres, plátano, piña y aguacate.

05

Practicar ejercicios de relajación, como la respiración profunda y la relajación muscular progresiva.

06

Consumir Omega 3, que ayuda a mantener el funcionamiento normal del cerebro, mejora la memoria, y reduce los triglicéridos, arritmias, colesterol y el calcio que bloquea las arterias.

07

Procurar la ingesta de prebióticos, que previenen enfermedades intestinales, evitan la acidez y mejoran la digestión, el estreñimiento y la diarrea. También ayudan a la absorción de nutrientes, previenen alergias, obesidad e intolerancias, y ayudan a combatir la ansiedad y la depresión.



¡No lo Destruya!

Otro Planeta como la Tierra es Difícil de Encontrar

La suma de las acciones individuales es lo que marca la diferencia.

Por: Óscar Calvo Madrigal.



Envases

Plástico

- Botellas de refresco
- Agua

Tetra

- Cajas de leche
- Vinos
- Jugos

Vidrio

- Botellas de vidrio enteras



Metal y Aluminio

- latas (hojalata) de alimentos, jugos y bebidas alcohólicas



Papel y cartón

- Libros
- Cuadernos
- Cajas
- Periódico



Ordinarios

- Telas
- Residuos sanitarios
- Residuos con grasa
- Polialuminizados (Pringles)
- Papel aluminio y celofán sucio

Se estima que en Costa Rica cada persona genera entre 1 y 1.5 kg de residuos sólidos al día.

Esto representa 4,500 toneladas de residuos al año, de los cuales el 93,5% pueden ser reutilizados o reciclados.

La separación de los residuos permite delimitar lo que realmente debe llegar al relleno sanitario.

La Municipalidad de Desamparados realiza un esfuerzo significativo en este campo; en lo que llevamos de este año (2024) se han procesado 470,998.6 kilogramos de residuos valorizables provenientes de los habitantes de este cantón.

Estas acciones no se limitan solo al ámbito externo; también se realizan esfuerzos para que los colaboradores de la institución interioricen la importancia de separar los residuos que generan. Para tal fin, se han brindado capacitaciones para que cada colaborador aprenda qué se recicla y cómo se recicla.

En cada edificio se cuenta con recipientes de colores dispuestos para que los funcionarios separen los residuos según su origen (papel y cartón, residuos especiales, envases, residuos ordinarios).

Es de suma importancia no abandonar esta práctica. El área de saneamiento nos facilita los medios; nosotros procedemos con la acción.

La protección del planeta, el país, el cantón, el distrito, la comunidad y el hogar es responsabilidad de cada uno.

**¡Nuestro planeta nos necesita!
¿Está dispuesto a ayudar?**

Inician los preparativos para las celebraciones patrias

Las actividades contarán con la participación de diversos centros educativos del cantón.

Por: Óscar Calvo Madrigal.

En una reunión realizada en el Colegio Vocacional Monseñor Sanabria, diferentes instituciones afinan los detalles para las actividades patrias que se llevarán a cabo los días 14 y 15 de septiembre.

En el encuentro participaron representantes del Ministerio de Educación Pública, del Ministerio de Seguridad Pública, del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica, de la Oficina de Cultura y del Área de Seguridad de la Municipalidad de Desamparados.

El objetivo es asegurar el éxito de las celebraciones, garantizando que todos los aspectos logísticos estén debidamente contemplados.





Espíritu Caribeño se Traslada a Desamparados

Los asistentes disfrutaron de comida y, por supuesto, de buena música.

Por. Óscar Calvo Madrigal.

El teatro La Villa fue el escenario del festival en conmemoración del Día del Negro y la Cultura Afrocostarricense. Los visitantes tuvieron la oportunidad de degustar platos del Caribe, como Rice and Beans, Plantain Tart y Pati, entre otras recetas.

Además, se ofreció una variedad de productos como textiles, joyería, zapatos y diversos artículos. Para cerrar con broche de oro, a partir de las cinco de la tarde, estudiantes del programa "Ritmos y Danzas Afro", del Cetro Cívico por la Paz, hicieron bailar a los asistentes junto a Lucas Guerrero, finalista del concurso "Nace una Estrella".



Personas Adultas Mayores se Capacitan en sus Derechos

El objetivo es que esta población cuente con herramientas para defenderse ante posibles abusos.

