

INICIATIVES ASPID

# Taller per a l'autonomia de les persones grans a Alpicat



Participants en els tallers que es duen a terme a Alpicat, del programa Neuroactiva't de Aspid.

| ALPICAT | Aspid ha posat en marxa a Alpicat un taller destinat a prevenir l'aparició d'afectacions neurològiques a través del treball en l'àmbit cognitiu, per reforçar la memòria i de treball en l'àmbit de l'activitat física. La iniciativa s'emmarca en el programa Neuroactiva't, finançat per l'Obra Social La Caixa, i té l'objectiu principal de fomentar l'envelliment actiu i l'autonomia

de les persones grans. El taller es durà a terme entre el gener i el març amb dos sessions a la setmana i compta amb divuit participants inscrits.

D'altra banda, també s'està desenvolupant un taller de mindfulness a Menàrguens. Un total de 690 usuaris s'han beneficiat del programa Neuroactiva't des de l'estrena el mes d'abril de l'any passat.