

Activitat física

Un 6% no practica activitat física fora del temps de l'escola, superior entre les nines (11%) que en nins (7%). Un 94% practica entre 1 i 5 hores a la setmana. La mitjana és d'1,8 hores (Md=2 i DE=0,8), superior entre els nins (1,9 hores enfront de les 1,6 hores en nines). Un 30% en realitza 1 hora setmanal; un 38% entre 2 i 3 hores i el 26% 4 o més hores.

Empreses participants al projecte/detallistes:

Mercat de l'Olivar

Botiga de mascotes Xamba
Carnisseria Andreu Fuster
Carnisseria Avícola Fuster
Carnisseria Can Jaume
Carnisseria Comas
Carnisseria i xarcuteria Germans Buades
Carnisseria Maria Zanoquera
Carnisseria Marina Flotats
Espècies Crespi
Floristeria Joana
Forn de ca na Teresa
Fruites i verdures Abraham
Fruites i verdures Bota
Fruites i verdures Crespi Bibiloni
Fruites i verdures Es Cantonet
Fruites i verdures Es Pagès
Fruites i verdures Escalas
Fruites i verdures Germans Amengual
Fruites i verdures Germans Gelabert
Fruites i verdures Ismael Cuenca
Fruites i verdures López-Fullana
Fruites i verdures Miquel Bestard
Fruites i verdures Miquel Gelabert
Fruites i verdures Pascual
Fruites i verdures S'Heura
Fruites i verdures S'Hortola
Fruites i verdures Saez
Fruites i verdures Sansó-Bonet
Fruites secs Can Gelabert
Fruites secs Can Jaume
Xarcuteria Ca Madó Geroni
Xarcuteria Creus
Xarcuteria La Preferida
Xarcuteria Viana i Cladera

Mercat de Pere Garau

Bar Can Miquel
Carnisseria Bonnin
Carnisseria Isabel
Claus Mariano "El Rápido"
Floristeria Loli
Forn Valls
Fruites i verdures Germans Fiol
Fruites i verdures J. Martorell
Fruites i verdures Puchol
Fruites secs Amparo
Herboristeria Germans Salvador
Menjars preparats Sa Cassola
Papereria Bonnin
Salazones J. Garau
Ultramarinos Alomar
Ultramarinos Ballester
Ultramarinos Toni Sastre
Xarcuteria Germans Mas i Colom
Xarcuteria Maria Jesús

Mercat de Santa Catalina

Bar Can Frau
Bar des Mercat
Carnisseria Ede
Carnisseria La Boucherie
Floristeria Miquel Capellà
Fruites i verdures Maria de Porreres
Fruites i verdures Son Brotad
Fruites secs Tambó d'Ametlle
Papereria Sa Plaça
Salazones Amalia
Vins Can Novell
Xarcuteria Franch
Selecta
Xarcuteria Virgilio Izquierdo



MEMÒRIA 2011-2012



Ajuntament de Palma



mercapalma

Associación Patronal de Majoristas de Mercapalma de Frutos y Productos Hortícolas
Govern de les Illes Balears

Mercat des Camp Redó

Bar Peca
Carnisseria Germans González
Fruites i verdures Bàrbara Serra
Fruites i verdures Bibifruit
Menjars preparats La Cocina del Mercado
Peixateria Ciutat
Xarcuteria Es Bon Tall
Xarcuteria Gallego&Román

Mercat de Llevant

Carnisseria Casa Jacinto
Carnisseria Sebastià
Puiggròs
Claus Montclau
Fruites i verdures Pizà Jaume
Peixateria Lázaro
Reconeixement Mèdic

Majoristes de Mercapalma:

Agroilla
Agromallorca
Bibifruit
Cultivar
Es Mercat
Fruita Bona
Fruites Caimari
Fruites d'Or
Fruites França
Fruites Huguet
Fruites Moreno
Fruites Muñoz
Ginesito
Germans Fernández
Mealmapo (Fruites Bon Any)
Palma Fruit
Vda. Antoni Serra

Centres educatius participants en el projecte

CP La Soledat
Sant Felip Neri
Sant Josep Obrer
CP Son Canals
CP Felip Bauçà
CP Establiments
CP Gabriel Vallseca
San Alfonso Maria de Ligorio
CP Pintor Joan Miró
Nuestra Señora de las Escolapias
CP Alexandre Rosselló
CP Rei Jaume I
CP La Porciúncula
CP Anselm Turmeda



Ajuntament de Palma



mercapalma

Associación Patronal de Majoristas de Mercapalma de Frutos y Productos Hortícolas
Govern de les Illes Balears



Introducció

Per tercer any consecutiu, s'ha duit a terme el projecte "L'escola al mercat". Els resultats i les valoracions positives del curs passat han fet que els organismes col·laboradors d'aquest projecte decidissin dur-lo endavant un any més.

"L'escola al mercat" és un projecte que neix a partir de tres objectius clau:

- Millorar els hàbits dels més joves i, sobretot, promoure el consum de fruites i hortalisses locals i de temporada, a més de conscienciar de la importància per a la nostra salut de la pràctica d'activitat física.
- Dinamitzar els mercats per a augmentar la competitivitat de tota la cadena.
- Promoure els hàbits de consum responsables, donant a conèixer els aliments locals i de temporada.

