

La Fundació Agrupació fomenta l'alimentació saludable entre nens i nenes amb les seves gimcanes de la dieta mediterrània

- En el primer semestre se celebraran un total de 8 gimcanes en escoles de Catalunya i les Balears.
- La Dieta Mediterrània, declarada Patrimoni Cultural Immaterial de l'UNESCO, aporta una alimentació saludable, cada vegada més incorporada en els hàbits diaris de molts països.

Barcelona, 28 d'abril de 2016. - Jugar, fer manualitats, cuinar receptes divertides, i finalment, degustar-les. Aquestes són, de forma resumida, les activitats que duran a terme uns 850 nens de primària de diverses ciutats de Catalunya i Balears, durant les gimcanes de la dieta mediterrània de la Fundació Agrupació.

L'objectiu és que els alumnes d'entre 3r i 6è de primària es familiaritzin amb els principals aliments de la dieta mediterrània i els aprenguin a cuinar i assaborir. I quina millor manera d'aconseguir-ho que deixant el petit aprendre a preparar-se la seva broqueta de fruita, amanida o suc.

Aquest primer semestre són 8 les escoles que acullen aquestes gimcanes sanes:

2 març: Vilafranca del Penedès / Escola Sant Josep/ 9-11 h

30 març: Granollers / Escola Granollers/ 9-11 h

8 abril: Sabadell / Escola Juan Ramón Jiménez/ 10-12 h

12 abril: Tarragona / Escola Mare de Déu del Carme / 9-11 h

3 maig: Sabadell / Centre Cívic Puiggener/ 10-12 h

10 maig: Granollers / Escola Ponent/ 9-11 h

12 maig: Girona / Participació de diverses escoles de la ciutat. 9,30 h a 13,30 h. Plaça "del Lleó" (Plaça Salvador Espriu)

19 maig: Palma de Mallorca/ Mercat Municipal de Llevant/ 9,30-11,30h

A més de senzill, apuntar-se a la dieta mediterrània és sa. La base: abandonar els greixos saturats i optar pel consum de productes frescos, la qual cosa assegura una bona nutrició, mentre es combat l'obesitat infantil, cada vegada major al nostre país. En paraules d'Imma Playà, directora de la Fundació Agrupació: "El consum diari de 5 racions entre verdures i fruites és essencial en una bona dieta. També és important que els aliments siguin de temporada i de proximitat, hem d'afavorir el consum responsable".

CONTACTE AMB ELS MITJANS DE COMUNICACIÓ. Fundació Agrupació: Anna Serra Pallàs

anna.serrapallas@agrupacio.es · 93 482 67 01 · www.fundacioagrupacio.es

Sobre la Fundació Agrupació

La **Fundació Agrupació** va néixer el 1993 per 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, infantesa i joventut i les persones discapacitades.

La prevenció és l'eix troncal de la **Fundació Agrupació**, que fomenta hàbits saludables per evitar, retardar o pal·liar situacions de dependència física o psíquica i busca al màxim l'autonomia personal. D'aquesta forma, 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, alhora que recolza projectes d'exploració i d'investigació sobre els col·lectius amb els que treballa.