

SE REALIZÓ EN EL PARQUE DEPORTIVO LOS LLANOS

Más de un centenar de personas mayores de La Serena protagonizaron sus propias olimpiadas

Beneficiarios del Programa Más Adultos Mayores Autovalentes del sector Las Compañías participaron en entretenidas actividades y competencias, destinadas a fortalecer sus capacidades físicas y cognitivas.

Con el corazón y espíritu llenos de satisfacción y alegría, quedaron los adultos mayores de La Serena que este 8 de agosto participaron en una nueva versión de las Olimpiadas de Invierno, organizadas por la Corporación Municipal Gabriel González Videla de La Serena.

La iniciativa estuvo dirigida especialmente a los beneficiarios del Programa Más Adultos Mayores del sector norte de la ciudad, que comprende a los CESFAM Juan Pablo II, Raúl Silva Henríquez y Las Compañías, y cumplió a cabalidad con el objetivo de promover la interacción y participación de los usuarios, a través de actividades física-recreativas que favorezcan la estimulación de sus destrezas motoras y cognitivas.

Así lo corroboraron los propios participantes, al mencionar los beneficios que el Programa MAS y actividades como esta generan en su bienestar mental y físico. Fue el caso de Ana Rivera, quien afirmó que "par-



...ticipar me ha servido mucho, porque a mis 78 años hago de todo en casa, voy a gimnasia y realizo muchas cosas más.

Participo del Programa

Mas desde que tengo 65 años,

así que lo recomiendo mucho, porque uno se siente joven, alegre y dan deseos de participar".

El director del Departamento de Salud de la Corporación Municipal, Rodrigo Fernández, destacó la alta

convocatoria que ésta y todas las actividades organizadas por los profesionales del Programa MAS generan en la comunidad.

"Estamos muy contentos, porque uno de los lineamientos centrales del Programa es fomentar también el vínculo social de las personas mayores, junto con promover su autonomía para que sigan por muchos años más desarrollando las actividades propias de la vida diaria sin ningún problema", relevó Fernández.

La jornada se realizó en el Parque Deportivo Los Llanos y contó con la presencia de alrededor de 120 beneficiarios del Programa MAS, junto a los profesionales de la Salud Primaria Municipal de La Serena.