

# Ajuntament de Castellar del Vallès

## Actualitat

La cuinera Ada Parellada, durant el taller celebrat dilluns 9 de maig al menjador de l'Escola El Sol i la Lluna  
La cuinera Ada Parellada, durant el taller celebrat dilluns 9 de maig al menjador de l'Escola El Sol i la Lluna

### **L'Escola de Pares i Mares aposta per la importància dels hàbits alimentaris**

Dimarts 10 de maig de 2011

**Programes** | [Curs 2010-2011](#)

#### **La cuinera Ada Parellada va oferir dilluns 9 de maig un taller de cuina que va comptar amb la participació de 33 famílies**

La cuinera Ada Parellada va ser ahir al vespre a Castellar per impartir un taller de cuina adreçat als pares i mares dels infants de la vila. Es tractava d'una proposta inclosa en els actes de l'Escola de Pares i Mares, que es va celebrar al menjador de l'Escola El Sol i la Lluna i que va comptar amb la participació de 33 famílies, que van fer cuina en directe amb Parellada.

Durant l'acte, Parellada va fer èmfasi en la importància de crear hàbits alimentaris en els infants, és a dir, educar-los a menjar, per tal que aprenguin a gaudir dels àpats. Segons la cuinera, fets com respectar els horaris dels àpats, seure a taula o menjar tota la família alhora repercuteixen en què els nens i nenes interioritzin i desenvolupin en el futur aquests hàbits saludables que permeten tenir una alimentació sana i ordenada.

Parellada va cuinar durant la sessió un menú complet, a base de bunyols de cigrons, peix bruixa al forn amb fruits secs, pasta de full amb carbassó, bacó, pernil i formatge gratinat, faves caramelitzades i cookies de xocolata.

La propera activitat de l'Escola de Pares i Mares tancarà el curs 2010-2011, i serà una xerrada sobre com prevenir el fracàs escolar des de casa. La sessió tindrà lloc a la Sala d'Actes d'El Mirador el dia 7 de juny, a les 21 hores, i anirà a càrrec de Ramon Casals, llicenciat en Matemàtiques.

- [Avís legal](#)
- [Sobre el web](#)
- [Accessibilitat](#)
- [Mapa web](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |  
Tel. 93 714 40 40