

## Un centenar de alumnos de diferentes escuelas de Sabadell participan en una gincana para aprender a comer bien

**Convocatoria de prensa:** GINCANA DE LA DIETA MEDITERRÁNEA EN SABADELL

**Fecha:** Martes 28 de abril de 2015

**Horario:** De 9.30 a 11.30 horas

**Lugar:** Escuela Agnès Armengol (Avinguda Can Bordoll, 92-94) **SABADELL**

**Tipo de acto:** Gincana infantil-familiar

**Organiza:** Fundació Agrupació

**Para confirmar asistencia de prensa y más información:** Fundació Agrupació, Lidia de la Fuente, 93 419 06 30 ([ldelafuente@ecofirma.es](mailto:ldelafuente@ecofirma.es))

La Fundació Agrupació, en colaboración con el Ayuntamiento de Sabadell, celebran en la Escuela Agnès Armengol la Gincana de la dieta mediterránea, una actividad destinada a enseñar a los más pequeños qué deben hacer para llevar una una dieta equilibrada.

Participarán unos 100 alumnos de 6º de primaria y de 1ª de ESO de cuatro centros educativos de Sabadell: Agnès Armengol, Juan Ramon Jiménez, Joan Montllor e Institut La Serra.

Declarada Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2010, la dieta mediterránea está considerada por los expertos como el mejor antídoto contra la malnutrición y la obesidad.



27 de abril de 2015 -. El próximo **martes 28 de abril**, la Fundació Agrupació y el Ayuntamiento de Sabadell celebran en la Escuela Agnès Armengol la **Gincana de la dieta mediterránea**, una actividad que tiene como objetivo proporcionar pautas a los más pequeños para que puedan seguir una dieta saludable. Desde las 9.30h hasta las 11.30h, un centenar de alumnos de 6º de primaria y 1r de la ESO de este centro, de las escuelas Juan Ramon Jiménez, Joan Montllor y del Institut

La Serra de la misma ciudad pasarán de prueba en prueba jugando y participando en talleres de cocina y manualidades a través de los que aprenderán valores nutricionales de los alimentos.

**“Los estudios demuestran que los niños y las niñas que hoy en día padecen obesidad tienen un 70% de probabilidades de continuar siendo obesos cuando**

**se hagan mayores”,** afirma la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà. En la actualidad, solo un 8% de los niños come las 5 raciones de fruta y verdura diarias recomendadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS). **“Mientras juegan, les explicamos qué les aporta cada ingrediente y, sobre todo, por qué es importante que consuman ciertos alimentos”,** añade Playà.

Consumir productos frescos dejando de lado las grasas saturadas constituye la base de la dieta mediterránea, un estil de alimentación que los expertos describen ya como el mejor antídoto contra la malnutrición y la obesidad.

### **Sobre la Fundació Agrupació**

La **Fundació Agrupació** nació en el año 1993 para canalizar la acción social de **Agrupació** y convertir en hechos la sensibilidad y la implicación con sus 340.000 socios asegurados y con toda la sociedad, especialmente con la gente mayor, la infancia y la juventud y las personas discapacitadas. La prevención es el eje troncal de la **Fundació Agrupació**, que fomenta hábitos saludables para evitar, retardar o paliar situaciones de dependencia física o psíquica y buscar al máximo la autonomía personal.

De esta manera, la Fundació trabaja acerca de la alimentación, la actividad física y mental o las relaciones sociales. Además, promueve la formación a través de la realización de cursos y actividades formativas, a la vez que da apoyo a proyectos de investigación acerca de los colectivos con los que trabaja.