

Última hora
21/04/2015

UN JUEGO MUY SABROSO

► Un grupo de escolares aprendieron ayer, a través de una gimcana, cómo deben comer para evitar la malnutrición y la obesidad



Ayer por la mañana, en la explanada que hay junto a la plaza del mercado de Pere Garau se celebró la denominada Gimcana de la Dieta Mediterránea, en la que participaron 45 alumnos de 4º, 5º y 6º del colegio Amselm Turmeda (Son Roca). El evento estuvo organizado por la Fundació Agrupació y la Regidoria de Salut i Consum del Ajuntament de Palma y dirigido y coordinado por Neurona, empresa de creatividad.

La gimcana en cuestión tenía un único objetivo: hacer que los niños, jugando, fueran descubriendo los alimentos más característicos de la dieta mediterránea. Y lo consiguieron a través de un recorrido por diversas mesas que habían sido instaladas en aquel escenario, encontrándose en cada una de ellas una sugerencia que tenía que

ver con la citada dieta, como por ejemplo: ante un grupo de alimentos a la vista, invitarles a que condimentaran un desayuno creativo y saludable O que prepararan unos bocatas basados en la dieta mediterránea. O que con los ojos cerrados trataran de descubrir un alimento a través del tacto, el sabor y el olor. O que trataran de construir una pirámide alimenticia a base de productos mediterráneos. O hacer un zumo de naranja



■ **Gimcana de la dieta mediterránea.** Jugando, los niños fueron descubriendo los alimentos más característicos de la dieta mediterránea.

tural. O hacer una brocheta de frutas. O con diversos alimentos realizar una figura de un animal. O construir con pastas de colores un mural. O sembrar judías en algodón, y regarlas, claro.

Y... Pues que los niños, una vez que la directora de la gimcana les hubiera hecho las oportunas indicaciones y les hubiera recomendado, sobre todo, echar mano de la imaginación, creatividad y trabajo en equipo, distribuidos en grupos de cuatro o de cinco, se pusieron manos a la obra.

Y a fe que, jugando, preguntando, observando, equivocándose y rectificando, terminaron el recorrido de la gimcana con una idea sobre la dieta mediterránea y sus principales componentes mucho más amplia que la que tenían, lo cual –y esa fue otra recomendación– debían llevar a la práctica en casa, siempre y cuando tuvieran ocasión.

•Click

Fotos: Jaume Morey

