



# establiments promotors de l'**A**limentació **med**iterrània

**PAAS** | Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable



Generalitat de Catalunya  
**Departament de Salut**

Ajuntament de  **Granollers**



El Vallès Oriental  
Consell Comarcal



Fundació  
Dieta Mediterrània



CREIX D'HOTELLERIA  
Vallès Oriental

# PAAS

...cap a una alimentació i activitat física saludables...

**PAAS** | Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable



Generalitat de Catalunya  
**Departament de Salut**

# PREVALENÇA D' OBESITAT A L' UE

---

- ❑ Prevalença d' obesitat a Europa entre el 10-20% en homes i 10-25% en dones amb tendència a l'increment
- ❑ La prevalença de sobrepès i obesitat en nens i adolescents va en augment; 1 de cada 4 presenten sobrepès.  
*(International Obesity Task Force, 2002)*



# LA OBESITAT A ESPANYA

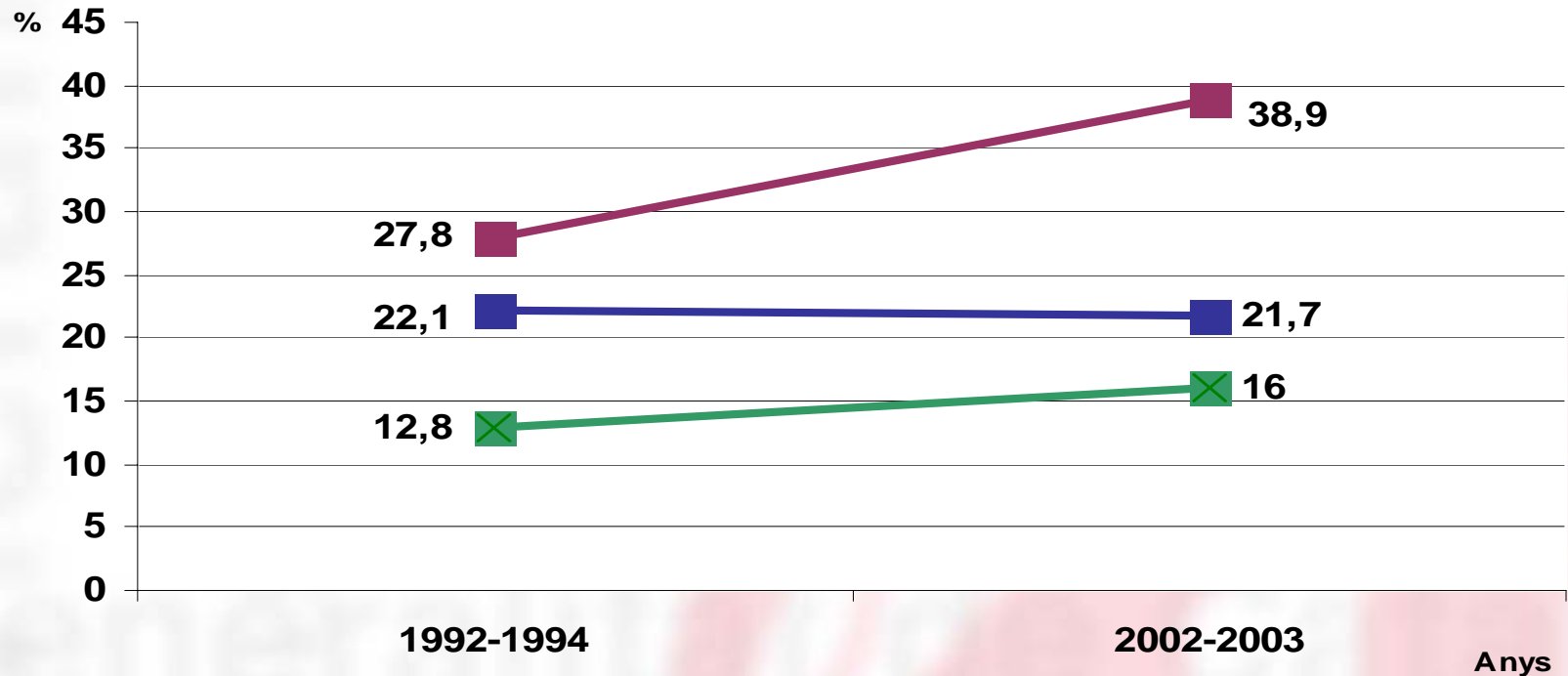
---



- Espanya és un dels països europeus amb una prevalença més elevada de sobrepès en nens solament superat per Grècia, Malta e Itàlia
- El 14,5% dels espanyols adults son obesos (IMC>30) i un 39% pateixen sobrepès (IMC>25), amb tendència ascendent e inici cada vegada més precoç<sup>1</sup> de cada 2 espanyols té excés de pes

