



VII. Educación para la salud

16. Programa “Conocemos Mercagranada y los alimentos”



Descripción

Un programa orientado a mejorar la calidad de la dieta de nuestros/as menores y educar sus hábitos en el consumo de alimentos. Consta de tres fases: Una primera, en la que optativamente, aquellos Centros que lo deseen podrán acceder a material alojado en la página web www.mercagranada.es, y en la que pueden descargar material teórico relacionado con la actividad para trabajar en clase con el alumnado. Los temas a tratar inciden básicamente en el conocimiento por parte de los/las escolares de los productos frescos, sus clases, categorías y las formas de reconocerlos y distinguirlos. Una segunda fase práctica, donde se aborda la visita a la Unidad Alimentaria y se trabajan todos los capítulos anteriores, sobre el contacto directo del/la niño/a con los alimentos. Habrá una tercera fase donde se evaluará el aprovechamiento de las sesiones y donde el/la alumno/a podrá expresar sus impresiones acerca del programa.

Conocerán qué es un mercado mayorista, qué productos se venden en él, cómo se trabaja, y de dónde vienen los productos que ellos sólo conocían en el lineal del supermercado, haciendo hincapié en la educación nutricional de los/las menores. Además, aprenderán qué es una alergia alimentaria y qué tipos hay, cómo es el proceso de separación de residuos en una Unidad Alimentaria y las similitudes y diferencias con la separación en el hogar, entre otras muchas cosas.

Se persigue un aprendizaje real, con el que los/as niños/as sepan distinguir las distintas frutas, clasificarlas por su dulzura, amargura, pelarlas, mondarlas... en el caso de los pescados, conocerán las diferencias entre pescado azul y el resto, su fisonomía, como evitar raspas... En definitiva, talleres donde pueden tocar, oler, gustar y sentir cada alimento. Como apoyo a todo el programa educativo contamos con perfiles activos en facebook (<https://www.facebook.com/MercagranadaSA>) y Twitter (@MercagranadaSA) desde donde tanto profesorado como familias podrán estar informados de todas las novedades de este programa.

Y a modo de recuerdo de la actividad, el centro podrá descargar de la web de Mercagranada las distintas fotografías que se hayan realizado durante la visita.

Objetivos

- Poner de manifiesto la importancia de una alimentación sana y saludable, basada en una alimentación de productos frescos y práctica de actividad física moderada.
- Fomentar la educación y el conocimiento de las clases de alimentos, como base para construir una dieta sana y equilibrada
- Ofrecer los alimentos en estado natural para sentirlos y desmitificar sabores, raspas, texturas y otros clichés, a partir de los que los/as niños/as rechazan algunos alimentos básicos en la pirámide de los alimentos.
- Abrir las puertas de una Unidad Alimentaria a los/as menores, para que sepan el camino que sigue un alimento desde el mar, la granja o la huerta, hasta que llega a un supermercado. Conociendo de primera



mano, la importancia y la labor que se lleva a cabo en Mercagranada, para conseguir que los productos frescos lleguen a nuestra mesa cada día.

- Aprender cómo funciona el ciclo de distribución de los alimentos, clases, orígenes, el significado de la trazabilidad, cómo leer las etiquetas de los productos alimenticios, etc.

Contenidos

En el programa podemos encontrar dos variantes: Visitar la unidad alimentaria o charlas educativas en los centros escolares.

Visita La Unidad Alimentaria



La visita se realiza siguiendo un circuito con varias fases, cada una es una parada en la que los alumnos van viendo y/o participando en los diferentes procesos que compone el funcionamiento de Mercagranada. Tiene la siguiente estructura:

1. Recepción de alumnos/as: en esta primera fase, el monitor recibe al alumnado y le explica de forma divertida y dinámica qué es Mercagranada y la importancia de la merca en una alimentación sana y saludable.
2. Conociendo el mercado: En esta segunda fase, se da comienzo a la visita por las instalaciones de la unidad alimentaria de Mercagranada. El alumnado conoce la diferencia entre un mercado mayorista y uno minorista, qué productos se venden, cómo se trabaja en los distintos puestos y la labor medioambiental de separación y reciclaje de residuos.
3. Conoce el trabajo de la ONG el "Banco de Alimentos": la tercera fase, está orientada a concienciar al alumnado de la labor que realiza dicha ONG.
4. Taller de los sentidos: este taller, está orientado a enseñar a los alumnos el que mediante los diferentes sentidos, podemos conocer y/o distinguir diferentes alimentos y sabores. Así mismo, se le enseña la diferencia entre pescado azul y blanco y la importancia de su consumo.
5. Despedida: finalmente, en esta última parada, se hace una valoración de la visita tanto a nivel del profesorado, como del alumnado y se le obsequia con un regalo, recuerdo de su visita a Mercagranada.



Charlas Educativas En Los Centros Escolares

- Las charlas educativas van orientadas a enseñar al alumnado diferentes conceptos, tales como:
- Conocemos Mercagranada: presentación de la instalaciones, qué es un operador, un detallista y Horeco, trazabilidad de los productos, etiquetado, etc.
- Pescados azules y pescados blancos, acuicultura, pesca salvaje, como diferenciar el pescado fresco, beneficios de comer pescado, etc.
- Frutas y verduras por temporada: cualidades y beneficios....
- Las distintas gamas de los alimentos.
- La pirámide nutricional.
- Hábitos de vida sana y saludable.
- Juegos relacionados con la alimentación.



**CONOCE MERCAGRANADA
Y LOS ALIMENTOS**

Charlas Educativas
Lleva tu colegio a MERCAGRANADA

¡Solicita tu visita!
a través de nuestra web
www.mercagranada.es

Las visitas se adaptan a la edad y/o etapa educativa del alumnado o las necesidades especiales de los escolares que participan.

Dirigido a

Dirigidos a escolares de todos los niveles educativos de Granada y profesionales del sector de la alimentación y nutrición.

Aportaciones del Ayuntamiento

Apoyo Institucional

Promoción y difusión a los centros educativos de Granada

Colaboración en la gestión de la programación del calendario de visitas

Calendario

A lo largo del curso escolar

Horario y duración:

El programa se desarrolla los miércoles y viernes lectivos, en horario de 10:00 h a 13:00 h.

Observaciones

El profesorado que lo estime oportuno, encontrará en la web del programa educativo un dossier para trabajar conceptos de forma previa a la visita a la Unidad Alimentaria, que hacen referencia a los productos frescos, cómo se clasifican y reconocen. Con este trabajo previo, pese a ser optativo, su permanencia en las instalaciones podrá resultar de mayor rendimiento a nivel práctico. Todos los contenidos que se expresen en esta visita y en la web programada para la misma, están supervisados y avalados por el Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INYTA) de la Universidad de Granada, como garantía de la propiedad y pertinencia de los consejos que se vierten en el programa.

Programas educativos 2018-2019
Granada. Ciudad Educadora



Organiza

MERCAGRANADA S.A.

Ctra. Badajoz-Granada Km. 436 18015 Granada

Tramitación de solicitudes

Concejalía de Derechos Sociales, Educación y Accesibilidad.

Servicio de Educación.

C/ Horno de San Matías, 4-3ª planta. 18009 Granada

Teléfono: 958.18.00.91

Fax: 958.18.00.90

Correo electrónico: educacion@granada.org

Web: www.granada.org