

**ABC**  
19/02/2015

## La Fundació Agrupació ofrece talleres para ejercitar la memoria

19-02-2015 / 12:12 h EFE

La Fundació Agrupació inicia en Barcelona el próximo 24 de febrero un "taller de memoria" con el que se pretende proporcionar herramientas para combatir el deterioro cognitivo y mejorar la capacidad de atención y retención a 50 personas mayores.

Según explica la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà, "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".

Asimismo, informa de que se calcula que los afectados por problemas de memoria y olvidos cotidianos constituyen entre un 30 y un 50 por ciento de las personas mayores de 65 años.

Es por eso por lo que este taller se enfocará en juegos y ejercicios, así como consejos y herramientas, para ejercitar así las tres fases del proceso de memorización: "registro, retención y recuerdo".

Estas actividades permiten estimular la atención, la memoria, la velocidad y rapidez a la hora de asimilar información del exterior.

La Fundació Agrupació, creada en 1993, tiene como especialidad el tratamiento para la prevención de dependencia física o psíquica en la gente mayor, la infancia, la juventud y las personas discapacitadas.