

# La Fundació Agrupació engega a Barcelona un Taller de música per a la salut

- La millora de l'orientació, l'augment de la capacitat d'atenció, concentració i de les habilitats comunicatives i la reducció dels nivells d'ansietat són alguns dels principals beneficis d'aquesta activitat.

27 de febrer de 2014-. La Fundació Agrupació continua promovent els estils de vida saludables amb la posada en marxa d'una nova activitat. Es tracta d'un **Taller de música per a la salut** que s'iniciarà el pròxim dimarts **4 de març** a les **10.30h** i que té com a finalitat proporcionar als participants, 16 en total, aquelles tècniques que els permetin obtenir una millor qualitat de vida, abordant, de manera preventiva, aspectes cognitius, psicosocials, emocionals i físics.

**"El taller de música per a la salut contribueix al benestar emocional de les persones ja que ajuda als participants a enfortir sentiments com l'autoconfiança, l'autorealització, la autosatisfacció i la seguretat en un mateix"**, explica la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**.

Millorar les habilitats verbals i de comunicació, augmentar la capacitat d'atenció i concentració, mantenir la mobilitat de les articulacions i la força dels músculs, reduir l'agitació i l'ansietat, incrementar la interacció i contribuir a l'autoestima són alguns dels beneficis que es poden obtenir amb la pràctica d'aquesta activitat.

## **Convocatòria de premsa: TALLER DE MUSICOTERÀPIA A BARCELONA**

**Data:** 4, 11, 18 i 25 de març i 1 d'abril

**Horari:** De 10.30 h a 12.00 h

**Lloc:** C/ Pelai, 52, 3r 2a. BARCELONA

**Per confirmar assistència de premsa** i més informació: Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 ([ldelafuente@ecofirma.es](mailto: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 dóna suport a projectes de recerca i d'investigació sobre els col·lectius amb què treballa.