

Seguros TV
20/02/2015

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

La **Fundació Agrupació** pone en marcha el próximo **martes 24 de febrero** en su sede de Barcelona su **Taller de memoria**, una iniciativa para 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.



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.