

We Love Eating!

Aquesta activitat forma part del programa 'Enjoying Being Healthy' ('Gaudim de bona salut'), de foment i promoció dels estils de vida saludables



Granollers ha posat en marxa, conjuntament amb altres sis ciutats d'Europa, el projecte *We Love Eating* (WLE, "Ens agrada menjar"), una iniciativa emmarcada dins del programa *Enjoying Being Healthy* ("Gaudint de bona salut"), de foment i promoció dels estils de vida més saludables. *We Love Eating* està adreçat a la població en general, fa una incidència especial a tres grups que es troben en etapes molt importants de les seves vides en les quals menjar de forma saludable i fer prou activitat física és d'importància vital: els infants, les dones embarassades i les persones grans.

La ciutat del Vallès Oriental ha programat més de trenta activitats que tindran lloc al llarg de l'últim quadrimestre dels anys 2014 i 2015 relacionades amb els àmbits següents:

- Activitat física i salut per a infants per abordar la prevenció i el tractament de l'obesitat infantil amb un programa multidisciplinari.
- Formació individual i en grup sobre alimentació a dones gestants.
- Tallers en escoles d'educació primària. Tallers sobre hàbits saludables i adolescència. Tallers d'alimentació i imatge personal. Prevenció de trastorns de la conducta alimentària.
- Assessorament, formació i recursos educatius adreçats al professorat d'educació primària i secundària i postobligatòria per implementar a l'aula programes relacionats amb l'alimentació.
- Promoció de l'alimentació saludable en l'àmbit comunitari: cicle de conferències de l'Aula de la Salut.
- Promoció de l'alimentació saludable en la població adulta nouvinguda.
- Tallers teoricopràctics d'alimentació del projecte Economia Familiar.
- Revisió dels menús escolars: informe de recomanacions i seguiment.
- Difusió i promoció de rutes saludables per caminar. Es poden trobar a <http://pafes.cat> ^[1].

We Love Eating promou un enfocament positiu de l'alimentació saludable a través d'activitats

atractives i missatges encoratjadors. Avui es desplega oficialment a set ciutats de la Unió Europea.

La filosofia que hi ha al darrere de *We Love Eating* és que menjar sa és molt més que obtenir els nutrients adequats 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. En definitiva, no es tracta només de què mengem, sinó també com, on i amb qui mengem.

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 en la vida diària i ofereix formes realistes per adoptar estils de vida més saludables i més actius.

El projecte es troba actualment en fase pilot, que durarà fins al 2015. Durant aquest temps, set ciutats europees participaran en el projecte. Són, a més de Granollers, Banská Bystrica (Eslovàquia), Bradford (Regne Unit), Cluj-Napoca (Romania), Deventer (Holanda), Poznań (Polònia) i Roncq (França). Cadascuna de les ciutats desenvoluparà les activitats més adequades per a les necessitats específiques de la seva comunitat i per a l'ús de les eines de *We Love Eating*.

L'elecció d'aquestes ciutats pretén obtenir una diversitat geogràfica i demogràfica equilibrada. El projecte *We Love Eating* s'ha adaptat a les necessitats i els recursos de cada ciutat per crear un canvi sostenible en les comunitats.

Durant la fase pilot, el projecte serà monitorat i avaluat per experts externs per identificar les lliçons apreses i les bones pràctiques. Es farà especial atenció a la informació i participació dels grups vulnerables. 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.

Una iniciativa impulsada per a la comunitat

We Love Eating és un projecte de salut de la Unió Europea d'àmbit local. Els actors de la comunitat s'han unit per formar grups locals promotors (GLP) que inclouen autoritats locals, escoles, residències de gent gran i centres comunitaris i de salut.

A Granollers, el GLP l'integren:

Hospital General de Granollers
Ajuntament de Granollers
Institut Català de la Salut
Agència de Salut Pública de Catalunya

El projecte *We Love Eating* és un projecte finançat per la Comissió Europea a través de la Direcció General de Sanitat i Consumidors durant els anys 2014 i 2015.

L'Agència de Salut Pública de Catalunya ha participat activament en el desenvolupament del projecte com a part del comitè científic –juntament amb l'Hospital General de Granollers- i en

la traducció al català dels materials produïts.

El projecte està coordinat per Pau Education.

// S'ha separat la Galeria d'imatges corresponent al uploader d'imatges propi del content type,
// dels "nodes reference" als continguts de "Galeria d'imatges" pre-existents. ?> // Uploader
d'imatges ?> // "Nodes reference" a les Galeries d'imatges ?>

Documents adjunts

- [Presentació a les escoles \(juny de 2014\)](#) [2]
- [Receptes per a nens i nenes](#) [3]

Enllaços Relacionats

- [We Love Eating - Granollers \(pàgina oficial\)](#) [4]

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/salut-i-consum/we-love-eating>

Enllaços

[1] <http://pafes.cat/>

[2] https://www.granollers.cat/sites/default/files/pagina/2015/03/presentacio_escoles_4juny2014.pdf

[3] https://www.granollers.cat/sites/default/files/pagina/2015/03/receptes_nens.pdf

[4] <http://www.we-love-eating.eu/ca/cities/granollers>