

DEL 26 AL 29 DE SEPTIEMBRE DE 2023



# SEMANA DEL CORAZÓN

Cuida tu corazón  
y tu corazón cuidará de ti

## VALENCIA

**JUNTOS PODEMOS PREVENIR  
LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**

## MARTES, 26 DE SEPTIEMBRE

**17:00 a 18:15 h. Sesión de yoga en rehabilitación cardiaca**

Sesión de Yoga adaptado a personas con patologías cardíacas, dentro del ámbito de la rehabilitación cardiaca.  
Apto para público en general y personas con patologías cardíacas.

Duración: 1 h 15 min      Imparte: Paula Minguell

Lugar: Río Turia Valencia - junto al Puente 9 de Octubre

## MIÉRCOLES, 27 DE SEPTIEMBRE

**10:00 a 13:00 h. Circuito de Pruebas Médicas**

A todos los participantes se les realizarán:

- Entrevista personalizada sobre factores de riesgo cardiovascular/alimentación y deporte.
- Toma de tensión arterial.
- Medición perímetro abdominal: actualmente considerado factor de riesgo cardiovascular.
- IMC y % grasa.
- ECG con Kardia.
- Información personalizada sobre factores de riesgo detectados y entrega de material divulgativo escrito sobre factores de riesgo y consejos para su disminución.

Lugar: Mercado Central de Valencia

## JUEVES, 28 DE SEPTIEMBRE

**18:00 a 19:00 h.**

**Conferencia: "Las Redes Sociales en las enfermedades del Corazón"**

Imparte: Dr. D. Lorenzo Fácila Rubio  
Presidente de INSVACOR  
Cardiólogo H. General Universitario de Valencia

**Conferencia: "Cuidar del Corazón. ¿Cómo podemos hacerlo más fácil?"**

Imparte: Dra. D<sup>a</sup>. Alicia Serrano Romero  
Cardióloga Hospital La Fe de Valencia

Lugar: El Corte Inglés Colón - Sala de Ámbito Cultural (c/ Colón, 27, 6ª planta. Valencia) - Aforo máximo 70 personas

## VIERNES, 29 DE SEPTIEMBRE

**19:30 a 20:30 h.**

**Valencia Inédita**

La actividad dará comienzo en la Plaza de la Virgen (junto a la Fuente del Turia), nos adentrará en la Valencia más desconocida a través de sus calles, momentos y leyendas y finalizará en la Plaza del Ayuntamiento.

Realizado por: Mireia Rausell

Inscripción previa en: correo@insvacor.es o whatsapp 626 212 718

Lugar: Salida desde la Plaza de la Virgen (Fuente del Turia)

TODAS LAS ACTIVIDADES SON GRATUITAS

Organiza:

Colaboran:

Promueve:



fundaciondelcorazon.com