

## Un centenar d'alumnes de diferents escoles de Sabadell participen a una gimcana per aprendre a menjar bé

**Convocatòria de premsa:** GIMCANA DE LA DIETA MEDITERRÀNIA A SABADELL

**Data:** Dimarts 28 d'abril de 2015

**Horari:** De 9.30 a 11.30 hores

**Lloc:** Escola Agnès Armengol (Avinguda Can Bordoll, 92-94) **SABADELL**

**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](mailto:ldelafuente@ecofirma.es))

La Fundació Agrupació, en col·laboració amb l'Ajuntament de Sabadell, celebren a l'Escola Agnès Armengol la Gimcana de la dieta mediterrània, una activitat destinada a ensenyar els més petits què han de fer per portar una dieta equilibrada.

Hi participaran uns 100 alumnes de 6è de primària i de 1r d'ESO de quatre centres educatius sabadellencs: Agnès Armengol, Juan Ramon Jiménez, Joan Montllor i Institut La Serra.

Declarada Patrimoni Immaterial de la Humanitat per la UNESCO l'any 2010, la dieta mediterrània està considerada pels experts com el millor antídoto contra la malnutrició i l'obesitat.



27 d'abril de 2015 -. El pròxim **dimarts 28 d'abril**, la Fundació Agrupació i l'Ajuntament de Sabadell celebren a l'Escola Agnès Armengol la **Gimcana de la dieta mediterrània**, una activitat que té com a objectiu proporcionar pautes als més petits per a que puguin seguir una dieta saludable. Des de les 9.30h fins les 11.30h, un centenar d'alumnes de 6è de primària i 1r de la ESO d'aquest centre, de les escoles Juan Ramon Jiménez, Joan Montllor i de l'Institut

La Serra de la mateixa ciutat passaran de prova en prova jugant i participant en tallers de cuina i manualitats a través dels quals aprendran els valors nutricionals dels aliments.

**"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”**, afegeix 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.

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.