

La gent gran
25/03/2015

Jornada "Com envellir bé emocionalment"

Demà dijous, organitzada per la Fundació Agrupació i la Fundació Pere Tarrés

Són molts els factors físics, psíquics i socials que determinen la salut mental de les persones. Quan algú es fa gran, és freqüent que comenci a manifestar dificultats que afectin la seva capacitat per viure de manera independent, una circumstància que pot posar en perill el seu benestar emocional. Segons l'Organització Mundial de la Salut (OMS), un 15% de les persones grans pateix algun tipus de trastorn mental, essent l'ansietat, l'angoixa i l'estrès les patologies més habituals.

Quines són les causes d'aquestes afectacions? Com les podem prevenir? Cuidem la nostra ment de la mateixa manera que ho fem amb el nostre cos? Estem gestionant correctament les nostres emocions?

La Fundació Agrupació i la Fundació Pere Tarrés et conviden a la jornada Com envellir bé emocionalment el proper **dijous 26 de març, a les 9h.**, a la Casa del Mar de Barcelona (c/ Albareda, 1). Miquel Vilardell, Cap del Servei de Medicina Interna de l'Hospital Vall d'Hebron, serà l'encarregat de dur a terme la conferència inaugural de la jornada, que també comptarà amb la presència d'Assumpció Roset, Comissionada d'Alcaldia de la Gent Gran de l'Ajuntament de Barcelona; Josep Lluís Vilaseca, president de la Fundació Agrupació; i Josep Oriol Pujol, director general de la Fundació Pere Tarrés.

Durant la trobada se celebraran també dues taules rodones, dirigides a analitzar els diferents recursos existents a l'hora de fer front al dolor i a reflexionar sobre la gestió de les emocions i l'abordatge de les patologies emocionals de la gent gran.

Data: Dijous, 26 de març de 2015

Horari: De 9.00 a 14.00 hores

Lloc: Casa del Mar (C/ Albareda, 1) BARCELONA

Organitza: Fundació Agrupació i Fundació Pere Tarrés

Consulteu el programa [aquí](#).



