

75 alumnes de l'Escola Eduard Toda de Reus aprenen pautes per evitar l'obesitat i la malnutrició amb la Fundació Agrupació

- En l'actualitat, només un 8% dels nens menja les 5 racions de fruita i verdura diàries que l'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana per mantenir una alimentació saludable.
- Els nens i nenes, alumnes de cinquè de primària, participaran a la Gimcana de la dieta mediterrània, una activitat amb la que aprendran 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.

10 de novembre de 2015 -. 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). Així ho afirmen els experts, els quals afegeixen a més que els nens i nenes que avui dia pateixen obesitat tenen un 70% de probabilitats de continuar essent obesos quan es facin grans.

Amb l'objectiu de mostrar als més petits la importància de mantenir una dieta equilibrada a l'hora d'estar sans, la Fundació Agrupació celebra demà **dimecres 11 de novembre de 9.00h a 11.00h a l'Escola Eduard Toda de Reus** la seva **Gimcana de la dieta mediterrània**.

En total hi participaran **75 nens i nenes de cinquè de primària**, que durant tota la jornada passaran per un circuit de proves a través del qual aprendran jugant quins són els aliments que conformen la base de la dieta mediterrània. *"A través de jocs, manualitats i tallers de cuina, els infants aprenen perquè és important mantenir una dieta equilibrada. Per aconseguir-ho, és fonamental explicar-los què els aporta cada ingredient i perquè els han de consumir"*, 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 REUS

Data: Dimecres 11 de novembre de 2015

Horari: De 9.00 a 11.00 hores

Lloc: Escola Eduard Toda (C/ Montserrat Roig, 2) **REUS**

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.