Por: Óscar Calvo Madrigal.

Ochenta personas adultas mayores se capacitaron en sus derechos gracias al apoyo de la Junta de Pensiones y Jubilaciones del Magisterio Nacional (JUPEMA) y el Comité Cantonal de Deportes y Recreación de Desamparados.

Esta iniciativa es promovida por la Alcaldía a través de la Oficina para la Atención de las Personas Adultas Mayores y en Situación de Discapacidad.

La Alcaldesa de Desamparados, Antonieta Naranjo, destacó la importancia de estas iniciativas como parte de su programa de gobierno, animando a la población adulta mayor a participar y apoyar estas acciones.



Ministro de Seguridad Comparece ante la Alcaldía y el Concejo Municipal



Por: Óscar Calvo Madrigal.

El Ministro de Seguridad Pública, Mario Zamora Cordero, compareció ante la Alcaldía y el Concejo Municipal de nuestro cantón.

Durante su exposición, Zamora habló sobre la Política Nacional de Seguridad Pública "Costa Rica – Segura Plus 2023-2030", en la que se establecen los ejes de trabajo: prevención, cercanía con las comunidades y la lucha contra el crimen organizado.

Esta última se realiza en conjunto con el Ministerio Público, el Organismo de Investigación Judicial y la Unidad de Control de Drogas, mediante la identificación de los puntos de venta de droga y su desarticulación a través del Proyecto Escudo.

También estuvieron presentes representantes de la Policía Municipal y las jefaturas de la Fuerza Pública destacadas en Desamparados.



Municipalidad de Desamparados Participa en Simulacro Nacional

- El Simulacro Nacional de evacuación se realizó el pasado 14 de agosto.
- Personal municipal duró 2:46' para evacuar el edificio principal.

Por: Karen Solano Hidalgo.

El pasado 14 de agosto, la Municipalidad de Desamparados participó en el Simulacro Nacional de Evacuación, organizado por la Comisión Nacional de Emergencias y coordinado por la Brigada Institucional de Emergencias. Este ejercicio se llevó a cabo con el objetivo de mejorar la preparación y respuesta ante situaciones de emergencia.

Durante el simulacro, el personal municipal tardó 2 minutos y 46 segundos en evacuar el edificio principal, tiempo en que los y las funcionarias se trasladaron hasta el Parque Centenario, punto de reunión en caso de emergencia. En total se evacuaron 150 personas del edificio principal.

Mariela Ulloa, brigadista municipal, destacó que *"estas actividades buscan sensibilizar a la población municipal para que pueda responder adecuadamente y salvaguardar su vida en caso de una emergencia."*

Según la información remitida por la Brigada Institucional de Emergencias, durante el incidente simulado, se observa que la alarma se escucha claramente en todas las áreas del edificio principal, las personas funcionarias reconocen las salidas de emergencia y rutas de evacuación, sin embargo, se encuentran

algunos obstáculos en las rutas establecidas. Todas las personas participan de la evacuación, no obstante, hay quienes se devuelven por objetos, caminan lentamente, conversado e incluso vacilando, acciones que podrían aumentar el riesgo en una situación real.

Por lo que se recuerda la importancia de la constante capacitación, concientizando sobre los riesgos presentes y las medidas preventivas que se deben mantener durante una evacuación y/o cualquier tipo de emergencia.

Los simulacros ayudan a preparar a las personas para situaciones de emergencia. Practicando procesos de evacuación, que familiaricen las rutas de salida y los puntos de reunión, así como los procedimientos a seguir, logrando reducir el pánico y confusión en una verdadera emergencia.



¡Un segundo menos salva vidas!

Importancia del Régimen Municipal

31 de setiembre se celebra a las y los funcionarios municipales

Por: Angie Granados Zamora.

El pasado 31 de agosto se celebró en todo el país el Día del Régimen Municipal, esta fecha es importante para resaltar la labor que realizan los y las funcionarias municipales en todos los ámbitos para poder mejorar el cantón.

Desde el personal administrativo, los compañeros recolectores de residuos, los que construyen obras, los que atienden temas sociales, los que trabajan en el manejo de emergencias, los que se encargan de realizar inspecciones, de realizar los cobros o de atender a los y las contribuyentes, todos y todas son valiosos y valiosas para que la Municipalidad avance y por ello reconocemos la labor de las y

los 436 funcionarios que actualmente integran la planilla municipal.

