

Europa Press
20/04/2015

Cerca de 40 escolares participan en una gincana sobre la dieta mediterránea

Directorio: Ayuntamientos Sanidad



Publicado 20/04/2015 16:35:52 CET

PALMA DE MALLORCA, 20 Abr. (EUROPA PRESS) -

Cerca de 40 escolares del CEIP Anselm Turmeda ha participado este lunes en una gincana sobre la dieta mediterránea que se ha celebrado en el mercado de Pere Garau, organizada por el Ayuntamiento de Palma y Fundació Agrupació.

Los escolares, de entre tercero y sexto de primaria, han participado en esta iniciativa al ser los ganadores del premio al centro mejor valorado durante el curso 2014-15, dentro del proyecto 'L'escola al mercat'.

La gincana de la dieta mediterránea tiene como objetivo mejorar los hábitos alimenticios de los niños, promover el consumo de frutas y verduras y la práctica de deporte y dinamizar los mercados municipales potenciando el consumo de productos locales y de temporada.

La regidora de Sanidad, Rosa Llobera, ha destacado que, "por sexto año consecutivo", se ha llevado a cabo el proyecto 'L'escola al mercat' con el fin de que los niños conozcan los beneficios de la dieta mediterránea y la práctica de la actividad física para prevenir el sobrepeso y la obesidad. Además, ha indicado que se ha mejorado la calidad del proyecto, "continuando con las actividades lúdico-deportivas que ofrece el IME y el blog informativo y se ha impreso un libro sobre la historia de los mercados municipales".

Concretamente, esta iniciativa ha consistido en un juego donde los niños van realizando diferentes pruebas como talleres de cocina y manualidades, mientras que aprenden cuáles son los valores nutricionales necesarios para asegurar una buena alimentación.

El objetivo de la gincana es que aprendan a elaborar por ellos mismos recetas culinarias fáciles y saludables, con frutas y hortalizas frescas y de temporada, fomentando su autonomía como personas, al tiempo que se divierten.

Además, se han celebrado diferentes pruebas y juegos tradicionales con el objetivo de fomentar la actividad física, dado que tanto la alimentación saludable como el ejercicio físico son hábitos básicos para disfrutar de una buena salud.

El proyecto 'L'escola al mercat' se inició en el año 2009 motivado por diferentes estudios que mostraban cómo en los últimos años ha habido una disminución del consumo de frutas y verduras y un aumento de carne y comidas rápidas, coincidiendo con un aumento del sobrepeso y obesidad en la población infantil y juvenil.

La actividad educativa principal del proyecto 'L'escola al mercat' se realiza en los mercados municipales del barrio al que pertenece el centro educativo y está pensada para complementar las actividades sobre alimentación que se imparten en la escuela, así como completarse con otras actividades que promocionan la alimentación saludable y que se ofrecen desde la página web www.palmaeduca.es

