



- Gran Festa de les Fruites i Hortalisses per celebrar el desè aniversari de la campanya '5 al dia', una iniciativa impulsada per Mercabarna i l'Associació Gremial d'Empresaris Majoristes de Fruites i Hortalisses de Barcelona i Província (AGEM), amb l'objectiu de promoure uns hàbits alimentaris saludables.
- La campanya '5 al dia' promou entre els escolars de Catalunya el consum d'un mínim de cinc racions diàries de fruites i hortalisses com a base d'una dieta sana.
- Durant els primers deu anys de la campanya, uns 60.000 nens i nenes de 1.000 escoles de tot Catalunya han après a Mercabarna la importància que tenen les fruites i les hortalisses per a una bona alimentació.

Mercabarna i l'AGEM celebren el desè aniversari de la campanya '5 al dia' amb una gran festa

L'any 1999, Mercabarna i l'Associació Gremial d'Empresaris Majoristes de Fruites i Hortalisses de Barcelona i Província (AGEM) van iniciar la **campanya '5 al dia'**, que té com a objectiu **millorar els hàbits alimentaris dels infants de Catalunya**.

La campanya va néixer ara fa deu anys "com a resposta a la inquietud social i institucional davant l'augment de l'obesitat infantil i de les malalties derivades d'una alimentació incorrecta", explica la directora general de Mercabarna, Montserrat Gil de Bernabé.

Des d'aleshores, **uns 60.000 nens de gairebé 1.000 escoles d'arreu de Catalunya han visitat Mercabarna per participar a la campanya '5 al dia'**.

Com el seu nom indica, "aquesta campanya vol incidir en **la importància que té per a la correcta alimentació dels infants el consum d'un mínim de cinc racions diàries entre fruites i hortalisses**, tal com recomanen metges i dietistes de tot el món", explica Casimir Llorens, president del Gremi de Majoristes (AGEM).



La Gran Festa de les Fruites i les Hortalisses!

Per celebrar el desè aniversari de la campanya, Mercabarna i l'AGEM organitzen la **Gran Festa de les Fruites i les Hortalisses!**

Hi estan convidats els nens que han participat a la campanya durant el curs 2008/09 i les seves famílies; totes les escoles que hi han pres part durant aquests deu anys; i els empresaris del sector hortofruetàcola del Mercat Central que, juntament amb Mercabarna, fan possible la campanya.

Durant tot el matí de **diumenge 17 de maig**, el **Mercat Central de Fruites i Hortalisses de Mercabarna es converteix en un gran espai lúdic**, i les **fruits i les hortalisses protagonitzen la festa**, estenent el missatge de la campanya '5 al dia' entre els 5.000 assistents:

- S'espremeran **5.000 quilos de taronges** per fer sucs per a tothom.
- Hi haurà més de **5.000 broquetes de fruits** per sucari en grans fonts d'on brollarà xocolata desfeta.
- Es duran a terme **tallers de dibuix**, on els participants coneixeran els nous personatges de la campanya '5 al dia'.
- Hi haurà **tallers de circ i jocs de sempre** (punteria, bitlles, ferradures) amb els personatges de '5 al dia' i les fruits i hortalisses com a protagonistes.
- Com a fi de festa, un grup de còmics acróbates oferirà un **espectacle de circ amb el missatge de '5 al dia' com a fil conductor**.



'5 al dia': Deu anys inculcant bons hàbits alimentaris als infants

Ja fa deu anys que Mercabarna i l'AGEM, mitjançant la campanya '5 al dia', estenen un **missatge clar entre els infants de Catalunya**: per mantenir una dieta sana i prevenir malalties que poden aparèixer a l'edat adulta, **és imprescindible menjar un mínim de cinc racions diàries d'entre fruites i hortalisses**.

'5 al dia': una filosofia a nivell internacional

El moviment '5 al dia' s'inicià als Estats Units l'any 1989, a través de l'Institut Nacional Contra el Càncer, i es va estendre a Europa a mitjans dels anys 90.

Arreu del món, hi ha més de 40 països que desenvolupen campanyes institucionals amb la filosofia '5 al dia'. **Mercabarna i l'AGEM van ser les primeres a desenvolupar una campanya amb aquesta filosofia a l'Estat espanyol.**

Segons dades del Ministeri de Medi Ambient i Medi Rural i Marí, al 2008 el consum anual per càpita de fruites i hortalisses a Espanya va ser de 176 kg, és a dir, uns 480 grams diaris. Aquestes dades revelen que encara **no arribem a consumir el mínim diari de fruites i hortalisses que recomana l'Organització Mundial de la Salut (OMS)** com a base d'una dieta sana i equilibrada: 600 grams en els adults i **400 grams en infants**, que corresponen a cinc racions de fruites i hortalisses cada dia.



60.000 nens han descobert ja el món de les fruites i les hortalisses a Mercabarna

En els deu anys que dura la campanya, **60.000 nens i nenes d'unes 1.000 escoles d'arreu de Catalunya han descobert a Mercabarna el món de les fruites i hortalisses fresques.**

Mitjançant la campanya, **cada dia un grup de 50 escolars visita al Mercat Central de Fruites i Hortalisses de Mercabarna durant cinc hores**, on els nens queden meravellats per l'espectacle d'aroma i color que els brinden les fruites i hortalisses d'aquí i d'arreu del món.

En un ambient lúdic, **experimenten nous sabors i textures en tallers de tast, fan jocs amb les fruites i les hortalisses com a protagonistes i reben classes pràctiques al mercat.** I per continuar descobrint fruites i hortalisses que ni tan sols coneixien, fan un dinar a Mercabarna **a base d'amanides, gustoses broquetes de fruites i suc natural.**



Els nous personatges de la campanya: 5 fruites i hortalisses molt eixerides

A més de la visita a Mercabarna, la campanya es recolza en material gràfic adreçat als nens i als seus professors, per tal de treballar a classe el missatge de la campanya; i adreçat als pares, perquè coneguin la campanya i puguin aplicar la filosofia '5 al dia'.

Aprofitant el desè aniversari de la campanya, aquest material ha estat totalment renovat. A l'actualitat, els nens estan sotmesos a molts més estímuls informatius, sobretot audiovisuals (videojocs, internet, televisió...), i en aquests deu anys el grafisme ha evolucionat molt de la mà de les noves tecnologies. Per aquest motiu, s'han creat cinc personatges –tres fruites i dues hortalisses, amb una estètica que permet que els nens s'hi identifiquin amb facilitat- a través dels quals es transmetrà el missatge de la campanya.



'5 al dia' a la xarxa

Per tal de crear un lligam més durador amb tots els participants de la campanya, '5 al dia' compta també amb una pàgina web dirigida a nens, pares, professors i professionals del sector hortofructícola. És www.5aldia.es

Per a més informació,
Departament de Comunicació de Mercabarna
Tel. 93 556 30 00
comunicacio@mercabarna.cat