

## **Un 15% de les persones grans pateix algun tipus de trastorn mental**

**L'ansietat, l'angoixa i l'estrès són les patologies més habituals en la tercera edat.**

**Barcelona, 23 de març de 2015-**. Són molts els factors físics, psíquics i socials que determinen la salut mental de les persones. Quan algú es fa gran, és freqüent que comenci a manifestar dificultats que afectin la seva capacitat per viure de manera independent, una circumstància que pot posar en perill el seu benestar emocional. **Segons l'Organització Mundial de la Salut (OMS), un 15% de les persones grans pateix algun tipus de trastorn mental, essent l'ansietat, l'angoixa i l'estrès les patologies més habituals.**

Quines són les causes d'aquestes afectacions? Com les podem prevenir? Cuidem la nostra ment de la mateixa manera que ho fem amb el nostre cos? Estem gestionant correctament les nostres emocions?

La **Fundació Agrupació** i la **Fundació Pere Tarrés** et conviden a la jornada *Com envellir bé emocionalment* el proper **dijous 26 de març**, a les **9.00h hores**, a la **Casa del Mar de Barcelona** (c/ Albareda, 1). **Miquel Vilardell**, Cap del Servei de Medicina Interna de l'Hospital Vall d'Hebron, serà l'encarregat de dur a terme la conferència inaugural de la jornada, que també comptarà amb la presència d'**Assumpció Roset**, Comissionada d'Alcaldia de la Gent Gran de l'Ajuntament de Barcelona; **Josep Lluís Vilaseca**, president de la Fundació Agrupació; i **Josep Oriol Pujol**, director general de la Fundació Pere Tarrés.

Durant la trobada se celebraran també dues taules rodones, dirigides a analitzar els diferents recursos existents a l'hora de fer front al dolor i a reflexionar sobre la gestió de les emocions i l'abordatge de les patologies emocionals de la gent gran.

**Convocatòria de premsa: JORNADA "COM ENVELLIR BÉ EMOCIONALMENT"**

**Data:** Dijous, 26 de març de 2015

**Horari:** De 9.00 a 14.00 hores

**Lloc:** Casa del Mar (C/ Albareda, 1) **BARCELONA**

**Organitza:** Fundació Agrupació i Fundació Pere Tarrés

**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))

Fundació Pere Tarrés, Isabel Vergara o Nati Pareja, 93 430 16 06 [premsa@peretarres.org](mailto:premsa@peretarres.org)

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.

La **Fundació Pere Tarrés** és una entitat no lucrativa d'acció social i educativa amb la finalitat de promoure l'educació en el lleure d'infants i joves. Amb el temps, la seva acció s'ha ampliat a altres àmbits de l'acció social com ara la formació, la recerca i la gestió en el Tercer Sector. La tasca social de la Fundació Pere Tarrés està avalada per 50 anys d'experiència, pels més de 223.000 beneficiaris i beneficiàries que cada any participen als diferents projectes i serveis i per l'acreditació de la Fundació Lealtad, prestigiosa institució que cada any analitza la gestió i bones pràctiques de les ONG i ONL més importants de l'Estat Espanyol.