

Ministerio de Cultura Juventud y Deportes
Dirección General de Deporte y Recreación
Dirección de Recreación

Primer Congreso Nacional de
Recreación y Tiempo Libre

LA RECREACION Y LA TERCERA EDAD

M.A. Odalía Calderón S.

INTRODUCCION:

Para mí como gerontóloga es una satisfacción es este simposio en donde se liga a la tercera edad con la recreación, pues, para las personas de 60 años y más, la recreación significa sin duda el pilar fundamental para "añadir vida a los años".

Bajo este lema, Naciones Unidas en 1982 celebró el Año Mundial del Envejecimiento y con su apoyo se ha incrementado el interés por desarrollar proyectos de recreación para los ancianos en muchos países del mundo.

En diferentes foros también se ha discutido la necesidad y el derecho de brindar y recibir recreación, entendiendo este concepto como:

"Cualquier forma de experiencia o actividad a que se dedica un individuo por el goce personal y la satisfacción que le produce directamente". (1)

De ello se desprende que la recreación representa una actitud o estado anímico que halla expresión en varias formas de actividad y que brinda una vida plena y alegre a niños, jóvenes y adultos.

Las actividades emocionales, intelectuales y físicas contribuyen a que la persona se sienta bien..La forma es cómo una actividad colabore es estado de cada individuo depende más de sí mismo que de lo que haga.

(1) George D. Butler. Principios y métodos de recreación para la comunidad, Volumen 1, Bibliográfica , 1959.

Por lo que, es importante recalcar que bajo ningún concepto esta debe ser impuesta u obligatoria, sólo porque las personas que dirigen los diferentes programas consideran que son buenos para ellos; sino que se debe de educar a la población para que reconozca los calores que la recreación encierra.