

## La Fundació Agrupació entrena a 50 personas para luchar contra la pérdida de memoria

- La entidad pone en marcha en Barcelona un Taller de memoria para proporcionar a la gente mayor las herramientas necesarias para combatir el deterioro cognitivo.
- Entre un 30 y un 50% de las personas mayores de 65 años padecen problemas de memoria que acaban desencadenando numerosos olvidos cotidianos.

*19 de febrero de 2015.* La Fundació Agrupació pone en marcha el próximo **martes 24 de febrero** en su sede de Barcelona su Taller de memoria, una iniciativa destinada a proporcionar a la gente mayor todas aquellas herramientas que necesitan para combatir el deterioro cognitivo y mejorar la capacidad de atención y retención. En total, participarán 50 personas, que se repartirán en dos grupos: uno de 10.00h a 11.30h y otro de 16.30h a 18.00h.

Se calcula que entre un 30 y un 50% de las personas mayores de 65 años padecen problemas de memoria que acaban desencadenando los llamados olvidos cotidianos. **“Con este taller queremos transmitir a los participantes la importancia de empezar a trabajar desde muy pronto para ayudar a prevenir la aparición de aquellas afectaciones que pueden deteriorar nuestra mente de tal manera que acaben dificultando la realización de nuestras actividades diarias”**, explica la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà.

A través de juegos y ejercicios, un psicólogo dará a los participantes consejos y herramientas para ejercitar las tres fases que intervienen en el proceso de memorización: registro, retención y recuerdo. El Programa de Estimulación Cognitiva permite el aprendizaje de estrategias y técnicas para que los pequeños olvidos no afecten a la rutina diaria. Se trata de actividades que estimulan la atención; la velocidad y la rapidez a la hora de incorporar información del exterior; la planificación, secuenciación y ejecución de tareas; las estrategias mnemotécnicas y el uso de tácticas para la independencia funcional.

---

### Convocatoria de prensa TALLER DE MEMORIA.

**Fechas:** Todos los martes desde el 24 de febrero hasta el 12 de mayo

**Horarios:** De 10.00 h a 11.30 h y de 16.30h a 18.00h

**Lugar:** Sede de la Fundació Agrupació (Gran Via de les Corts Catalanes, 652, Principal 2a, BARCELONA)

---

La **Fundació Agrupació** nació en el año 1993 para canalizar la acción social de **Agrupació** y convertir en hechos la sensibilidad y la implicación con sus 340.000 socios asegurados y con toda la sociedad, especialmente con la gente mayor, la infancia y la juventud y las personas discapacitadas.

La prevención es el eje troncal de la **Fundació Agrupació**, que fomenta hábitos saludables para evitar, retardar o paliar situaciones de dependencia física o psíquica y buscar al máximo la autonomía personal. De esta manera, la Fundació trabaja acerca de la alimentación, la actividad física y mental o las relaciones sociales. Además, promueve la formación a través de la realización de cursos y actividades formativas, a la vez que da apoyo a proyectos de investigación acerca de los colectivos con los que trabaja.