

La Fundació Agrupació enseña a niños y niñas de Celrà en qué consiste una alimentación sana

- Con la Gincana de la dieta mediterránea, alumnos de tercero y cuarto de primaria de la Escuela Les Falgueres de Celrà 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.

26 de enero de 2015 -. El próximo **miércoles 28 de enero**, la Fundació Agrupació celebra en **Celrà** su primera **Gincana de la dieta mediterránea** del año. Será a las 9.00h en la escuela Les Falgueres y contará con la participación de 85 niños y niñas de tercero y cuarto de primaria, que aprenderán qué deben hacer para llevar una dieta sana y equilibrada a través de juegos y talleres de cocina.

Consumir productos frescos dejando de lado las grasas saturadas constituye la base de la dieta mediterránea, un estilo de alimentación que los expertos describen como el mejor antídoto contra la malnutrición y la obesidad. **“Nuestra finalidad principal es que los niños y niñas aprendan a comer bien centrándonos en explicarles qué les aporta cada ingrediente y, sobre todo, en el porqué es importante que consuman ciertos alimentos”**, explica Imma Playà, directora de la Fundació Agrupació.

Durante el circuito, los participantes pasarán de prueba en prueba jugando y haciendo manualidades, además de cocinar recetas sencillas y saludables como ensaladas, bocadillos, brochetas de fruta y zumos de naranja.

Convocatoria de prensa: GINCANA DE LA DIETA MEDITERRÁNEA EN CELRÀ

Fecha: Miércoles 28 de enero de 2015

Horario: De 9.00 a 11.00 horas

Lugar: Escuela Les Falgueres. (Avinguda Països Catalans, s/n) **CELRÀ**

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.