

## **La Fundació Agrupació ensenya a 80 alumnes de l'Escola Miracle de Tarragona com han de menjar per tenir una vida saludable**

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

**Data:** Dimecres 13 de maig de 2015

**Horari:** De 9.00 a 11.00 hores

**Lloc:** Escola Miracle. (Plaça Cardenal Arce Ochotorena 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))

- **Amb la Gimcana de la dieta mediterrània, alumnes de tercer, quart i cinquè de primària d'aquest centre 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.**

*11 de Maig de 2015* -. El pròxim **dimecres 13 de maig**, la Fundació Agrupació celebra a **Tarragona** la **Gimcana de la dieta mediterrània**, una de les activitats més consolidades de l'entitat. A la jornada, que es durà a terme a l'**Escola Miracle entre les 9.00h i les 11.00h**, hi participarà un total de **80 alumnes de tercer, quart i cinquè de primària** d'aquest centre. L'activitat està destinada a ensenyar als nens què han de fer per dur una dieta sana i equilibrada a través de jocs i tallers de cuina.

**"Els estudis demostren que els infants 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 recomanades per l'Organització Mundial de la Salut (OMS)**. Els greixos, la sal i el sucre es troben encara en dosis elevades en la dieta de la població infantil i juvenil, un fet que provoca que l'obesitat sigui important dins d'aquest col·lectiu.

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.

### **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.