

60 alumnes de l'Escola Fedac Pont Major de Girona aprenen jugant a menjar bé

- **Amb la Gimcana de la dieta mediterrània, alumnes de tercer, quart i cinquè de primària de l'Escola Fedac Pont Major de Girona passaran de prova en prova per aprendre els valors nutricionals dels aliments.**
- **Declarada Patrimoni Immaterial de la Humanitat per la UNESCO l'any 2010, la dieta mediterrània està considerada pels experts com el millor antídote contra la malnutrició i l'obesitat.**



15 d'abril de 2015 -. El pròxim **dijous 16 d'abril**, la Fundació Agrupació celebra a **Girona** una nova edició de la **Gimcana de la dieta mediterrània**, una de les activitats més consolidades de l'entitat. La finalitat és que els nens i nenes participants, 63 alumnes de tercer, quart i cinquè de primària de l'Escola Fedac Pont Major de Girona, aprenguin a través de jocs i tallers de cuina quines pautes han de seguir per mantenir una dieta saludable. La jornada, que es durà a terme a la

mateixa escola, s'iniciarà a les 9.00h i s'allargarà fins les 11.00h.

"Els estudis demostren que els nens i les nenes que avui dia pateixen obesitat tenen un 70% de probabilitats de continuar essent obesos quan es facin grans", afirma la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà. En l'actualitat, només un 8% dels infants menja les 5 racions de fruita i verdura diàries recomanades per l'Organització Mundial de la Salut (OMS). **"Mentre juguen, els expliquem què els aporta cada ingredient i, sobre tot, perquè és important que consumeixin certs aliments",** afegix Playà.

Consumir productes frescos deixant de banda les grasses saturades constitueix la base de la dieta mediterrània, un estil d'alimentació que els experts descriuen ja com el millor antídote contra la malnutrició i l'obesitat.

Convocatòria de premsa: GIMCANA DE LA DIETA MEDITERRÀNIA A GIRONA

Data: Dijous 16 d'abril de 2015

Horari: De 9.00 a 11.00 hores

Lloc: Escola Fedac Pont Major (C/ Pont Major, 21) **GIRONA**

Tipus d'acte: Gimcana infantil-familiar

Organitza: Fundació Agrupació

Per confirmar assistència de premsa i més informació: Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 (ldelafuente@ecofirma.es)

La **Fundació Agrupació** va néixer l'any 1993 per tal de canalitzar l'acció social d'Agrupació i convertir en fets la seva sensibilitat i implicació amb els seus 300.000 socis assegurats i amb

tota la societat, especialment amb la gent gran, infància i joventut i les persones discapacitades.

La prevenció és l'eix troncal de la Fundació Agrupació, que fomenta hàbits saludables per tal d'evitar, retardar o pal·liar situacions de dependència física o psíquica i buscar al màxim l'autonomia personal. D'aquesta manera, la Fundació treballa sobre l'alimentació, l'activitat física i mental o les relacions socials. A més, promou la formació a través de la realització de cursos i activitats formatives, a la vegada que dóna suport a projectes de recerca i d'investigació sobre els col·lectius amb què treballa.