



VII. Educación para la salud

4. Programa “Conocemos Mercagranada y los alimentos”

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.

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

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

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

Descripción

El programa Conoce Mercagranada y los alimentos, ofrece a los distintos centros educativos, asociaciones y profesionales del sector la posibilidad de realizar una visita guiada a nuestras instalaciones con el objetivo de mejorar la calidad de la dieta de nuestros/as menores, personas con NEAE y futuros profesionales del sector. Así como, mejorar los hábitos en el consumo de alimentos frescos y aumentar la práctica de deportes y actividad física.

Enseñamos a las personas que vienen al programa a comer todo tipo de alimentos de una forma divertida y sana basándonos en ofrecer una educación didáctica y dinámica para los participantes.

Objetivos

- Incrementar y consolidar el consumo de frutas y verduras en la dieta.
- Fomentar la importancia de una alimentación equilibrada, saludable y variada para así cubrir todas las ingestas recomendadas de nutrientes. La pirámide nutricional. Hábitos de vida sana y saludable.
- Fomentar el consumo de productos de temporada y Km0, es decir los que se cultivan o producen en nuestra provincia (productos tropicales, de la Vega, denominaciones de origen Granada, etc).
- Enseñar que es una Unidad Alimentaria como Mercagranada, dar a conocer nuestras instalaciones, servicios que prestamos y el trabajo que realizan los Operadores instalados en la merca y de los detallistas que compran en la merca (supermercados, HORECA, etc) trazabilidad de los productos y etiquetado.
- Dar a conocer la cadena de distribución. Cómo llegan los alimentos desde su origen hasta la mesa o consumo final.
- Diferenciar los distintos tipos de pescados y productos del mar.
- Conocer los problemas derivados del aporte excesivo de calorías y grasas.
- Fomentar el valor de la solidaridad. Se visitan las instalaciones de la ONG Banco de Alimentos y los escolares aprenden sobre el trabajo que los voluntarios realizan y la problemática de algunas familias para alimentarse, etc.
- Crear nuevos estilos de vida saludables y respetuosos con el medio ambiente.
- La importancia de separar los residuos de forma correcta. Juegos relacionados con la alimentación



Contenido:



HORARIO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
10.00 – 10.30	RECEPCIÓN DE ALUMNOS	Presentación del monitor/a
10.30 – 11.30	CONOCIENDO EL MERCADO Nave de frutas y verduras Banco de alimentos Nave de pescado	Conoceremos qué es una Unidad Alimentaria como Mercagránada, servicios y el trabajo que realizan los Operadores. Los productos comercializados en el mercado así como la procedencia de los mismos, etc..
11.30 – 11.45	Descanso	Breve parada para tomar una merienda (a cargo de los alumnos participantes)
11:45 -12:30	AULA DE LOS SENTIDOS: Frutas, verduras y pescados. El producto estrella del día	Los alumnos, podrán manipular y saborear las distintas frutas y verduras que se exponen. Aprenderán a diferenciar entre pescado azul, blanco, moluscos y pesca salvaje, tallas mínimas, y sus propiedades. Productos Km0, nutrientes, etc...
12:30 – 13.00	El Experto del día	Un alumno se convertirá en el experto del día y expondrá un producto, explicando las propiedades y beneficio del producto en cuestión.
El horario puede sufrir modificaciones por razón de las necesidades pedagógicas en cada fase		



Dirigido a

- Alumnos/as de primer y segundo ciclo de primaria.
- Asociaciones y entidades con personas con NEAE.
- Profesionales del sector de la alimentación y hostelería.
- AMPAS de centros escolares.

Aportaciones del Ayuntamiento

Incluir el programa Conoce Mercagranada y los Alimentos en la Guía de los Programas Educativos Municipales.

Calendario

Miércoles y viernes lectivos de septiembre a junio.

Horario y duración:

10:00 a 13:00 horas para grupos de escolares y asociaciones.

07:00 a 12:30 horas para profesionales del sector.

Observaciones

El horario puede variar de las necesidades del colectivo que asiste a la visita.

Organiza

MERCAGRANADA S.A.

Tramitación de solicitudes

- A través de la página web de Mercagranada: <http://mercagranada.es/solicita-una-visita/>
- Por correo electrónico: escolares@mercagranada.es