

Ràdio Sabadell
28/04/2015

Un centenar d'alumnes sabadellencs participen en una gimcana per aprendre hàbits alimentaris saludables

És una iniciativa de la Fundació Agrupació. Hi ha participat estudiants de sisè de primària i primer d'ESO de les escoles Agnès Armengol, Juan Ramon Jiménez, Joan Montllor i l'Institut La Serra

Vota



Valoració: 0,00/5 (0 vots)

Imprimeix

Avisa a un amic

Compartir



M'agrada 2

Tweet 3

g+1



Imatge de les activitats organitzades per la Fundació

© Cedida

Núria García

Un centenar d'alumnes sabadellencs de sisè de primària i de primer d'ESO de les escoles **Agnès Armengol**, **Juan Ramon Jiménez**, **Joan Montllor** i l'**Institut La Serra** han participat, aquest matí, en una gimcana organitzada per la **Fundació Agrupació** per aprendre a menjar bé. "L'objectiu és fomentar hàbits i una alimentació saludables d'una forma lúdica, a través del joc", ha explicat la responsable de projectes de la Fundació, Anna Serra, en declaracions al programa *A bona hora* de Ràdio Sabadell 94.6.

La rutina diària i la crisi econòmica fan cada cop més difícil garantir una dieta equilibrada per als més petits. De fet, Serra ha explicat que aquest tipus de jornades serveixen per constatar que l'alimentació dels alumnes no sempre és la més adequada: "Sempre

es pot millorar perquè avui en dia la gent elabora poc el menjar i tira molt de productes preculinats". Per revertir aquesta situació i conscienciar de la importància de seguir una dieta mediterrània, declarada Patrimoni Immaterial de la Humanitat per la Unesco l'any 2010, per evitar problemes futur com l'obesitat, la Fundació ha organitzat diverses proves i tallers de cuina durant les quals el centenar d'alumnes que hi ha participat han après els valors nutricionals dels aliments. Entre altres coses, han après a fer hummus o panets amb espinacs, formatge i fruits secs o una broqueta de fruites.

Els estudis demostren que els nens obesos tenen un setanta per cent de possibilitats de continuar sent-ho quan siguin adults. a més, només un vuit per cent dels infants menja les cinc racions de fruita i verdures diàries que recomana l'Organització Mundial de la Salut (OMS).