Este día es decretado para ser celebrado cada 31 de agosto como parte del reconocimiento a las municipalidades que representan al cantón, promueven la adecuada prestación de los servicios públicos locales, fomentan el bienestar de los y las vecinas y el desarrollo integral de la comunidad.



Lidieth Salazar,
Servicio al Cliente.

"En mis 33 años en el ejercicio municipal reconozco que nuestra labor es sumamente importante para que el cantón avance"



Kenneth Jiménez Monge,
Cuadrilla de Recolección .

"Desde hace 8 años que trabajo en el área de recolección sé de la importancia de nuestro trabajo porque somos los que mantenemos limpio nuestro cantón"



Jenny Sánchez Fallas ,
Auditoría Interna

"Desde hace 16 años soy parte de la Municipalidad y sé que el trabajo que se realiza es muy importante para seguir creciendo como cantón. Los gobiernos locales se deben al pueblo y esa es su principal importancia."



Marcela Ulloa,
Contraloría de Servicios.

"Tengo casi 8 años de trabajar en la Muni, por lo que, estoy muy agradecida. Desde mi labor en la Contraloría es velar y darle seguimiento a las denuncias y consultas realizadas por la población, por lo que nuestro trabajo es de mucha importancia para el que hacer municipal."



Leydi Torres Centeno,
Talento Humano.

"El gobierno local es uno de los más importantes por el apoyo que realiza a las comunidades. Desde hace tres años que soy parte la Municipalidad he visto que la labor que realizan los compañeros de campo hacia el cantón es muy importante en el tema de recolección, limpieza de vías, embellecimiento de áreas verdes, lo que hace que el cantón mejore día a día."



MUNICIPALIDAD DE **DESAMPARADOS**



Municipalidad de Desamparados
www.desamparados.go.cr

#DesampaSocial

Suplemento Social

Agosto - 2024



MUNICIPALIDAD DE
DESAMPARADOS

Desamparadeños disfrutaron de la Cultura- Afrocostarricense

El pasado jueves 29 de agosto en el marco de la celebración de la cultura afro costarricense, (celebrada el 31 de agosto de cada año) se llevó a cabo una actividad organizada por la Oficina de la Promoción de la Cultura con el apoyo del Centro Cívico por la Paz.

El evento inició desde las 11 a.m. con deliciosas comidas de la gastronomía afro costarricense como: el rice and beans, el plantain tart, el pati, entre muchas otras, venta de artesanías y ropa, además de buena música.

El evento culminó con la participación de los estudiantes del Centro Cívico por la Paz de Desamparados, quienes presentaron su trabajo en el proceso "Ritmos y Danzas Afro". Además, se contó con la actuación del cantante desamparadeño Lucas Guerrero, finalista del concurso Nace una Estrella.



Feria de empleo

El pasado miércoles 28 de agosto se llevó a cabo en el Teatro La Villa la cuarta feria de empleo organizada por el Gobierno Local con el apoyo de 24 empresas que estuvieron recibiendo hojas de vida para reclutar las 800 plazas disponibles.

Esta actividad busca generar opciones laborales a las personas del cantón y alrededores para que puedan integrarse al mercado laboral.

Cabe resaltar, que se contó con la agencia nacional de empleo (ANE) quienes colaboraron con los asistentes a ingresar sus datos a la plataforma de empleo del gobierno www.ane.cr, así como las empresas que brindaban opciones técnicas, operativas y profesionales. Además, se contó con un stand inclusivo gracias a la colaboración de Desampa Inclusivo y con CITS que ofreció opciones de captaciones a las personas asistentes.

Esta es la cuarta feria de empleo realizada por la municipalidad con el apoyo de las empresas privadas durante este 2024.



Grupo de Apoyo para Hombres

La Oficina de la Mujer del Área Social de la Municipalidad les extiende la invitación al grupo terapéutico para hombres mayores de edad, residentes en Desamparados.

Las sesiones son todos los días miércoles, iniciando el **18 de setiembre** del 2024.

Para inscripciones llenar el siguiente formulario: <https://forms.office.com/r/vTZRgcZVaK> o escaneando el código QR.



INSTITUTO WEM 



Síguenos en
redes como



Desampa Social

