

La Fundació Agrupació dóna pautes a 95 alumnes de l'Escola Joan Maragall de Sabadell per evitar l'obesitat i la malnutrició

- **Amb la Gimcana de la dieta mediterrània, els participants aprenen jugant què han de menjar per seguir una dieta saludable.**
- **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.**

24 de febrer de 2015 - **Els nens i nenes que pateixen obesitat tenen un 70% de probabilitats de continuar essent obesos quan es facin grans.** Així ho afirmen els experts, qui defensen que la infància és la millor etapa per ensenyar als més petits la importància que té menjar sa per la seva salut. La **Fundació Agrupació**, com a entitat de referència en la promoció dels hàbits saludables, celebra demà **dimecres a les 9.00h a l'Escola Joan Maragall de Sabadell la Gimcana de la dieta mediterrània**, una iniciativa destinada a mostrar als nens i nenes participants què han de fer per dur una dieta equilibrada.

En total hi participaran **95 alumnes** del centre, que passaran de prova en prova jugant i fent manualitats, a més de cuinar plats senzills com amanides, entrepanes i sucs de taronja.

“En l'actualitat, només un 8% dels nens menja les 5 racions de fruita diàries que l'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana per mantenir una alimentació saludable”, explica la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**. Aquesta situació, sumada a que les dietes dels més petits encara contenen elevades dosis de sal, greixos i sucre, fa que l'obesitat sigui una problemàtica important dins aquest col·lectiu. **“Amb aquesta activitat, ensenyem als nens els aliments que conformen la base de la dieta mediterrània, explicant-los què els aporta cada ingredient i perquè és important que els consumeixin”**, afegeix Playà.

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

Convocatòria de premsa: GIMCANA DE LA DIETA MEDITERRÀNIA A SABADELL

Data: Dimecres 25 de febrer de 2015

Horari: De 9.00 a 11.00 hores

Lloc: Escola Joan Maragall (Passatge de les Escoles, 2) **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)

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.