17.30 uur  
Welkom door Douwe Biesma, voorzitter Raad van Bestuur   
  
17.45 uur  
Keynote speaker David van Bodegom over vitaal ouder worden. Hij is arts en verouderingswetenschapper bij Leyden Academy en schrijver van de boeken ‘Oud worden in de praktijk’ en ‘Ontpillen’.  
  
18.15 uur   
Fingerfood en netwerken  
  
19.00 uur  
Workshopronde 1, bestaande uit 5 workshops  
  
19.45 uur   
Wisselmoment  
  
20.00 uur  
Workshopronde 2, idem als ronde 1  
  
20.45 uur  
Afsluiting en borrel  
  
Duur medisch inhoudelijk programma: 2,5 uur. Er zijn 5 workshops van 45 minuten. Deelnemers kunnen keuze maken uit 2 workshops.