

## Mercabarna posa en marxa els tallers d'estiu '5 al dia' per a nens amb risc d'exclusió social

### *Els infants s'endinsen en el món de la dieta mediterrània a través de tallers i jocs amb fruites i hortalisses*

Aquest mes de juliol, Mercabarna ha posat en marxa com a prova pilot els tallers d'estiu per a nens provinents de famílies amb pocs recursos econòmics o en risc d'exclusió social. Es tracta d'una prova pilot amb 300 nens que tindran l'oportunitat de realitzar tot un seguit d'activitats lúdiques per aprendre la importància d'una alimentació saludable, així com de conèixer el gran Mercat Central de Fruites i Hortalisses de Barcelona i la multitud de productes que s'hi comercialitzen. Per realitzar aquest campus d'estiu, Mercabarna ha comptat amb la col·laboració de l'AGEM (Associació d'Empresaris de Fruites i Hortalisses de Barcelona i Província) i la Fundació Pere Tarrés.

#### **Viatge al món de les fruites i hortalisses**

Els infants provenen de centres socioeducatius que la Fundació Pere Tarrés té en marxa durant tot l'any per a nens de famílies amb risc d'exclusió social. En aquests centres, els infants acostumen a fer reforç escolar, dinàmiques de grup i activitats de lleure. La visita a Mercabarna els dona l'oportunitat de sortir en autocar a conèixer el món de les fruites i les hortalisses d'un dels majors i més importants mercats centrals europeus.

Segons Josep Tejero, director general de Mercabarna, "amb aquesta acció volem posar el nostre granet de sorra perquè nens de famílies amb pocs recursos econòmics passin un dia feliç practicant jocs i hàbits alimentaris saludables".

#### **Tallers de tast i d'elaboració de brotxetes**

Els nens dels tallers d'estiu de Mercabarna participen en la campanya '5aldia', que té l'objectiu, d'explicar a través de jocs i activitats lúdiques la importància d'ingerir 5 racions diàries entre fruites i hortalisses, segons recomanen metges i dietistes d'arreu del món.

Els infants arriben a les 10h a Mercabarna en l'autocar que disposa el polígon alimentari i visiten el Mercat Central de Fruites i Hortalisses, acompanyats pels monitors de la campanya '5aldia'. Un cop al Mercat, els nens participen en el taller de tast, 'Endevina quina hortalissa o fruita mengem' i reben tota mena d'explicacions sobre aquests productes.

Després es desplacen a la sala '5aldia' i participen en el joc de 'Les famílies de fruites i hortalisses' i en el 'Taller d'elaboració de brotxetes de fruita'.

A les 13h, els infants tornen amb l'autocar als seus centres socioeducatius, carregats amb aliments frescos, obsequis i un quadern d'activitats, que els permetrà repassar el que han après a Mercabarna, tot jugant.

En aquesta prova pilot participen nens d'edats compreses entre els 8 i els 12 anys, en grups de 25 infants cada dia. En total hi participaran 300 nens. A finals de juliol, Mercabarna farà les correccions oportunes per posar en marxa l'estiu vinent un programa adaptat a les necessitats d'aquests infants i estudiarà si és millor donar aquest servei al juliol o a l'agost, ja que aquest últim mes hi ha casals socials que tanquen per vacances.

### **La campanya '5aldia' i els valors de la dieta mediterrània**

Des de 1998, Mercabarna realitza la campanya "5 al dia" al llarg del curs escolar i acull anualment al voltant de 5.500 nens, entre 8 i 10 anys, d'escoles d'arreu de Catalunya. Aquesta iniciativa està impulsada per la direcció de Mercabarna i l'AGEM i té com a principal objectiu promoure hàbits d'alimentació saludables i els beneficis de la dieta mediterrània entre els infants, així com entre les seves famílies. Al llarg d'aquests 18 anys han participat a '5aldia' més 80.000 nens.

#### **Més informació:**

Roser Lapuente Camins

Cap de Mitjans de Comunicació

93 556 35 08/ 93 556 30 00

[lapuente@mercabarna.cat](mailto:lapuente@mercabarna.cat)

[www.mercabarna.es](http://www.mercabarna.es)