

## TALLER DE MEMÒRIA A GIRONA



### Treballant la ment

El pas del temps i el fet que apareguin processos de demència durant l'envelliment, deteriora funcions com l'atenció, la memòria, ... Aquestes funcions ens ajuden a realitzar l'activitat del dia a dia. Per aquest motiu, la Fundació Agrupació Mútua pretén donar eines per intentar frenar aquest deteriorament i per ensinistrar als usuaris en el coneixement i ús d'estratègies i tècniques útils per contrarestar les dificultats que es puguin generar en la seva vida diària.

### Activem-nos!

**Programa d'Estimulació Cognitiva. Activitats que reforcen i estimulen:**

- Atenció
- Velocitat i rapidesa alhora d'entrar informació de l'exterior
- Planificació, seqüenciació i execució de tasques
- Estratègies mnemotècniques (memòria)
- Us d'estratègies compensatòries que ajudin a la millora de la independència funcional
- Altres funcions afectades (singularitat personal)
- Treball a domicili (exercicis per fer a la llar)

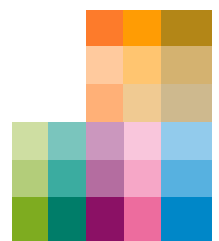
Enguany, i per primer vegada, el taller de Memòria es realitzarà a la ciutat de Girona i començarà el proper dilluns **10 de maig de 2010** i finalitzaran el **16 de juny** (tots els dilluns i dimecres de 17h a 18:30h).

Per apuntar-se **cal omplir la butlleta d'inscripció** corresponent a l'activitat que adjuntem a continuació (inscripcions per rigorós ordre d'arribada, el **termini màxim és el 5 de maig**) i enviar-la per fax al 93.482.67.00 o per correu postal a la Fundació Agrupació Mútua (Gran Via de les Corts Catalanes, 621 08010 de Barcelona), a l'atenció de Jordi Mazcuñán o Marta Sediles.

El lloc de realització del taller és:

Centre Cívic Sant Narcís  
Plaça Assumpció 26-27  
17005 Girona  
S'hi pot arribar amb la línia 5 de l'autobús

Per qualsevol aclariment pot trucar al 93.482.67.01 i demanar per Marta Sediles o Jordi Mazcuñán.



## TALLER DE MEMÒRIA A GIRONA



**EMPLENAR LA BUTLLETA I RETORNAR-LA PER FAX 93.482.67.00 O A LA DIRECCIÓ  
POSTAL SEGÜENT: Gran Via de les Corts Catalanes, 621 08010 Barcelona a la  
atenció de Jordi Mazcuñán o Marta Sediles.**

NOM: \_\_\_\_\_ COGNOMS: \_\_\_\_\_

DIRECCIÓ: \_\_\_\_\_

POBLACIÓ: \_\_\_\_\_ CODI POSTAL: \_\_\_\_\_

TELÈFON: \_\_\_\_\_

E-MAIL: \_\_\_\_\_

**DILLUNS I DIMECRES (Des del 10 de maig i fins el 16 de juny)**

HORARI 17h a 18:30h



SIGNATURA

