

La Fundación Alimentum participó en el I Salón Dieta Mediterránea y Salud

Con el objetivo de concienciar a los ciudadanos de la importancia de una alimentación variada y equilibrada y de la práctica regular de actividad física se celebró en Madrid el I Salón Dieta Mediterránea y Salud. La Fundación Alimentum participó en este encuentro, que visitaron más de 40.000 ciudadanos.

El Salón Dieta Mediterránea y Salud se celebró en el recinto ferial de IFEMA en Madrid del 22 al 25 de octubre. Durante estos cuatro días profesionales de la salud, nutricionistas, comunicadores especializados y generalistas, entidades privadas y organismos públicos, así como distribuidores, desarrollaron estrategias de divulgación y puesta en valor de un modelo cargado de contenidos y orientado a la mejora general de la calidad de vida de los ciudadanos y a la promoción de la sociabilidad y de hábitos de vida saludables.

La Fundación Alimentum, que dirige **Carmen Cobián**, estuvo presente en esta cita y contribuyó a la consecución del objetivo del Salón: difundir al máximo los valores nutricionales, saludables, culturales, económicos, sociales y placenteros del modelo mediterráneo que combina una alimentación variada y equilibrada con la práctica regular de actividad física.

La participación de la Fundación Alimentum, con un stand de 100 metros cuadrados junto a la entrada principal, puso especial énfasis en la promoción de buenos hábitos de vida entre el colectivo infantil mediante el Taller Exposición Nutrición, Actividad física



y prevención de la Obesidad (Expo NAO).

Expo NAO es una iniciativa pedagógica de carácter itinerante que nació en 2004 con el objetivo de fomentar en la población infantil hábitos de vida saludables basados en una alimentación equilibrada y en la práctica regular de actividad física. Se trata de una experiencia pionera

con la que se pretende influir correctamente en los comportamientos alimentarios de los niños desde las escuelas. Su eje principal lo conforman unos paneles informativos a través de los cuales los más pequeños aprenden una serie de trucos divertidos que les ayudan a vivir de una forma más sana.

Esta actividad se dirige a alum-



Calendario 2010 de Buenos Hábitos Alimentarios

La Fundación Alimentum ha publicado una nueva edición revisada y actualizada del Calendario de Buenos Hábitos Alimentarios. Se trata de un material lúdico y pedagógico que permite una

comunicación atractiva y puede acompañar a los escolares durante todo el año en los que se desarrolla su vida: casa, centro educativo, biblioteca, comedor escolar y asociación deportiva. Este material ha



nos de primer y segundo ciclo de educación primaria y está dirigida en todo momento por monitores especialmente formados. Los materiales, contenidos, metodología y diseño de Expo NAO están supervisados y avalados por un Consejo Asesor de Expertos formado por nutricionistas, educadores, psicopedagogos, organizaciones de consumido-

res, representantes de la industria alimentaria española y de la administración.

Expo NAO acogió visitas de grupos de escolares previamente concertadas a través de los distintos centros educativos que visitaron el Salón, así como de niños y niñas que acudieron acompañados de sus padres y/o tutores. Según los datos facilitados por

los organizadores del Salón, más de 4.000 niños disfrutaron de las actividades programadas para ellos. De hecho, desde el Comité Organizador del Salón se señala que estas actividades son las que más éxito han tenido.

La Fundación Alimentum también ofreció a todos los que se acercaron a su stand información detallada sobre sus actividades, dirigidas a los distintos grupos de población, atendió las dudas y consultas relacionadas con la alimentación y distribuyó diverso material: Agendas Escolares 09/10 de Buenos Hábitos Alimentarios, juegos educativos multimedia para niños y adolescentes, marcápáginas '10 Trucos para una Vida Sana', CD con el simulador de etiquetado de productos alimentarios...

Además, la Fundación Alimentum tuvo una significativa participación en el Programa Científico. La responsable del Departamento de Nutrición, **Carolina Muro**, impartió cuatro charlas formativas sobre etiquetado de los alimentos dirigidas tanto a adolescentes como a adultos. En total, pasaron por estas charlas alrededor de 200 asistentes entre 17 y 45 años de edad.

Y la responsable del Departamento Técnico, **María de la Guardia**, junto a Carolina Muro, dio una conferencia informativa sobre el portal en Internet, www.informacionconsumidor.com.



Hábitos Alimentarios

sido elaborado con el objetivo de estar presente, fundamentalmente, en los cuatro o cinco momentos críticos del día (desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena) e involucrar a las familias en la consecución de

los fines de esta iniciativa.

Los contenidos, adaptados al público infantil, mantienen, en líneas generales, la estructura de las ediciones anteriores, con siete secciones en las que se ha reforzado el mensaje de la no

existencia de alimentos buenos y malos, la necesidad de mantener una dieta variada y equilibrada, la idoneidad de disfrutar del tiempo de ocio al aire libre con familiares y/o amigos o la importancia de colaborar en las tareas

domésticas.

Por otro lado, la ilustración que protagoniza la portada es una adaptación lo más fiel posible, respetando la línea gráfica del calendario, del dibujo ganador del primer accésit del I Concurso de Dibujo

'¿Qué es para ti una vida saludable?', organizado en el marco del Calendario 2009 y que este año convocará su segunda edición.

La tirada es de 40.000 ejemplares y comenzó a distribuirse a principios del mes de diciembre.