

Els infants aprenen a menjar sa i a no malbaratar aliments

Mercabarna obre un campus d'estiu per a nens en situació de vulnerabilitat

Hi participen més de 550 nens amb un pressupost de 18.000€

Mercabarna ha presentat avui el Campus d'estiu per a nens amb risc d'exclusió social 'Refrescat amb 5 al dia'. En aquest campus, que abasta tot el mes de juliol i les dues primeres setmanes d'agost, hi participen 563 infants provinents d'entitats d'acció social de Barcelona i d'alguns municipis de la seva àrea metropolitana.

Segons la regidora de Comerç i Mercats de l'Ajuntament de Barcelona i presidenta de Mercabarna, Montserrat Ballarín, "volem que aquests nens puguin gaudir de noves experiències, que descobreixin Mercabarna, a través de visites i activitats que fomentin l'alimentació saludable, així com els valors de l'amistat i el treball en equip".

Els infants, d'edats compreses entre els 3 i els 17 anys, visiten Mercabarna en grups de 25. L'aventura comença quan l'autocar els va a buscar al casal i els porta a descobrir el món de les fruites i hortalisses a l'engròs. Un cop a Mercabarna, i després d'un esmorzar acompanyat de suc de fruites naturals, se'ls explica perquè el campus d'estiu de Mercabarna s'anomena 'Refrescat amb 5 al dia'. Se'ls diu que metges i dietistes d'arreu del món recomanen que s'ha de menjar 5 racions diàries entre fruites i hortalisses per mantenir-se sa, un missatge que s'anirà repetint en les diferents activitats de la jornada.

"Mercabarna –diu Ballarín- té vocació de servei al ciutadà, per això organitza i finança amb 18.000 € aquest campus d'estiu, perquè els fills de les famílies amb risc d'exclusió social puguin gaudir d'un campus d'estiu de màxima qualitat".

Els nens descobreixen nous aliments

Després, visiten el Mercat Central de Fruites i Hortalisses, on descobriran els productes de temporada, les herbes que s'usen per fer el caldo i, fins i tot, fruites i hortalisses que mai han vist. Dintre del Mercat els nens fan el taller de tast 'Esbrina la fruita' en què, en grups de dos i amb els ulls tancats, han d'identificar els sabors i les fruites que van tastant.

Posteriorment aniran a visitar un gran magatzem de patates, on podran observar com es netegen, classifiquen per tamanys i s'envasen quilos i quilos de diferents tipus de tubercles. A l'hora de dinar, els nens aniran a l'aula '5 al dia' i de postres tastaran tota mena de fruites de temporada.

Menjar sa i no malbaratar aliments

A la tarda, en grups, fan el taller 'Màgia al plat' en què elaboren divertides brotxetes a base de múltiples fruites i motllos amb formes diferents. A més, amb les restes de fruita sobrant fan suc multi fruites. Aquesta activitat té com a objectiu promoure el consum de fruita (postres i berenars sans i divertits), així com la lluita contra el malbaratament alimentari (tot s'aprofita).

Després de 6 hores a Mercabarna realitzant moltes activitats que promouen els hàbits d'alimentació saludable a través dels jocs, tots els nens reben el diploma de 'Xef saludable', packs de fruita i verdura fresca i les bosses '5 al dia', amb més jocs per continuar descobrint a casa que menjar sa i equilibrat pot ser bo i divertit.

En el Campus 'Refrescat amb 5 al dia' hi ha col·laborat l'Associació Gremial d'Empresaris Majoristes de Fruites i Hortalisses de Barcelona i Província (AGEM), aportant els suc per esmorzars dels infants, i dues empreses de tubercles de Mercabarna que han aportat les bosses de patates que els nens s'emporten de regal.

La prova pilot: el principal repte

El mes de juliol de 2016, Mercabarna va realitzar una prova pilot amb 162 nens, que feien una visita de només 3 hores a aquest gran mercat. Aquesta prova va servir per fer les correccions oportunes pel que fa als missatges, les activitats, els horaris, els recorreguts... En aquest sentit, la prova pilot ha permès definir aquest Campus de més durada i participants, així com allargar-lo durant les dues primeres setmanes del mes d'agost, mes en què les famílies tenen més dificultats per trobar activitats de lleure gratuïtes per als infants.

Un dels principals problemes que es van haver d'afrontar l'any passat i que es repeteix enguany és la diferència d'edats dels participants, ja que en un mateix grup hi pot haver nens amb edat compreses entre els 3 i els 17 anys. Per això, s'ha hagut d'ampliar el nombre de monitors i dissenyar activitats diferents per als més petits. També s'han ampliat els horaris, per poder oferir a les entitats d'acció social, una activitat equivalent a la de tota una jornada escolar.

La Campanya '5 al dia'

Aquest Campus d'estiu s'inspira en la campanya '5 al dia', que Mercabarna realitza conjuntament amb l'AGEM des de 1998. Aquesta campanya es porta a terme al llarg del període escolar i acull anualment al voltant de 6.000 nens, d'entre 8 i 10 anys, d'escoles d'arreu de Catalunya. La iniciativa té com a principal objectiu promoure hàbits d'alimentació saludables i donar a conèixer els beneficis de la dieta mediterrània entre els infants, així com entre les seves famílies. Al llarg d'aquests 19 anys han participat a '5aldia' més 100.000 nens.

Per a més informació:

Roser Lapuente Camins
Cap de Mitjans de Comunicació
93 556 35 08 / 93 556 00 00/ 610 59 50 24
lapuente@mercabarna.cat