

El Dr. Estivill parla de la vinculació entre son i salut al nou cicle de conferències de la Fundació Agrupació

- **La finalitat d'aquestes jornades és reflexionar, de la mà de diversos experts, sobre aspectes relacionats amb la línia de treball de la Fundació, com la salut i la família.**
- **El Dr. Estivill serà el primer expert en participar en el cicle amb la conferència "La son i la influència en l'estat de salut".**

3 d'abril de 2014 -. La Fundació Agrupació posa en marxa el pròxim **dimecres 9 d'abril a les 18.00h** un nou cicle de conferències destinat a analitzar i debatre sobre diferents temes relacionats amb la línia de treball de l'entitat. El **Dr. Estivill**, director de la Clínica del Son Estivill de l'Institut Universitari USP Dexeus de Barcelona, serà l'encarregat d'impartir la primera d'aquestes conferències on, sota el nom de "**La son i la influència en l'estat de la salut**", reflexionarà sobre la vinculació que s'estableix entre la son i el fet de dur o no una vida saludable.

El concepte de son normal, les diferents alteracions que poden existir i els remeis més adequats per aconseguir dormir bé són alguns dels temes que s'analitzaran durant la conferència. "**Un dels objectius principals de la Fundació és el foment de la salut. Per aquest motiu creiem que conèixer millor les pautes que fomenten el bon descans ens permetrà millorar la nostra qualitat de vida**", explica la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**.

El Dr. Estivill és llicenciat en Medicina i especialista en Neurofisiologia Clínica i Pediatria. A més de dirigir la Clínica del Son Estivill de l'Institut Universitari USP Dexeus de Barcelona, és autor de diferents publicacions al voltant de la son com, per exemple, *Duérmete niño*.

La pròxima conferència d'aquest cicle serà impartida, el pròxim mes de juny, pel periodista i director del diari ARA, **Carles Capdevila**, qui parlarà sobre temes educatius en l'entorn familiar.

Convocatòria de premsa: CONFERÈNCIA "LA SON I LA INFLUÈNCIA EN L'ESTAT DE LA SALUT"

Data: Dimecres 9 d'abril de 2014

Horari: 18.00 hores

Lloc: Sala de Cotxeres del Palau Robert (Passeig de Gràcia, 107, **BARCELONA**)

Organitza: Fundació Agrupació

Per confirmar assistència de premsa i més informació: Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 (ldelafuente@ecofirma.es)

Sobre la Fundació Agrupació

La Fundació Agrupació va néixer l'any 1993 per tal de canalitzar l'acció social d'Agrupació i convertir en fets la seva sensibilitat i implicació amb els seus 300.000 socis assegurats i amb tota la societat, especialment amb la gent gran, infància i joventut i les persones discapacitades.

La prevenció és l'eix troncal de la Fundació Agrupació, que fomenta hàbits saludables per tal d'evitar, retardar o pal·liar situacions de dependència física o psíquica i buscar al màxim l'autonomia personal. D'aquesta manera, la Fundació treballa sobre l'alimentació, l'activitat física i mental o les relacions socials. A més, promou la formació a través de la realització de cursos i activitats formatives, a la vegada que dona suport a projectes de recerca i d'investigació sobre els col·lectius amb què treballa.