

**Título:** ENCUENTRO DEPORTIVO-RECREATIVO DE MAYORES.El programa Más Adulto Mayor Autovalentes (Más AMA) dela 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.



## **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.