

# ACTIVA'T I CUIDA'T!

Red adscrita  CAT

## Temas

Mujeres, Hombres, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Enfermedades crónicas.

## Descripción

Vine al Centre Memòria on t'ajudem a mantenir en forma el teu cervell. Apunta't als nostres programes d'entrenament cognitiu individual o per grups i, si també vols entrenar el teu cos, els programes duals t'ajuden a mantenir el cos i el cervell en forma. La millor manera de prevenir problemes cognitius. Cal una valoració prèvia per accedir als diferents tallers que ofereix el centre de memòria. Apunta't i consulta els nostres preus a: [memoria@afab-bcn.org](mailto:memoria@afab-bcn.org) - 934 125 746 Atenció de dilluns a divendres de 9h a 19h Programa d'entrenament cognitiu individual. Programa d'entrenament cognitiu grupal. OBJECTIUS: Enfortir i mantenir les funcions cognitives per prevenir i/o alentar futurs problemes cognitius i afavorir un envelliment actiu. QUÈ OFERIM? Programa d'entrenament neuropsicològic personalitzat. Sessions individuals amb programes de rehabilitació cognitiva (Guttmann Neuropersonal Trainer i NeuronUp) presencial i des de domicili. Seguiment individualitzat i control neuropsicològic periòdic.

## Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

## Persona de contacto

Associació de familiars de persones amb Alzheimer de Barcelona-AFAB (934125746) ([direccio@afab-bcn.org](mailto:direccio@afab-bcn.org))

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Associació de familiars de persones amb Alzheimer de Barcelona-AFAB

## Fecha de última actualización de la actividad

13/05/2026

## Situación actual de la actividad

Activa

## Gratuita

No

## Localización

Calle Compte Borrell 209 08029 Barcelona Barcelona Cataluña España



## Página web del proyecto

<https://www.afab-bcn.org/>