



# Worried About Memory Loss?

Changes in the following may be cause for concern:

- 1 feeling less able to do day to day activities
- 2 managing finances and paying bills
- 3 misplacing or losing things more often
- 4 increasing anger, anxiety, or sadness
- 5 trouble with reading, writing, and conversations
- 6 repeating questions or stories
- 7 withdrawing from family, friends, or social activities
- 8 getting lost on familiar roads or paths
- 9 needing more reminders to stay organized
- 10 what others are saying about changes in your memory or behavior



**Alzheimer's  
LOS ANGELES**

**844.HELP.ALZ**  
AlzheimersLA.org



**Healthy Brain Initiative**  
**Los Angeles**



# ¿Preocupado por la pérdida de memoria?

Cambios que pueden causar preocupación:

- 1 la habilidad de poder realizar actividades diarias
- 2 el manejo de finanzas o pago de las cuentas
- 3 perder cosas más frecuentemente
- 4 sentirse más enojado, triste, o con más ansiedad
- 5 tener problemas para leer, escribir y conversar
- 6 repetir preguntas o historias
- 7 pasando menos tiempo con familiares, amigos, y en actividades sociales
- 8 perderse en caminos o paseos conocidos
- 9 la necesidad de más recordatorios para organizarse
- 10 lo que los demás dicen de los cambios en su memoria o comportamiento



**Alzheimer's**  
**LOS ANGELES**

**844.HELP.ALZ**  
**(844.435.7259)**  
AlzheimersLA.org



**Healthy Brain Initiative**  
**Los Angeles**