



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. Al efecto, se elabora un programa de trabajo que consta de tres fases: Una primera fase, en la que optativamente, aquellos Centros que lo deseen podrán acceder a material alojado en la página web www.mercagranada.es/conocelosalimentos, 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 de los/las escolares de productos frescos, clases, categorías, 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, además de poder acceder a las fotografías tomadas en la unidad alimentaria durante la visita

Objetivos

* **El objetivo del circuito** será que el/la alumno/a pueda conocer, 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. Además, el alumnado conocerá la importancia de una alimentación sana y saludable participando en los distintos juegos que se plantean a lo largo de la visita.

“Conoce Mercagranada y los Alimentos” es un plan de apoyo a la dieta sana en la infancia. Con él, pretendemos impulsar en los/las más pequeños/as un hábito de vida saludable basado en una alimentación a base de productos frescos y práctica de actividad física moderada.



Para ello, cada curso académico, Mercagranada recibe en sus instalaciones a más de dos mil quinientos alumnos/as procedentes de los centros escolares de toda Granada. Durante una mañana, los/las pequeños/as recorren las instalaciones del mercado, aprendiendo cómo funciona el ciclo de distribución de los alimentos, clases, orígenes, aprenden el significado de la trazabilidad, cómo leer las etiquetas de los productos alimenticios, etc. El programa ofrece la posibilidad de realizar **Charlas Educativas, “Ileva Mercagranada a tu colegio”**, donde si el centro está interesado en ofrecer una charla educativa sobre alimentación a sus alumnos, nos desplazamos a éste.

Los **objetivos** del programa nutricional son:

- Educar a los/las niños/as en el consumo de alimentos saludables (Producto fresco).
- 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.

Circuito de la visita a la Unidad Alimentaria



A: Descripción del circuito:

1. Recepción de alumnos/as: En Mercagranada, para que se sientan como en su casa y aprendan de forma divertida a llevar a cabo una alimentación sana alimentando sus conocimientos.
2. Conociendo el mercado: En esta primera parte de la visita los/las niños/as conocerán Mercagranada, que es un mercado mayorista, qué productos se venden, cómo se trabaja en los distintos puestos, la labor medioambiental de separación y reciclaje de residuos, y la



- cadena de distribución alimentaria, de dónde vienen los alimentos y como llegan a los supermercados y a la mesa.
3. Conoce el trabajo de una ONG: Los/las alumnos/as conocerán de primera mano la labor del Banco de Alimentos, dentro y fuera de Mercagranada. Les enseñaremos la importancia de la solidaridad.
 4. Aula de los sentidos: En esta fase de la visita, haremos hincapié en la educación nutricional de los/las más pequeños/as. Un/a monitor/a les ayudara a descubrir de una forma dinámica y a través de los sentidos a tener una alimentación sana y equilibrada con los distintos talleres que proponemos: Taller de frutas y hortalizas. Taller de pescados. Taller de juegos.
 5. Despedida del colegio: Al final de la visita se realizaran fotografías que de forma posterior se ubicaran en la web, para que los/las niños/as puedan tener un recuerdo de su paso por Mercagranada.

B. Nos Desplazamos a tu Centro Educativo:

CHARLAS EDUCATIVAS
Lleva a tu colegio a Mercagranada

El programa **Conoce Mercagranada y los Alimentos** es un plan de apoyo a la dieta sana desde la infancia.

Pretendemos impulsar en los más pequeños un hábito de vida saludable, basado en una alimentación a base de productos frescos y en la práctica de una actividad física moderada.

Mercagranada recibió más de dos mil alumnos procedentes de centros escolares de toda Granada el pasado curso.

CONTACTO
Teléfono: 958 276 300
Email: escolares@mercagranada.es

La salud y la buena alimentación de nuestros pequeños es lo importante

- Invita a tu colegio o centro escolar a participar en la visita
- Visita nuestra galería de fotografías
- Conoce más la visita en los manuales que encontrarás en la página web

¡SOLICITA UNA VISITA GUIADA A TRAVÉS DE NUESTRA WEB!
www.mercagranada.es/conoce-los-alimentos

CÓNOCE MERCAGRANADA Y LOS ALIMENTOS

MERCAGRANADA
www.mercagranada.es

Durante la charla se les enseñaran a los alumnos conceptos 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.

Los conceptos se adaptan a la edad de los/las niños/as que participan.



Dirigido a

Segundo Ciclo de Educación Primaria (de 8 a 10 años): **“Visita a Mercagranada”**
Educación Infantil, Primer y Segundo Ciclo de Educación Primaria: **“Nos desplazamos a tu centro educativo”**

Calendario

De septiembre a junio

Aportaciones del Ayuntamiento

Apoyo Institucional
Promoción y difusión a los centros educativos de Granada
Gestión de la programación del calendario de visitas

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. Los conceptos contenidos en el dossier harán 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.

Organiza

MERCAGRANADA S.A

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