

75 alumnos de la Escuela Eduard Toda de Reus aprenden pautas para evitar la obesidad y la malnutrición con la Fundació Agrupació

- En la actualidad, solo un 8% de los niños come las 5 raciones de fruta y verdura diarias que la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda para mantener una alimentación saludable.
- Los niños y niñas, alumnos de quinto de primaria, participarán en la Gincana de la dieta mediterránea, una actividad con la que aprenderán 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.

10 de noviembre de 2015 -. En la actualidad, sólo un 8% de los más pequeños come las 5 raciones de fruta y verdura recomendadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Así lo afirman los expertos, que añaden además que los niños y niñas que hoy en día padecen obesidad tienen un 70% de probabilidades de continuar siendo obesos cuando se hagan mayores.

Con el objetivo de mostrar a los más pequeños la importancia de mantener una dieta equilibrada a la hora de estar sanos, la Fundació Agrupació celebra mañana **miércoles 11 de noviembre de 9.00h a 11.00h en la Escuela Eduard Toda de Reus su Gincana de la dieta mediterránea.**

En total participarán **75 niños y niñas de quinto de primaria**, que durante toda la jornada pasarán por un circuito de pruebas a través del que aprenderán jugando cuáles son los alimentos que conforman la base de la dieta mediterránea. *“A través de juegos, manualidades y talleres de cocina, los niños aprenderán por qué es importante mantener una dieta equilibrada. Para conseguirlo, es fundamental explicarles qué les aporta cada ingrediente y por qué deben consumirlos”,* 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 REUS

Fecha: Miércoles 11 de noviembre de 2015

Horario: De 9.00 a 11.00 horas

Lugar: Escuela Eduard Toda (C/ Montserrat Roig, 2) **REUS**

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.