

La Fundació Agrupació entrena 50 persones per lluitar contra la pèrdua de memòria

- L'entitat posa en marxa a Barcelona un Taller de memòria per proporcionar a la gent gran les eines necessàries per combatre el deteriorament cognitiu.
- Entre un 30 i un 50% de les persones majors de 65 anys pateixen problemes de memòria que acaben desencadenant nombrosos oblits quotidians.

19 de febrer de 2015. La Fundació Agrupació posa en marxa el pròxim **dimarts 24 de febrer** a la seva seu de Barcelona el seu Taller de memòria, una iniciativa destinada a proporcionar a les persones grans totes aquelles eines que necessiten per combatre el deteriorament cognitiu i millorar la capacitat d'atenció i retenció. En total, hi participaran 50 persones, que es repartiran en dos grups: un de 10.00h a 11.30h i un altre de 16.30h a 18.00h.

Es calcula que entre un 30 i un 50% de les persones majors de 65 anys pateixen problemes de memòria que acaben desencadenant els anomenats oblits quotidians. **"Amb aquest taller volem transmetre als participants la importància de començar a treballar des de ben aviat per ajudar a prevenir l'aparició d'aquelles afectacions que poden deteriorar la nostra ment de tal manera que acabin dificultant la realització de les nostres activitats diàries"**, explica la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà.

A través de jocs i exercicis, un psicòleg donarà als participants consells i eines per exercitar les tres fases que intervenen en el procés de memorització: enregistrament, retenció i record. 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 dimarts des del 24 de febrer al 12 de maig

Horaris: De 10.00 h a 11.30 h i de 16.30h a 18.00h

Lloc: Seu de la Fundació Agrupació (Gran Via de les Corts Catalanes, 652, Principal 2a, BARCELONA)

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.