

ACTUALITAT

Granollers promou la salut a través de l'alimentació com a participant d'un projecte europeu



La filosofia que hi ha al darrere de *We Love Eating* és que menjar sa és molt més que obtenir els nutrients en les proporcions adequades i en el moment adequat. També té a veure amb els bons moments, els bons costums i els vincles socials que sorgeixen en adquirir els aliments, cuinar-los i menjar-los junts.

We Love Eating anima a menjar de manera conscient, se centra en el plaer que comporta menjar aliments de qualitat, més que en la quantitat. També promou la realització de més activitat física i ofereix formes realistes per adoptar estils de vida més saludables i més actius.

Un projecte pilot en set ciutats

El projecte es troba actualment en fase pilot i durarà fins al 2015. Durant aquest temps, les set ciutats europees que participen en el projecte Banská Bystrica (Eslovàquia), Bradford (Regne Unit), Cluj-Napoca (Romania), Deventer (Holanda), Poznan (Polònia) Roncq (França) i Granollers desenvoluparan les activitats més adequades per a les necessitats específiques de la seva comunitat. Amb l'elecció d'aquestes ciutats es pretén obtenir una diversitat geogràfica i demogràfica equilibrada. El projecte serà monitorat i avaluat per experts externs per identificar les lliçons apreses i les bones pràctiques. Això ajudarà a promoure'n l'aplicació en altres ciutats europees en el futur i a prendre decisions en les polítiques de promoció de la salut.

Granollers ha posat en marxa aquest setembre, amb altres sis ciutats d'Europa, el projecte *We Love Eating* (WLE, "Ens agrada menjar"), una iniciativa de foment i promoció dels estils de vida més saludables. *We Love Eating* s'adreça a la població en general, però fa una incidència especial en tres grups que es troben en etapes en les quals menjar de forma saludable i fer activitat física és d'importància vital: els infants, les dones embarassades i les persones grans. Formen part d'aquest projecte europeu una trentena d'activitats que es portaran a terme aquest darrer quadrimestre i també durant 2015. L'objectiu és prevenir i tractar l'obesitat infantil, a partir d'un programa d'activitat física i salut; formar les dones embarassades sobre alimentació; fer tallers a escoles, per prevenir trastorns de conducta alimentària, entre d'altres; fer conferències sobre alimentació saludable; revisar menús escolars, etc. Precisament l'Hospital de Granollers, que forma part del comitè científic del projecte, amb l'Ajuntament de Granollers dedicaran el cicle de conferències de l'Aula de la Salut, a l'alimentació saludable. La coneguda restauradora i educadora en alimentació Ada Parellada serà l'encarregada de fer la conferència inaugural que portarà per títol "La gènesi dels hàbits alimentaris", dijous 16 d'octubre, a les 6 de la tarda, al Museu de Granollers.

Festa de presentació del projecte *We Love Eating* a la plaça de la Porxada, aquest setembre. A baix, la restauradora granollerina Ada Parellada que pronunciarà la conferència inaugural de l'Aula de la Salut, aquest octubre

