

La Fundació Agrupació proporciona a la gent gran de Reus eines per prevenir la pèrdua de memòria

- **El Taller de memòria, que té la finalitat de combatre el deteriorament cognitiu i millorar la capacitat d'atenció i retenció, és una de les activitats més consolidades de la Fundació Agrupació.**

8 d'octubre de 2014. La Fundació Agrupació inicia el pròxim **dilluns 13 d'octubre** a les **18.00h** una nova edició dels seus **Tallers de memòria**, una de les activitats més consolidades d'aquesta entitat, que té com a finalitat combatre el deteriorament cognitiu que molts cops provoca l'aparició de processos de demència durant el procés d'envelliment. Les sessions, destinades a la gent gran, se celebraran al Casal de les Dones de Reus fins el 19 de novembre.

"Per tal de prevenir l'aparició d'afectacions que deteriorin la nostra ment i dificultin la realització de les nostres tasques diàries és molt important començar a treballar la memòria ben aviat", explica la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà. El taller estarà conduït per un psicòleg, que a través de la realització de jocs i exercicis, proporcionarà als assistents les eines que necessiten per exercitar les tres fases que intervenen en el procés de memorització: enregistrament, retenció i record.

L'entrenament mental, clau per mantenir-se actiu

El Programa d'Estimulació Cognitiva permet l'aprenentatge d'estratègies i tècniques perquè els petits oblits no afectin la rutina diària. Es tracta d'activitats que estimulen l'atenció; la velocitat i la rapidesa a l'hora d'incorporar informació de l'exterior; la planificació, seqüenciació i execució de feines; les estratègies mnemotècniques i l'ús de tàctiques per la independència funcional.

Convocatòria de premsa TALLER DE MEMÒRIA.

Dates: Tots els dilluns i dimecres des del 13 d'octubre al 19 de novembre

Horaris: De 18.00 h a 19.30 h

Lloc: Casal de les Dones (Plaça de la Patacada, 9, REUS)

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.