

## **La desena edició del programa 'Pamboli' per a les escoles finalitza aquesta setmana amb una gimcana d'alimentació**

Aquest programa està impulsat per l'Ajuntament de Manresa i s'ha desenvolupat durant aquest curs a les escoles públiques i concertades amb l'objectiu ensenyar hàbits d'alimentació saludable als alumnes.

De: Redacció

La desena edició del programa d'alimentació "*Pamboli*" adreçat a alumnes de primària de les escoles públiques i concertades de Manresa clourà l'edició del curs 2013-2014 amb la celebració d'una gimcana amb diferents proves d'activitat física i d'alimentació. Aquesta activitat final es farà aquest dijous 22 i divendres 23 de maig, de 9 a 13 h, al pati del Casino.

La gimcana preveu la participació d'uns 440 alumnes de diferents escoles de la ciutat i es configura com una activitat lúdica, participativa i no competitiva en la qual els alumnes s'organitzaran en grups i hauran de passar de taula en taula on hi hauran preparades les proves. A mig matí els estudiants podran gaudir d'un petit esmorzar.

El programa "*Pamboli*", que està impulsat per l'Ajuntament de Manresa, té l'objectiu principal d'ensenyar hàbits d'alimentació saludable als alumnes perquè puguin portar a terme una alimentació suficient, equilibrada i satisfactòria. Per aquest motiu s'han preparat diverses accions que s'organitzen des de 4art de Primària fins a 2on d'ESO s'imparteixen successivament a l'alumnat.

Durant el cinquè curs els alumnes han participa en un "*taller d'esmorzar saludable*" per conèixer la importància de menjar sa i equilibrat en el primer àpat del dia. El taller, que està pensat perquè els alumnes hi participin activament i aprenguin a preparar-se ells aquest àpat, va a càrrec d'una dietista-nutricionista i consta d'una part conceptual que ensenya la piràmide d'alimentació, la classificació dels aliments, les seves propietats i els beneficis d'una dieta saludable, i d'una part activa on els estudiants són convidats a un refrigeri que ells mateixos es preparen.

Així mateix en el sisè curs, seguint la línia del curs anterior, el programa "*Pamboli*" ofereix als alumnes el taller: "*El berenar me'l trio jo*" amb l'objectiu de què els alumnes coneguin la importància de l'hàbit de berenar correctament cada dia. Es donen idees i pautes per poder preparar aquest àpat de forma sana i saludable, tenint en compte si fan o no activitat física sortint de l'escola, i després es convidava a provar un refrigeri que és un batut de fruita del temps, llet i xocolata en pols.