

### **1.3.4.- La Piràmide**

La piràmide de la Dieta Mediterrània, és la eina principal per difondre els conceptes bàsics del nostre estil de vida mediterrani. Conèixer-les primer, i posar-les en pràctica segon, són els passos per no perdre aquest patrimoni cultural immaterial que suposa per nosaltres la Dieta Mediterrània. Per això es proposa una activitat dinàmica per a que els infants d'aquesta edat adquireixin aquest coneixements.