

La Fundació Agrupació reprèn aquesta tardor les seves gincanes de la dieta mediterrània a Tarragona i Reus

- Durant el primer semestre es van celebrar 8 gincanes en diverses escoles de Catalunya i les Balears amb èxit de participació
- La Dieta Mediterrània està declarada Patrimoni Cultural Immaterial de l'UNESCO i és garantia d'una alimentació saludable i s'incorpora, cada vegada més, en els hàbits diaris de molts països

Sant Cugat del Vallés, 17 d'octubre de 2016. -

Uns 850 nens i nenes de primària de certes ciutats de Catalunya i les Balears van participar en les diverses gincanes que la Fundació Agrupació va dur a terme al llarg del primer semestre de l'any. Ara es repeteix l'experiència el 18 d'octubre, a Tarragona, i el 10 de novembre, a Reus. En elles, mitjançant jocs, manualitats i la preparació de diverses receptes, els petits aprenen sobre alimentació saludable d'una manera pràctica.

L'objectiu és familiaritzar aquests alumnes d'entre 3r i 6è de primària amb els principals aliments de la dieta mediterrània i els seus beneficis. Els estudiants passaran de prova en prova jugant, fent manualitats i cuinant els seus propis plats que posteriorment podran assaborir. Broquetes de fruita, amanides o sucs són algunes de les receptes proposades.

Si durant el primer semestre van ser 6 les poblacions que van acollir aquestes gincanes saludables a Tarragona, Vilafranca del Penedès, Granollers, Sabadell, Girona i Palma de Mallorca, aquesta tardor la Fundació porta el seu programa a les següents poblacions:

Data i hora	Lloc
Dimarts, 18 octubre 2016, de 9 a 11 h	Escola Saavedra. Via de l'Imperi, 1. TARRAGONA
Dijous, 10 de novembre de 2016, de 9 a 11 h	Escola Mowgli. Passeig de la Boca de la Mina, 11. REUS

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, el que assegura una bona nutrició, mentre es combat l'obesitat infantil, cada vegada més freqüent en el 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 350.000 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.