

# *Des centenaires cubains montreront des expériences sur une longévité satisfaisante*

---



La Havane, 29 avril, (RHC)- Dans le cadre du 12e Séminaire International de Longévité Active et Satisfaisante qui siège ici, à La Havane, un groupe de personnes âgées de plus de 100 ans ont montré leurs expériences sur la façon de prolonger l'espérance de vie de façon active et heureuse.

Au cours de la rencontre, ce groupe de personnes a fait une démonstration de natation en piscine, ainsi que de chants et de danse.

Durant la journée, des gériatres et des gérontologues ont donné des conférences sur l'importance des exercices physiques pour la qualité de la vie des personnes du troisième âge.

---

<https://www.radiohc.cu/fr/noticias/nacionales/21779-des-centenaires-cubains-montreront-des-experiences-sur-une-longevite-satisfaisante>



**Radio Habana Cuba**