

La Fundació Agrupació enseña a un centenar de alumnos de La Salle Tarragona cómo deben comer para no padecer malnutrición y obesidad

- **Con la Gincana de la dieta mediterránea, alumnos de tercero de primaria de la Escuela La Salle Tarragona aprenderán jugando cuáles son los valores nutricionales de los alimentos.**
- **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.**

7 de abril de 2015 -. El próximo **jueves 9 de abril**, la Fundació Agrupació celebra en **Tarragona la Gincana de la dieta mediterránea** una actividad destinada a enseñar a los niños qué deben hacer para llevar una dieta sana y equilibrada a través de juegos y talleres de cocina. En la jornada, que se llevará a cabo en La Salle Tarragona entre las 9.00h y las 11.00h, participarán un total de 100 alumnos de tercero de primaria de este centro.

“Los estudios demuestran que los niños y las niñas que 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, sólo un 8% de los niños come las 5 raciones de fruta recomendadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS). **“Nuestra finalidad es que aprendan a comer bien. Por este motivo, nos centramos en explicarles qué les aporta cada ingrediente y, sobre todo, en 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 estilo de alimentación que los expertos que los expertos describen ya como el mejor antídoto contra la malnutrición y la obesidad.

Convocatoria de prensa: GINCANA DE LA DIETA MEDITERRÁNEA EN TARRAGONA

Fecha: Jueves 9 de abril de 2015

Horario: De 9.00 a 11.00 horas

Lugar: Escuela La Salle Tarragona. (Avinguda Països Catalans, s/n) **TARRAGONA**

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)

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.