



#### **ENCUENTRO DEPORTIVO-RECREATIVO DE MAYORES.-**

El programa Más Adulto Mayor Autovalentes (Más AMA) de la red de atención primaria de salud municipal de Castro realizó un encuentro deportivo recreativo de las personas mayores que asisten a los talleres de esta iniciativa que contribuye a promover un envejecimiento activo y la autovalencia. Agrupaciones conformaron las alianzas amarilla, roja, azul y blanca para compartir y competir en diversas pruebas. Atención preventiva, promoción de actividad física, prevención de caídas, estimulación cognitiva, autocuidado y estilos de vida saludable abarca este programa.