

# Alimentación y hábitos saludables desde la infancia 413-1

La información y la formación son herramientas fundamentales para tomar decisiones adecuadas en cuanto a alimentación se refiere. Por ello, promovemos una alimentación que prevenga la obesidad infantil y ofrecemos herramientas formativas a niños y niñas para que tomen las mejores decisiones sobre su alimentación de forma consciente y divertida.

## Escuela de alimentación

Esta iniciativa de la Fundación EROSKI que nació en 2013 tiene el objetivo de fomentar una alimentación equilibrada y unos hábitos de vida saludables entre la ciudadanía y ser punto de encuentro de profesionales de la salud, de la educación, progenitores, escolares y resto de ciudadanía comprometida con la mejora de su alimentación y estilo de vida.

[www.escueladealimentacion.es](http://www.escueladealimentacion.es)

Ofrece información actual y de calidad fruto del conocimiento científico y de las investigaciones que desarrolla, avalada por profesionales de la salud. Para el desarrollo de todas sus iniciativas colaborado también con gobiernos autonómicos y distintas organizaciones relacionadas con la salud y el consumo responsable.



## Programas Educativos en Alimentación y Hábitos Saludables (PEAHS) del Grupo EROSKI

### "Energía para crecer", de la FUNDACIÓN EROSKI

El programa, puesto en marcha por la Fundación EROSKI para hacer frente a las altas tasas de obesidad infantil, cuenta con 10 unidades didácticas y 3 talleres prácticos que se realizan fuera de las aulas (visitas a productores locales, tiendas, y aula de cocina), cuyos contenidos han sido elaborados por un Comité Científico formado por profesionales de la medicina, nutrición y dietética, psicopedagogía y pedagogía.

[energiaparacrecer.escueladealimentacion.es](http://energiaparacrecer.escueladealimentacion.es)

### "Elige Bueno, Elige Sano", de CAPRABO

Este programa, puesto en marcha en 2008 y disponible en formato presencial y online, busca enseñar a los niños y niñas, incluyendo los de 2 y 3 años, a alimentarse de manera saludable y fomentar unos hábitos de alimentación equilibrada, acompañados de una persona profesional de la nutrición, además de concienciar sobre el desarrollo sostenible, el consumo responsable o hambre cero, entre otras materias.

### Programas educativos de VEGALSA-EROSKI

En Galicia, nuestro programa educativo se desarrolla a través de los programas: "Visita tu súper", para fomentar hábitos de vida saludables y compra responsable; "Mates en tu súper", que realiza una visita a la tienda para que aprendan a realizar la compra; y "Come Rico, Vive San", un proyecto que aúna distintas iniciativas como las "Sanifiestas" en los colegios, y que se enmarca dentro del proyecto nacional "Prevención de la Obesidad. Aligera tu Vida", liderado por la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO).

### Indicadores principales de los programas educativos del Grupo EROSKI para el curso 2018/19



## VIII Encuentro de la Escuela de Alimentación de la Fundación EROSKI

Desde 2009, Fundación EROSKI ha promovido encuentros entre profesionales sanitarios y miembros de la ciudadanía con preocupaciones y necesidades en materia de salud. El objetivo es siempre ofrecer un espacio de reflexión en torno a asuntos relevantes y actuales relacionados con la salud de la población.

En 2019 y bajo el título "Pasión por la vida. El secreto para una madurez plena y saludable" expertos en el ámbito de la nutrición, psicología, salud, sociología y actividad física han analizado la importancia de la alimentación y los estilos de vida saludables en la etapa de la madurez. En el marco del evento, la Fundación EROSKI presentó el libro "Pasión por la vida. Guía práctica de estilos de vida saludables en la madurez."

## Concurso Imagine Food 2019

Por tercer año consecutivo hemos convocado el Concurso Imagine Food, enmarcado dentro del programa educativo "Energía parva Crecer" de la Fundación EROSKI, que persigue, mediante la creación de recetas divertidas y saludables en sus dibujos, concienciar a los pequeños y sus familias la importancia de llevar una dieta equilibrada y saludable. En esta tercera edición del concurso hemos contado con la colaboración de DANONE como parte de su programa "Alimentando el Cambio". Se recibieron más de 2.800 dibujos de 237 colegios y 91 familias, triplicando la participación del año anterior.