

DESEMBRE 2022

La

Revista

Saludable



tresmes  
ecoactiva  
www.tresmes.com

Ens pots trobar:  
C/ Josep Carner nº 18 Granollers.  
Telf: 93 879 60 58  
Facebook / Instagram  
Tresmes ecoactiva.

# Menja – notícies

Hem tornat un any més!!

Estimats lectors de la revista menja-notícies, després d'aquest primer trimestre de tornada a la normalitat, portem l'edició d'hivern de la revista amb totes les novetats dels espais del migdia. Ja tenim ganes de tornar amb noves notícies, esdeveniments i petits trucs per poder proporcionar una alimentació sana i de proximitat però sempre amb un toc d'alegria i diversió!!

Com podeu veure, des de les oficines de la revista hem decidit canviar la nostra estètica de la revista. Desitgem que us agradi i gaudiu llegint-la igual que nosaltres ho fem fent-la!!

Després d'aquest començament de trimestre, ara és moment de gaudir d'unes merescudes vacances per poder seguir el curs amb la millor energia. Ens veiem a la tornada!

Una forta abraçada estimats lectors!! ❤️😊

**Bones vacances!!**



# Centre d'interès



## QUÈ ÉS EL CENTRE D'INTERÈS?

És una de les activitats que preparam anualment per poder gaudir i cohesionar al grup d'infants. En aquest curs consisteix en un joc de pistes amb un protagonista, la Guitza, que es dedica a entorpir i proposar reptes als infants per resoldre i aconseguir els seus objectius.

Els objectius didàctics d'aquests jocs són:

- Treballar en equip per resoldre i superar tots els enigmes i reptes.
- Convidar a la reflexió, opinió i diàleg per arribar a un objectiu final.
- Afavorir els vincles entre el grup d'infants.
- Gaudir de l'activitat!!



## QUÈ HEM FET AQUEST TRIMESTRE?

OCTUBRE: Trencaclosques extrem, per gaudir de la festa de CASTAWEEN, ja que La Guitza va amagar els elements fonamentals per dur a terme la celebració.

DESEMBRE: la Guitza va tornar a fer de les seves i va amagar els objectes per la festa d'hivern, per això els infants van haver de jugar al joc de les passades per poder recuperar les seves coses.



# Nou proveïdor

## *fidemus*

Coneix el nou proveïdor de productes de mar

Fidemus ha passat a formar part de la nostra família gràcies als seus productes marítims de gran qualitat, a més de **proximitat**.

Realitzen la seva pesca de la **Maira** a les platges de Palamós, a més, la pesca és **sostenible**, sense generar residus en els nostres mars.

Es caracteritzen per la seva excel·lent **qualitat** en els productes i el poc temps que passa des que es pesca fins que es serveix al plat.

Els infants han gaudit d'unes maires d'alta qualitat i molt fresques!!

*Han estat tot un èxit!!*





# Bo, Sa i d'aquí

Des del curs passat, Tresmes va començar a col·laborar amb aquest projecte. "Bo, Sa i d'aquí" és un projecte que promou a les empreses que valoren el producte de proximitat, de temporada, sostenible i ofereixen un menú saludable i equilibrat.

Gràcies a aquest projecte, els infants i tot l'equip de Tresmes han pogut gaudir de convidats especials a les escoles.

Fins ara hem pogut comptar amb la presència de, Èric d'"Els Catarres" Catarres, Sara Roy o el Miki Nuñez !!

Aquestes figures influents en el món de l'espectacle en català van poder gaudir, junt amb els infants, d'un bon àpat ambientat amb alegria, diversió i molta música.



Èric "Catarres"



Sara Roy



Miki Nuñez

Per poder estar al corrent de totes les visites que gaudeixen els infants, podeu seguir-nos a les nostres xarxes socials.



@tresmes\_ecoactiva



# Quins beneficis té el menjar ecològic?

Com ja sabeu, a Tresmes apostem per servir productes ecològics als nostres espais de migdia per tots els beneficis que aporten, com ara:

- Els aliments ecològics tenen major valor nutricional
- Evitem la contaminació dels entorns naturals, com mars i muntanyes
- Fomentem el desenvolupament sostenible
- No s'utilitzen productes perjudicials per al cos humà, com pesticides o additius sintètics
- Consumint aquests tipus de productes tenim cura del medi ambient
- Els aliments contenen més antioxidants
- La fruita i verdura té una millor textura i un sabor inigualable.