Font: Estudio SEEDO 2000

# OBESITAT, SOBREPÈS I SEDENTARISME EVOLUCIÓ A CATALUNYA > 15 ANYS. (1992-2003)



Sobrepès IMC 25 - 29 ENCAT

Sedentarisme ESCA

Obesitat IMC  $\geq$  30 ENCAT



# Estratègia mundial OMS sobre dieta, activitat física i salut

la agencia española de seguridad alimentaria



## ESTRATÈGIA NAOS

**PAAS**

Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable



Generalitat de Catalunya  
**Departament de Salut**

# Objectius PAAS

---

- ➔ **S**ensibilitzar la població per tal que percebi com a assumibles opcions que promoguin la salut mitjançant la pràctica regular d'activitat física i d'una alimentació saludable
- ➔ **D**esenvolupar accions informatives i educatives així com intervencions sobre l'entorn que afavoreixin l'adquisició i manteniment d'estils de vida saludables
- ➔ **P**romoure acords i compromisos en els diferents àmbits per a potenciar estratègies de cooperació amb la finalitat de ser més eficients en la utilització dels recursos

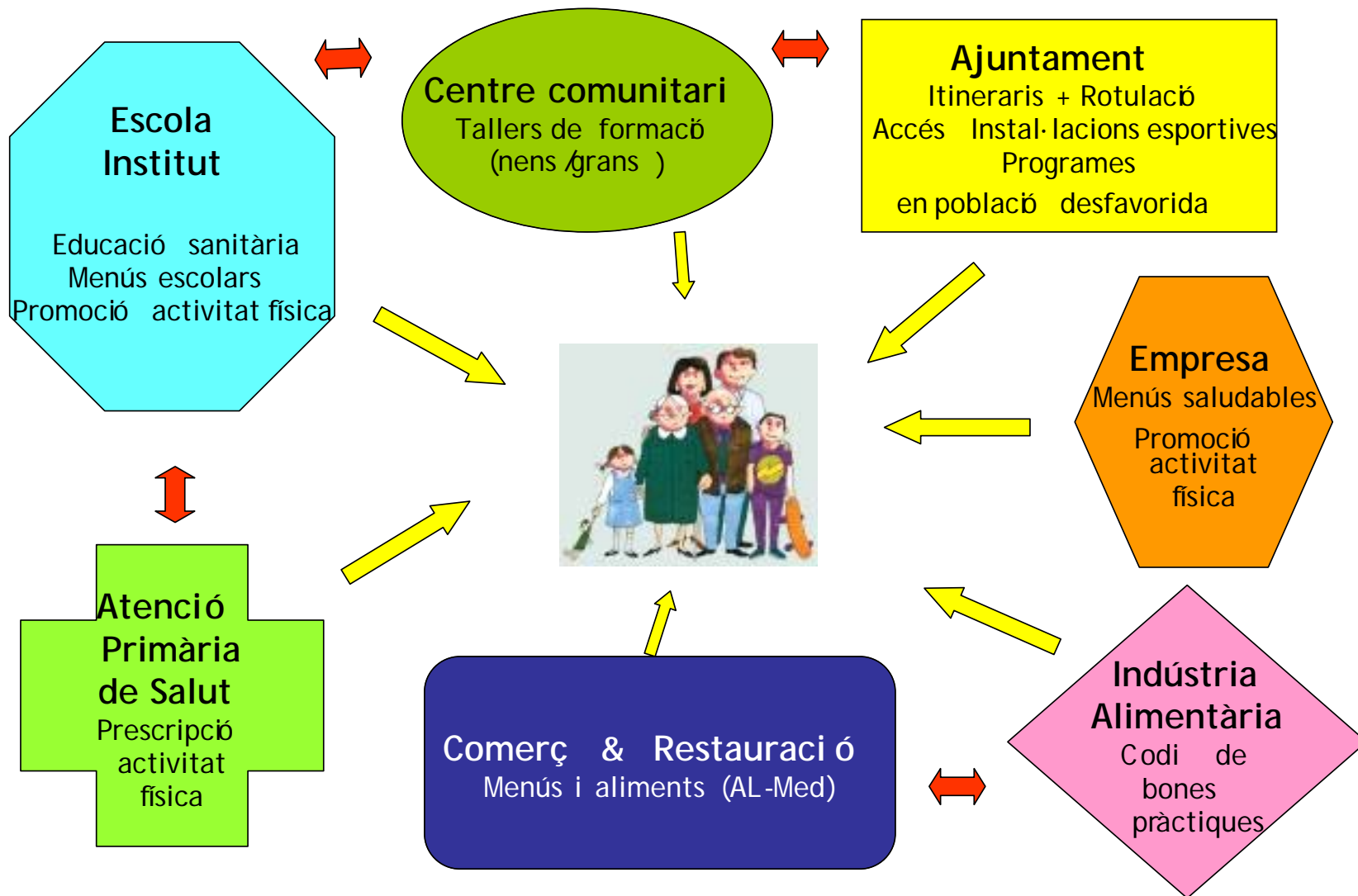
# ÀMBITS D'ACTUACIÓ:

