

Amb motiu del Dia Mundial de les Persones Grans

La Fundació Agrupació alerta sobre la depressió en la tercera edat

El pròxim dijous 1 d'octubre, la psicòloga Amparo Menéndez oferirà a l'Espai Cívic Mercadal de Girona una conferència on abordarà els estats d'ànim que es donen de manera més habitual entre les persones grans, posant especial èmfasi en l'impacte de la depressió dins aquest col·lectiu.

30 de setembre de 2015 -. L'insomni, els canvis d'humor sobtats, la pèrdua de pes i els pensaments constants d'incompetència i de culpabilitat són alguns dels símptomes típics de la depressió. Tot i que és cert que aquests es poden presentar a qualsevol edat, la vellesa és una de les etapes en que s'ha d'estar més alerta, ja que durant aquesta època es produeixen certes circumstàncies que poden acabar desencadenant en un estat depressiu.

Amb la finalitat d'informar dels diferents estats d'ànim que afecten de manera més habitual la gent gran i **donar estratègies per conèixer i prevenir la depressió** dins aquest sector de la societat, la **Fundació Agrupació** celebrarà el pròxim **dijous 1 d'octubre a les 10.15h a l'Espai Cívic Mercadal de Girona** la conferència *Estats d'ànim i depressió*. La xerrada, que se celebra **amb motiu del Dia Mundial de les Persones Grans**, anirà a càrrec de la psicòloga **Amparo Menéndez**.

"L'aparició de patologies cròniques, el fet de qüestionar-se decisions passades i la pèrdua d'éssers estimats són algunes de les situacions que poden afectar més les persones grans", explica Imma Playà, directora de la Fundació Agrupació. "El problema ve quan no se saben gestionar correctament aquestes circumstàncies, perquè la solitud i l'angoixa que sovint se'n deriven poden acabar desembocant en una depressió", afegeix.

Un cop finalitzada la conferència, la Fundació Agrupació entregarà als assistents el llibre "Estat d'ànim i depressió en les persones grans", una publicació que l'entitat ha impulsat de manera conjunta amb la Fundació Salut i Envel·liment de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) i que forma part de la col·lecció *Envel·liment saludable*.

Convocatòria de premsa: CONFERÈNCIA "ESTAT D'ÀNIM I DEPRESSIÓ"

Dia i hora: dijous 1 d'octubre de 2015, 10.15 h

Lloc: Espai Cívic Mercadal (C/ de la Cort Reial, 7, GIRONA)

Per confirmar assistència de premsa i més informació: Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 (ldelafuente@ecofirma.es)

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.