

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
16	17	18	19	20
23	24	25	26	27
30				



vida saludable

Desde ARAMARK, conjuntamente con nuestro Comité Médico, hemos impulsado el **Proyecto Vida Saludable** para fomentar entre los niños unos hábitos saludables, tanto físicos como alimentarios. Para ello, hemos estudiado los hábitos de casi 6.000 escolares de entre 3 y 12 años.

Porque conocerles bien es el primer paso para ayudarles a crecer mejor.

¿Cuáles son las principales conclusiones del estudio?

- ◆ El 99% de los niños desayuna a diario, aunque el 20% sale de casa sin desayunar.
- ◆ Más del 50% no desayuna nunca según la fórmula ideal: lácteos + cereales + pieza de fruta o zumo natural.
- ◆ El 96% merienda a diario.
- ◆ Los niños dedican el doble de horas a la televisión, las videoconsolas o internet, que a las actividades físicas.
- ◆ Consumen excesivas proteínas cármicas (carne, embutido...) y bollería y, en cambio, consumen poco pescado, fruta, verduras, hortalizas y legumbres.
- ◆ Se consumen erróneamente demasiados lácteos como sustitutos del agua como bebida y de la fruta como postre.



¡Gana un año de comedor escolar gratis!



¡Sólo por registrarte en la web www.elgustodecrecer.es entrarás directamente en el sorteo!

Consulta todos los resultados y detalles del **Estudio Vida Saludable** en www.elgustodecrecer.es.

¡Te esperamos!

Estimada familia:

www.elgustodecrecer.es

¡Podrás descargar nuestros menús escolares y descubrir recetas saludables, juegos educativos y mucho más!

Desde ARAMARK, os damos la bienvenida a un nuevo curso escolar en el que queremos estar al lado de vuestros hijos, **tanto en el comedor escolar como fuera de él.**

Sabemos que la actividad diaria que llevan los niños requiere una **alimentación variada, equilibrada, adecuada y saludable.** Por ello, nuestros menús, elaborados por un equipo propio especializado de dietistas y nutricionistas, garantizan el aporte energético y nutricional diario que los niños necesitan.

Pero la preocupación de ARAMARK por la salud infantil va más allá de la alimentación. Y es que, desde el año 2000, hemos implantado en más de 350 colegios de España **"El Gusto de Crecer"**, un completo programa pedagógico para **fomentar los hábitos saludables** entre los niños, sus familias y los profesores, a través de charlas, talleres y otras actividades. Estos hábitos deben tener continuidad en el hogar y en la escuela, lugares de educación y desarrollo del niño.

"El Gusto de Crecer" cuenta con la colaboración de **nuestro Comité Médico**, un equipo configurado por seis prestigiosos especialistas en nutrición pediátrica y educación física:

- **Dr. Vicente Varea Calderón**, jefe de la Sección de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición del Hospital San Juan de Dios de Barcelona.
- **Dr. Jaime Dalmau Serra**, jefe de la Unidad de Nutrición Pediátrica del Hospital de la Fe de Valencia.
- **Dra. Rosaura Leis Trabazo**, jefa de la Unidad de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica del Hospital Clínico Universitario de Santiago de Compostela.
- **Dra. Silvia Meavilla Olivas**, especialista en Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica del Hospital San Juan de Dios de Barcelona.
- **Lda. Alejandra Gutiérrez Sánchez**, dietista nutricionista de la Sección de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica del Hospital San Juan de Dios de Barcelona.
- **Dra. Elena Tort del Molino**, médica especialista en Medicina de Educación Física y Deporte y docente en formación de técnicos deportivos.

En nombre de todo el equipo de ARAMARK, os agradecemos la confianza depositada al encargarnos el cuidado alimentario de vuestros hijos y nos ponemos a vuestra disposición.

Recibid un cordial saludo.

Pablo Alcalá
Presidente de ARAMARK España



¿Podemos ayudarte?

Para cualquier duda o consulta, ponte en contacto con nosotros a través de elgustodecrecer@aramark.es

TELÉFONO DE ATENCIÓN DE INCIDENCIAS CON LA GESTIÓN DE COBROS:

Castilla y León: 983 203 585 | Sevilla: 954 461 035
Cataluña, Madrid y Granada: 933 665 943

Badajoz
924 723 406
Barcelona
932 402 141
Madrid
913 751 860

Pamplona
948 360 810
Salamanca
923 197 006
Sevilla
954 460 613

Valladolid
983 390 822
Zaragoza
976 258 315