---

- EDUCATIU
- SISTEMA DE SALUT
- **COMUNITARI**
- LABORAL



# Programa PAAS



# Accions PAAS a Granollers



*Projecte AVALL*

*Observatori de la Salut Carles Vallbona (OSVA)*

*Pla d'Implantació Progressiva (PIP)*

*projecte "Alimentació, Nutrició i Salut"*  
Consell Comarcal Vallès Oriental

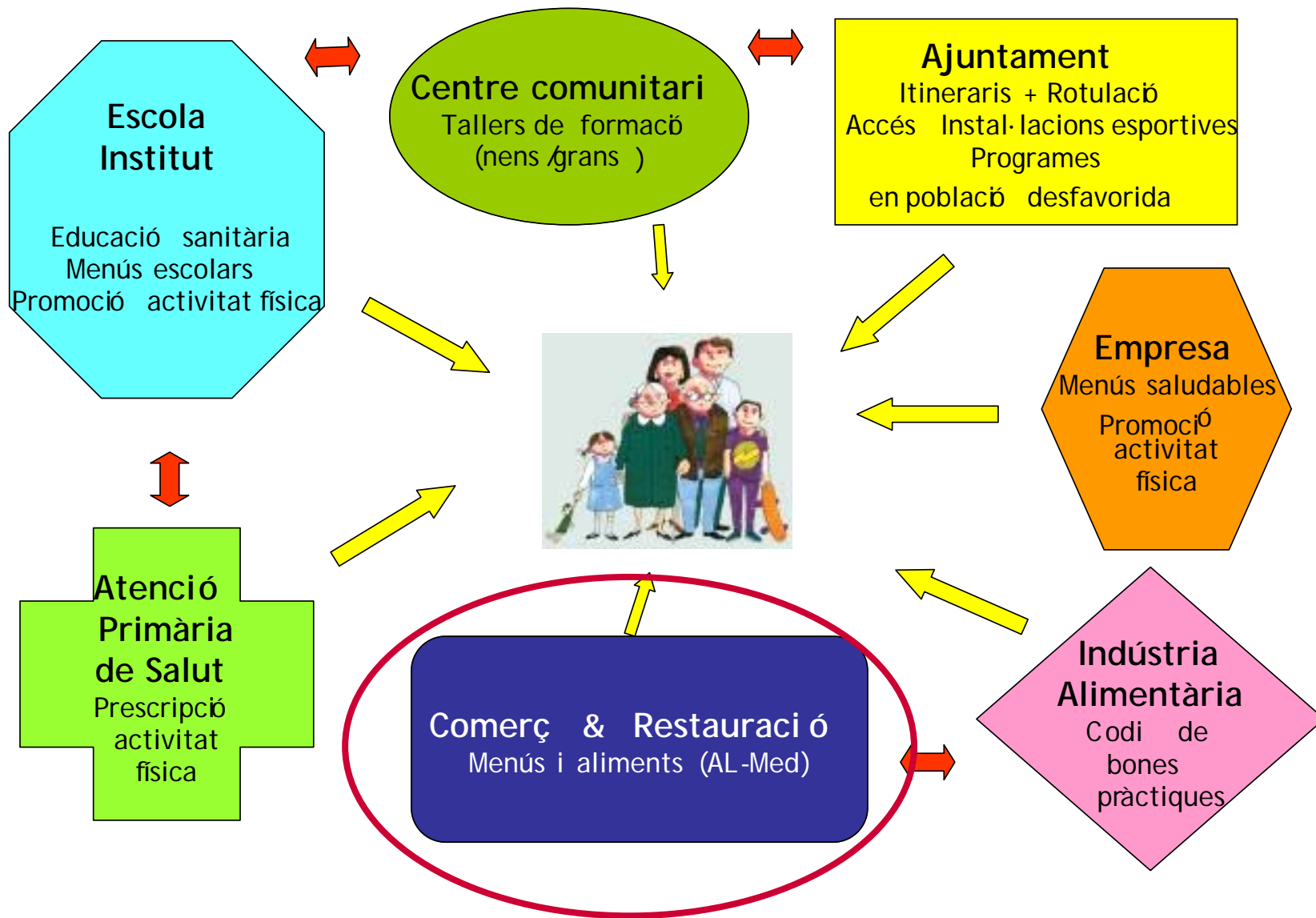


*Guia didàctica de productes agroalimentaris del Vallès Oriental*



Calendari dites i aliments

# Programa PAAS



# **Freqüència amb que es menja o sopa en bars, cafeterias, restaurants, establiments *fast food*...**

---

<b>freqüència</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Mai o menys d'un cop al mes	748	36.3
Més d'un cop al mes i menys d'un cop per setmana	564	27.4
Entre 1 i 3 vegades o més, per setmana	750	36.4
<b>total</b>	<b>2062</b>	<b>100.0</b>

**Fuente: ENCAT Enquesta Nutricional de Catalunya 2002-2003**

## **establiments promotors de l'alimentació mediterrània**

---

- L'alimentació i l'activitat física incideixen sobre la salut de les persones
- El sector de la restauració és cada cop més important , en el model alimentari actual
- El patró alimentari de la mediterrània es considera una proposta d'alimentació molt saludable



**Amed**  
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

## **establiments promotors de l'alimentació mediterrània**

---

Mantenir i fomentar el consum d'aliments i preparacions saludables propis de l'àrea mediterrània en l'àmbit de la restauració col·lectiva i social

Entitats implicades:

Departament de Salut, Ajuntament de Granollers, Fundació Dieta Mediterrània FDM, Consell Comarcal del Vallès Oriental, Gremi d'Hoteleria del Vallès Oriental

## **Procés d'elaboració del projecte AMED**

---

Projecte impulsat pel Departament de Salut en conveni amb les entitats representades en aquest acte

El document i la definició dels criteris d'acreditació s'ha elaborat en base al consens de les entitats implicades i la participació de restauradors de Granollers

# ¿Qué pot oferir un establiment AMED?

---

## El client d'un establiment AMED disposarà ...



D'una oferta gastronòmica pròpia de l'alimentació mediterrània, a un preu assequible en la línia dels preus habituals de l'establiment



Informació sobre opcions d'oci actiu (passejos, circuits, recorreguts, etc.) al voltant de l'establiment o en zones pròximes, i també, sobre promoció d'hàbits saludables...





