

La Fundació Agrupació promueve la salud física, emocional y cognitiva de la gente mayor con un taller de música

La actividad tiene como finalidad proporcionar a los participantes aquellas técnicas que les permitan mejorar su calidad de vida a partir de la prevención de aspectos cognitivos, psicosociales, emocionales y físicos.

Convocatoria de prensa: TALLER DE MÚSICA PARA LA SALUD EN BARCELONA

Fecha: 8, 15, 22 y 29 de mayo y 5 de junio

Horario: De 10.30 h a 12.00 h

Lugar: Escuela de música Joan Llongueres (Sèneca, 22). **BARCELONA**

Para confirmar asistencia de prensa y más información: Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 (ldelafuente@ecofirma.es)

6 de mayo de 2015-. La Fundació Agrupació inicia **este viernes 8 de mayo a las 10.30h** una nueva edición de su **Taller de música para la salud**. La actividad, que se llevará a cabo en la **Escuela de música Joan Llongueres de Barcelona** y se alargará hasta el 5 de junio, tiene como finalidad proporcionar técnicas que permitan a los asistentes mejorar su calidad de vida abordando, desde un punto de vista preventivo, diversos aspectos como la orientación, la atención y las habilidades comunicativas.

“El objetivo es trabajar la salud física, emocional y cognitiva participando en juegos musicales, cantando canciones, haciendo audiciones de música y tocando instrumentos”, explica la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**.

Mejorar las habilidades verbales y de comunicación, aumentar la capacidad de atención y concentración, mantener la movilidad de las articulaciones y la fuerza de los músculos, reducir la agitación y la ansiedad, incrementar la interacción y contribuir a la autoestima son algunos de los beneficios que se pueden obtener con la práctica de esta actividad.

Sobre la Fundació Agrupació

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.