

## **La Fundació Agrupació promou la salut física, emocional i cognitiva de la gent gran amb un taller de música**

L'activitat té com a finalitat proporcionar als participants aquelles tècniques que els permetin millorar la seva qualitat de vida a partir de la prevenció d'aspectes cognitius, psicosocials, emocionals i físics.

**Convocatòria de premsa: TALLER DE MÚSICA PER LA SALUT A BARCELONA**

**Data:** 8, 15, 22 i 29 de maig i 5 de juny

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

**Lloc:** Escola de música Joan Llongueres (Sèneca, 22). **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))

*6 de maig de 2015-*. La Fundació Agrupació inicia **aquest divendres 8 de maig a les 10.30h** una nova edició del seu **Taller de música per la salut**. L'activitat, que es durà a terme a l'**Escola de música Joan Llongueres de Barcelona** i s'allargarà fins el 5 de juny, té com a finalitat proporcionar tècniques que permetin als assistents millorar la seva qualitat de vida abordant, des d'un punt de vista preventiu, diversos aspectes com l'orientació, l'atenció i les habilitats comunicatives.

**"L'objectiu és treballar la salut física, emocional i cognitiva participant en jocs musicals, cantant cançons, fent audicions de música i tocant instruments"**, 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.

### **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.