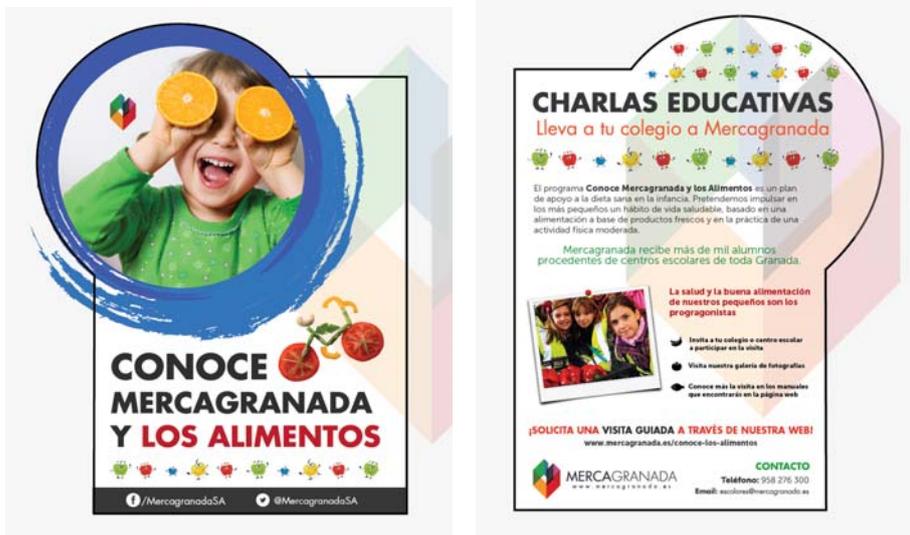




## VII. Educación para la salud

### 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](http://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](http://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 la provincia 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**

De septiembre a junio

#### **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.

**Organiza**

MERCAGRANADA S.A.  
Ctra. Badajoz-Granada Km. 436 18015 Granada

**Tramitación de solicitudes**

Servicio de Educación.  
Concejalía de Derechos Sociales, Educación y Accesibilidad.  
Ayuntamiento de Granada.  
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](mailto:educacion@granada.org)  
Web: [www.granada.org](http://www.granada.org)