

90 alumnes de l'Escola Dalmau Carles de Girona aprenen amb la Fundació Agrupació com evitar l'obesitat i la malnutrició

- En l'actualitat, només un 8% dels nens menja les 5 racions de fruita diària que l'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana per mantenir una alimentació saludable.
- Amb la Gimcana de la dieta mediterrània, els participants aprenen jugant què han de menjar per seguir una dieta equilibrada.
- 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.

16 de març de 2015 -. Segons els experts, **els nens i nenes que avui dia pateixen obesitat tenen un 70% de probabilitats de continuar essent obesos quan es facin grans. A més, només un 8% dels infants menja les 5 racions de fruita recomanades per l'Organització Mundial de la Salut (OMS).** Amb la finalitat de mostrar als més petits la importància de mantenir una dieta equilibrada a l'hora d'estar sans, la Fundació Agrupació, com a entitat de referència en la promoció dels hàbits saludables, celebra el pròxim **dimecres 18 de març de 9.00h a 11.00h a l'Escola Dalmau Carles de Girona** la seva **Gimcana de la dieta mediterrània**.

Hi participaran 90 alumnes de tercer i quart de primària, que passaran de prova en prova jugant, fent manualitats i cuinant els seus propis plats. **"La idea és que mentre els nens juguin i s'ho passin bé, aprenguin quins són els aliments que conformen la base de la dieta mediterrània. Per aconseguir-ho, és fonamental explicar-los què els aporta cada ingredient i perquè és important que els consumeixin"**, explica la directora de la Fundació Agrupació, **Imma Playà**.

Declarada l'any 2010 Patrimoni Immaterial de la Humanitat per la UNESCO, la dieta mediterrània està considerada pels experts com el principal antídote contra l'obesitat i la malnutrició. **"Els greixos, la sal i el sucre continuen encara molt presents en la dieta de la població infantil, un fet que hem d'intentar canviar perquè constitueix una de les causes principals dels elevats índex d'obesitat dins d'aquest col·lectiu"**, assegura Playà.

Convocatòria de premsa: GIMCANA DE LA DIETA MEDITERRÀNIA A GIRONA

Data: Dimecres 18 de març de 2015

Horari: De 9.00 a 11.00 hores

Lloc: Escola Dalmau Carles (C/ Taga, 1) **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)

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.