

## **La Fundació Agrupació ensenya a un centenar d'alumnes de La Salle Tarragona com han de menjar per no patir malnutrició i obesitat**

- **Amb la Gimcana de la dieta mediterrània, alumnes de tercer de primària de l'Escola La Salle Tarragona aprendran jugant quins són 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.**

7 d'abril de 2015 -. El pròxim **dijous 9 d'abril**, la Fundació Agrupació celebra a Tarragona la **Gimcana de la dieta mediterrània**, una activitat destinada a ensenyar als nens què han de fer per dur una dieta sana i equilibrada a través de jocs i tallers de cuina. A la jornada, que es durà a terme a La Salle Tarragona entre les 9.00h i les 11.00h, hi participarà un total de 100 alumnes de tercer de primària d'aquest centre.

**"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 recomanades per l'Organització Mundial de la Salut (OMS). **"La nostra finalitat és que aprenguin a menjar bé. Per això, ens centrem en explicar-los què els aporta cada ingredient i, sobre tot, en el 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.

### **Convocatòria de premsa: GIMCANA DE LA DIETA MEDITERRÀNIA A TARRAGONA**

**Data:** Dijous 9 d'abril de 2015

**Horari:** De 9.00 a 11.00 hores

**Lloc:** Escola La Salle Tarragona. (Avinguda Països Catalans, s/n) **TARRAGONA**

**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))

### **Sobre la Fundació Agrupació**

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.