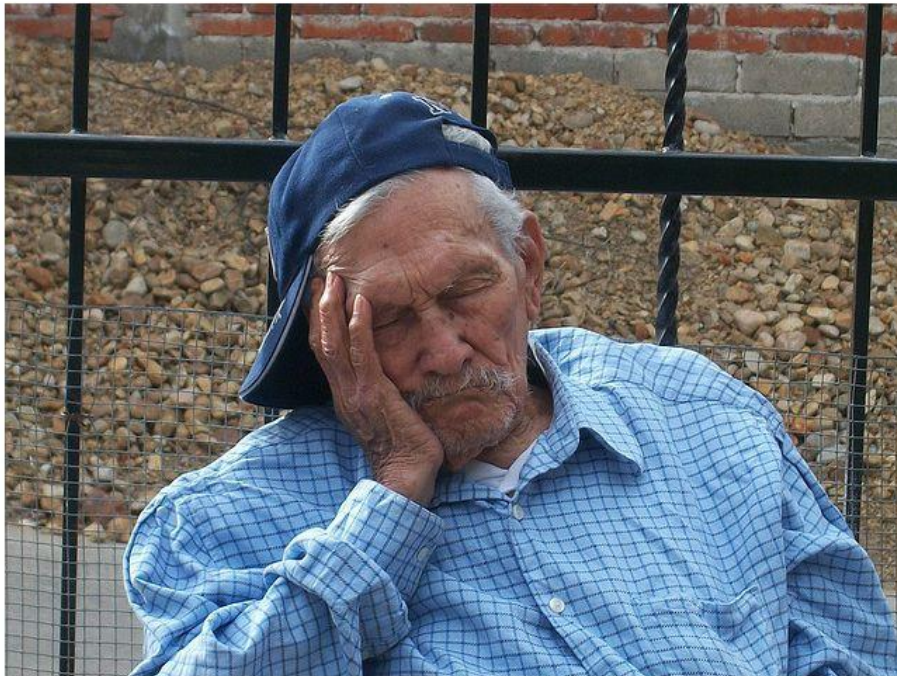


Barcelona Mihealth
6/10/2015

Cuidemos la memoria de nuestros mayores

Publicado el [6 octubre, 2015](#)



Dayana García Blas / Día 06 de octubre – 2015

Perder la memoria cobra sentido cuando afecta al terreno emocional, es decir, cuando no recuerdas vivencias, experiencias o el amor que sientes por tus seres queridos a quienes, en ocasiones, ni reconoces. Sabemos que la lucha contra el olvido es una batalla complicada, pero no imposible si se hace trabajar el cerebro a diario y con tenacidad.

La Fundació Agrupació pone en marcha del 6 al 12 de octubre una nueva edición de su Taller de memoria en Barcelona, una actividad destinada a la gente mayor que tiene como finalidad combatir el deterioro cognitivo y mejorar la capacidad de atención y retención. No es la primera vez que promueven este tipo de servicios y en anteriores años la organización ha conseguido reunir a un total de 40 participantes.

Imma Playà, directora del centro, asegura que “con estos talleres, queremos transmitir a los participantes lo importante que es empezar a trabajar pronto para ayudar a prevenir la aparición de afectaciones que pueden deteriorar nuestra mente y, a la larga, hacer que nos sea muy difícil realizar nuestras actividades diarias”. En la actualidad, entre un 30 y un 50% de las personas mayores de 65 años sufren problemas de memoria que acaban desencadenando olvidos cotidianos.

Por otro lado, la Fundació Agrupació realiza cursos de nuevas tecnologías para nuestros “abuelitos”, quienes aprenden a editar videos a partir del uso de los programas Moviemaker y Pinnacle Studio. Los mayores también se han de adecuar al siglo XXI y a la revolución digital, y que mejor manera de hacer que participando del 7 al 21 de octubre en este taller tecnológico que acoge a 15 personas.

Durante el curso se enseñará a los participantes a crear sus propios clips de vídeo, fotografías y música. “Queremos que la gente mayor participe y conozca todas las posibilidades que les ofrecen las nuevas tecnologías, dejando de lado la idea de que se trata de un mundo solo reservado a los más jóvenes”, asegura Playà.