

90 alumnos de la Escuela Dalmau Carles de Girona aprenden con la Fundació Agrupació cómo evitar la obesidad y la malnutrición

- En la actualidad, solo un 8% de los niños come las 5 raciones de fruta diaria que la Organización Mundial de la Salud recomienda para mantener una alimentación saludable.
- Con la Gincana de la dieta mediterránea, los participantes aprenden jugando qué deben comer para seguir una dieta equilibrada.
- 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.

16 de marzo de 2015 -. Según los expertos, **los niños y niñas que hoy en día padecen obesidad tienen un 70% de probabilidades de continuar siendo obesos cuando se hagan mayores**. Además, solo un 8% de los niños come las 5 raciones de fruta recomendadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Con la finalidad de mostrar a los más pequeños la importancia de mantener una dieta equilibrada para estar sanos, la Fundació Agrupació, como entidad de referencia en la promoción de los hábitos saludables, celebra el próximo **miércoles 18 de marzo de 9.00h a 11.00h en la Escuela Dalmau Carles de Girona su Gincana de la dieta mediterránea**.

Participarán 90 alumnos de tercero y cuarto de primaria, que pasarán de prueba en prueba jugando, haciendo manualidades y cocinando sus propios platos. **“La idea es que mientras los niños juegan y se lo pasan bien, aprendan cuáles son los alimentos que conforman la base de la dieta mediterránea. Para conseguirlo, es fundamental explicarles qué les aporta cada ingrediente y por qué es importante que los consuman”**, explica la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà.

Declarada en 2010 Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO, la dieta mediterránea está considerada por los expertos como el principal antídoto contra la obesidad y la malnutrición. **“Las grasas, la sal y el azúcar continúan aún muy presentes en la dieta de la población infantil, un hecho que debemos intentar cambiar porque constituye una de las causas principales de los elevados índices de obesidad dentro de este colectivo”**, asegura Playà.

Convocatoria de prensa: GINCANA DE LA DIETA MEDITERRÁNEA EN GIRONA

Fecha: Miércoles 18 de marzo de 2015

Horario: De 9.00 a 11.00 horas

Lugar: Escuela Dalmau Carles (C/ Taga, 1) **GIRONA**

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.