

EL RINCÓN DE...

APAEX ELCHE

REVISTA MENSUAL
Nº 16 Junio 2017



Foto: Presentación de *La Vida Sin...* en la gala de Radio Jove Elx.

***La Vida Sin...* en la gala Radio Jove 2017**

La Vida Sin..., el programa de radio de APAEX Elche, queda nominado como mejor programa de asociaciones

La Vida Sin..., el programa de radio de APAEX Elche participó en la gala de Radio Jove Elx 2017, quedando nominada a mejor programa de colectivo o asociación. *La Vida Sin...* realiza una labor como taller didáctico y de mejora de la expresión en APAEX Elche, abierto tanto a usuarios como a voluntarios. La temporada 2017-2018 comenzará en octubre y cualquiera puede apuntarse.

El consumo moderado de alcohol aumenta el riesgo de deterioro cognitivo también

Se suele pensar que sólo el consumo excesivo de alcohol puede causar enfermedades y trastornos, pero últimas investigaciones parecen desmentir esto



Cada vez hay más evidencias de que el consumo de alcohol es perjudicial para la salud, según científicos de la universidad de Oxford. No sólo se demuestra que tomar dos vasos de vino tinto al día multiplica las posibilidades de padecer enfermedades cardiovasculares. En el último estudio de la universidad inglesa se determina que el consumo moderado de alcohol aumenta las posibilidades de padecer algún tipo de demencia.

Anya Topiwala, directora del estudio publicado, afirma que “el alcohol puede ser un factor de riesgo modificable para el deterioro cognitivo, y las intervenciones de prevención primaria dirigidas a las edades avanzadas podrían llegar demasiado tarde”.

Para realizar la investigación, se revisaron los historiales médicos de los sujetos investigados, además de sus hábitos de ingesta de alcohol y los resultados de pruebas cognitivas de los últimos 30 años. Además, los participantes, de ambos sexos, tuvieron que realizarse resonancias magnéticas entre 2012 y 2015.

Se determinó que aquellos que consumían 30 unidades de alcohol a la semana (una unidad de alcohol es una copa) tuvieron mucha mayor posibilidad de padecer “atrofia del hipocampo”, una forma de daño cerebral, donde el sentido de la orientación y la memoria se ven gravemente afectados. Los que tomaban 14 unidades tenían tres veces más posibilidades de sufrir atrofia que un abstinencia.

43 Aniversario de APAEX Elche

En el aniversario de la asociación, Amor Fenoll, psicóloga, dará una charla sobre los hábitos a desarrollar para lograr una alta inteligencia emocional

43 ANIVERSARIO



APAEX

ASOCIACIÓN PROTECCIÓN Y AYUDA A EX-ALCOHOLICOS

C/ Dr. Sapena, 65
Tel. 677 30 48 30
www.apaexelche.com

CHARLA



Habitos a desarrollar, para lograr una alta Inteligencia Emocional

Psicologa: Amor Fenoll García

LUGAR	FECHA
Sede de Apaex Elche Doctor Sapena, 65 Bajo ELCHE Tel. 677 30 48 30	Sábado, 15 de Julio de 2017 19:00 h

ENTREGA DIPLOMAS asistentes a Talleres 2016-2017

PATROCINAN



COLABORAN



El próximo sábado 15 de julio a las 19:00 horas se celebrará en APAEX el 43 aniversario de la fundación de la asociación. Como cada año se realizará una charla realizada por un profesional en la materia. Este año, la charla recaerá en Amor Fenoll García, psicóloga y voluntaria de APAEX Elche, cuyo título es "Hábitos a desarrollar para lograr una alta inteligencia emocional".

Esta charla pretende dar las respuestas necesarias para que los usuarios y voluntarios puedan mejorar su vida y su autoestima.

Además se repartirán los diplomas a todos los usuarios que han completado satisfactoriamente sus cursos realizados en APAEX.

La charla y la entrega de diplomas se realizará en la sede de APAEX de Doctor Sapena nº 65.

Tablón de anuncios

43 ANIVERSARIO
APAEX
ASOCIACIÓN PROTECCIÓN Y AYUDA A EX-ALCOHÓLICOS
C/ Dr. Sapena, 65
Tel. 677 30 48 30
www.apaexelche.com

CHARLA
Hábitos a desarrollar, para lograr una alta Inteligencia Emocional
Psicóloga: **Amor Fenoll García**

LUGAR
Sede de Apaex Elche
Doctor Sapena, 65 Bajo
ELCHE Tel. 677 30 48 30

FECHA
Sabado,
15 de Julio de 2017
19:00 h

ENTREGA DIPLOMAS
asistentes a Talleres 2016-2017

PATROCINAN
GENERALITAT VALENCIANA
Ajuntament d'Elx

COLABORAN
Lluvia, Informacion.es, etc.

La vida sin...

El programa de APAEX en radio jove Elx.
Todos los miércoles alternos a las 19:30 en el
dial 107.5 FM

¡Participa! Infórmate en la sede de APAEX



La sede de **APAEX Elche** se encuentra en C\ Doctor Sapena nº 65 CP 03204

Síguenos en las redes: Facebook *Cambios que curan*
Twitter @apaex_elche
Blog apaexelche.wordpress.com
Web apaexelche.com
Email infoapaexelche@gmail.com

