

III JORNADA DEL DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

“Mente activa: vida plena”

Jueves, 2 de octubre de 2025

De 10:00 a 13:00 h

Salón de Actos / Hall principal



Hospital Universitario
del Tajo

Organiza: Sección de Geriatría del Hospital Universitario del Tajo.

Programa:

10:00 h: Acto Inaugural: Bienvenida y presentación.

- Dirección del Hospital Universitario del Tajo (HUT).
- Dra. Ana Ruiz Pinto, geriatra (HUT).

Entrega de material por cortesía de los laboratorios Neuraxpharm y Fresenius.

10:15 h-11:00 h: Charlas informativas (se pueden seguir de forma presencial o por Zoom: [III JORNADA DEL DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES](#) Contraseña: 057742).

- “**Recuerda más, olvida menos**”: la importancia de ejercitar la memoria: **Dra. Ana Ruiz Pinto**.
- “**Menos pastillas y más zapatillas**”: la actividad física y su relación con la memoria: **Dr. Jimmy M. González Turín**, geriatra (HUT).
- “**Memoria en pausa, el precio mental de la soledad no deseada**”: afecto, seguridad y ocupación: **Dª Cristina Fernández Guardia**, enfermera especialista en Geriatría (HUT).

11:00 h-12:30 h.: Talleres prácticos.

- “**La memoria ausente, a escena**”: tras la visualización de fragmentos de películas, se establecerá un diálogo con los asistentes y ponentes, con intención de dar a conocer recursos para aplicar en la vida diaria. Esta actividad se realizará en el Salón de Actos del hospital.
- “**Bingo Recuerdos**”: a través de este juego se estimula la memoria, la concentración, atención y socialización de las personas mayores. En esta ocasión estará relacionado con los recuerdos (Salón de Actos).
- “**Si te mueves, mejor**”: ejercicios cardiosaludables con respiración guiada: **Servicio de Terapia Física y Rehabilitación** (HUT) en el Hall principal.
- “**En compañía**”: mascoterapia en colaboración con la Fundación Mémora (Hall principal).

Mesa con recursos comunitarios disponibles sobre soledad no deseada y recursos digitales.

12:30 h-13:00 h: Café por cortesía del laboratorio Fresenius.

Colaboran:

