

## **La Fundació Agrupació ensenya a nens i nenes de Celrà en què consisteix una alimentació sana**

- **Amb la Gimcana de la dieta mediterrània, alumnes de tercer i quart de primària de l'Escola Les Falgueres de Celrà 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 antídoto contra la malnutrició i l'obesitat.**

26 de gener de 2015 -. El pròxim **dimecres 28 de gener**, la Fundació Agrupació celebra a **Celrà** la seva primera **Gimcana de la dieta mediterrània** de l'any. Serà a les 9.00h a l'escola Les Falgueres i comptarà amb la participació de 85 nens i nenes de tercer i quart de primària, que aprendran què han de fer per dur una dieta sana i equilibrada a través de jocs i tallers de cuina.

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 antídoto contra la malnutrició i l'obesitat. **"La nostra finalitat principal és que els nens i nenes aprenguin a menjar bé centrant-nos en explicar-los què els aporta cada ingredient i, sobre tot, en el perquè és important que consumeixin certs aliments"**, explica Imma Playà, directora de la Fundació Agrupació.

Durant el circuit, els participants passaran de prova en prova jugant i fent manualitats, a més de cuinar receptes senzilles i saludables com amanides, entrepans, brotxetes de fruita i sucs de taronja.

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

**Data:** Dimecres 28 de gener de 2015

**Horari:** De 9.00 a 11.00 hores

**Lloc:** Escola Les Falgueres. (Avinguda Països Catalans, s/n) **CELRÀ**

**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.