



DIA MUNDIAL DEL MAYOR 2023

Miércoles 4 de octubre de 2023, de 10 a 14 horas

- En el salón de actos del **Hospital Universitario Rey Juan Carlos**
- También se puede seguir por videoconferencia en el enlace https://youtu.be/JgqwJJ7sC_c

JORNADA DEDICADA A LOS MAYORES

- 10:00 - 11 :00 h.** Conferencia.
"Actividad física para un envejecimiento activo y saludable".
Cristina Gonzalez de Villaumbrosia Santa Cruz.
Geriatra del Hospital Universitario Rey Juan Carlos.
- 11:00 - 12 :00 h.** Coloquio con personas mayores que tengan un envejecimiento saludable.
- 12:00 - 14 :00 h.** Mesa informativa en el Hall del Hospital.
Realización de un test de la marcha y medir la fuerza muscular con un dinamómetro.