**Amed**  
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

## ¿Com ser un establiment AMED?

---

**Si...** utilitzeu oli d'oliva habitualment

**Si...** teniu una bona oferta de postres a base de fruita fresca

**Si...** teniu una àmplia oferta de plats mediterranis

**Si...** oferiu sempre aigua i al vostre restaurant el vi es pot consumir per copes

**ja sou quasi un restaurant AMED!**

Contacteu amb nosaltres i us informarem

*(amed@amed.org, Telèfon: 932096720, de 9.30 a 18.30 hores).*

## ¿Què cal fer per acreditar-se?

---



Quins són els criteris per obtenir l'acreditació AMED ?



Com rebre l'acreditació?



El seguiment i l'avaluació dels establiments AMED

...

properament a la pàgina web ***amed@amed.org***



**Amed**  
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

RESTAURADOR  
Si voleu estar **Acreditat?**

[Click aquí >](#)

CLIENT  
Si voleu guanyar un **Apat?**

[Click aquí >](#)

[QUÈ ÉS AMED?](#)

[RESTAURADORS](#)

[CONSUMIDORS](#)

[GUIA  
D'ESTABLIMENTS](#)

[ALIMENTACIÓ  
MEDITERRÀNIA](#)

[NOTÍCIES](#)

[CONTACTE](#)



## Benvinguts a Amed

**L'activitat física i l'alimentació influeixen sobre la salut de les persones.**

Amb l'objectiu de promoure la millora dels hàbits alimentaris i la pràctica regular d'activitat física, dins el context cultural d'un estil de vida mediterrani que faciliti l'autonomia de les persones, el Departament de Salut ha iniciat una estratègia anomenada PAAS (Pla integral de promoció de l'activitat física i l'alimentació saludable) amb accions dirigides a diferents àmbits d'actuació: sanitari, educatiu, comunitari i laboral.

Dins el context de l'àmbit comunitari s'ubica el projecte **AMED** (establiments promotors de l'**Alimentació MEDiterrània**).



**Amed**  
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

**RESTAURADOR**  
**Si voleu estar Acreditat?**  
Click aquí >

**CLIENT**  
**Si voleu guanyar un Apat?**  
Click aquí >

**QUÈ ÉS AMED?**

**RESTAURADORS**

**CONSUMIDORS**

**GUIA D'ESTABLIMENTS**

**ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA**

**NOTÍCIES**

**CONTACTE**

- Requisits**
- Acreditació
- Seguiment i avaluació
- Exemples de cartes i menús
- Manual

## Requisits

Requisits per obtenir l'acreditació AMED.

### Criteris de compliment obligatori de caràcter no alimentari

**1**

L'establiment haurà de tenir actualitzades les acreditacions que certifiquin que les instal·lacions reuneixen les condicions d'higiene necessàries per oferir seguretat alimentària.

**2**

L'oferta AMED haurà de mantenir uns preus, per a l'usuari, en la línia dels preus habituals de l'establiment.

**3**

Un representant de l'establiment haurà d'assistir a una sessió informativa prèvia a l'obtenció de l'acreditació.



## **Avantatges d'estar acreditat**

---

- Identificació externa per a l'establiment
- Difusió dels establiments AMED en diferents mitjans (guia d'establiments AMED, pàgs. web, premsa i mitjans locals...)
- Possibilitat d'assistir a sessions informatives sobre temes d'interès per als restauradors



**Amed**  
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

gràcies

**PAAS** Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable



Generalitat de Catalunya  
Departament de Salut

Ajuntament de  Granollers



El Vallès Oriental  
Consell Comarcal