La població cada vegada està més sensibilitzada vers la necessitat i el desig de mantenir la salut, per la qual cosa és necessari establir i difondre clarament les pautes que s'han de seguir per a mantenir una dieta saludable. Les fruites i verdures constitueixen un conjunt d'aliments d'origen vegetal, rics en aigua, vitamines i minerals i pobres en proteïnes, greixos i hidrats de carboni.

Per aquestes característiques es considera que són aliments reguladors que ajuden a l'organisme a créixer i desenvolupar-se; a més, són poc energètics i contenen nombrosos antioxidants.

Els mercats són un factor clau en el projecte i, per aquest motiu, és indispensable que puguin augmentar la seva qualitat en tots els àmbits. Les administracions públiques han de potenciar això, ja que el mercat no és només un comerç on es puguin trobar productes locals i de qualitat, sinó que també exerceix un paper social i cultural extraordinari.

Població objectiu

La població a la qual s'ha dirigit l'acció ha estat l'alumnat des del tercer al sisè curs d'Educació Primària. Aquests infants, han rebut la informació i han protagonitzat les activitats. Però cal tenir present que amb aquest programa els escolars no han estat l'única població final, sinó que també s'han convertit en vehicle transmissor dels coneixements adquirits als seus pares. De fet, els professors i els centres han estat destinataris directes d'aquesta activitat, que han compartit amb els alumnes i, indirectament, amb la resta de professors.

Objectius

1. Millorar els hàbits dels més joves i, en particular, promoure el consum de fruites i hortalisses. Per això, s'ha decidit unir els esforços que fins ara feien les institucions per separat i optimitzar l'ús de recursos, tant humans com econòmics.
2. Dinamitzar el mercat i augmentar la competitivitat de tota la cadena comercial.
3. Promoure els hàbits de consum responsables: consum de productes locals i de temporada així com les pràctiques de consum sostenible.

Entitats col·laboradores

- Govern de les Illes Balears, mitjançant la Vicepresidència Econòmica, de Promoció Empresarial i d'Ocupació i les conselleries d'Agricultura, Medi Ambient i Territori, Educació, Cultura i Universitats, i Salut, Família i Benestar Social
- Ajuntament de Palma
- Cambra de Comerç de Mallorca
- Associació Patronal de Majoristes de Mercapalma de Fruites i Productes Hortícoles
- Federació de Mercats Permanents de Mallorca
- Mercapalma

Desenvolupament de l'activitat educativa

L'activitat educativa del projecte ha estat pensada perquè els centres educatius la poguessin incorporar quan treballassin l'alimentació com àrea curricular i per a poder completar, en tot moment, el treball fet al centre educatiu.

A la pàgina web de Mercapalma: www.mercapalma.es, on està ubicada la informació sobre el projecte, es poden trobar activitats complementàries, dirigides als centres educatius per a preparar la sortida als mercats o bé, posteriorment, per a poder-la complementar. A la mateixa pàgina web també hi ha la publicació Els mercats municipals de Palma i el seu entorn cultural, que versa sobre la història dels mercats de Palma i els barris que els envolten.

Per inscriure's a l'activitat es fa a través de la pàgina web de la **Regidoria d'Educació de l'Ajuntament de Palma**, www.palmaeduca.es.

En relació amb els objectius del projecte i, gràcies a una subvenció que la FEMP va atorgar al Ajuntament de Palma l'any 2011, s'ha editat material didàctic que fomenta, tant l'alimentació saludable, i sobretot el consum de fruites i verdures, com l'activitat física.

A l'activitat un monitor explica als alumnes d'on provenen els aliments i, amb això les funcions de la cadena comercial de fruites i hortalisses (consumidors, mercats detallistes, mercat central majorista **Mercapalma** i productors). Es mostra a tots els participants la piràmide de l'alimentació i els grups d'aliments i s'explica quins són els nutrients que aporten a l'organisme, remarquant la importància d'ingerir cinc racions de fruita i verdura al dia. També, s'enumeren les diferències entre la producció agrícola realitzada en hivernacles i el cultiu a l'aire lliure, les diferències entre els productes locals i de temporada. Atesa la importància que té, també s'esmenta la higiene i la seguretat alimentària que s'ha de seguir en tota la cadena comercial.

Tota aquesta informació s'explica als alumnes mentre visiten el mercat, interactuant els venedors amb els nins i nines, que reforcen l'explicació del monitor.

Enguany, per primera vegada, durant l'activitat educativa s'ha realitzat una degustació de verdures i hortalisses fresques, locals i de temporada,

amb la finalitat de donar a conèixer aquests productes als participants, ja la bibliografia especialitzada refereix que hi ha aliments que, per desconeixement, són rebutjats pels infants. Aquesta dinàmica ha estat molt positivament valorada tant pels professors com pels infants. Finalment es realitza un dibuix sobre el mercat municipal visitat, el qual ha participat en un concurs d'entre tots els centres educatius participants i s'ha premiat el millor dibuix de cada curs i per mercat.

En el **Mercat de Pere Garau**, durant el mes de març, es va fer una exposició dels dibuixos semifinalistes, de les escoles participants, des d'octubre a desembre del 2011.

Alguns centres educatius han presentat una obra plàstica o/i una presentació en *PowerPoint*, amb el mercat municipal que han visitat com a tema central. Aquests han optat al **Premi a la Millor Escola**. Enguany, aquest premi ha consistit en la participació en una gimcana, patrocinada per la **Fundació Agrupació Mútua**. Aquest esdeveniment s'ha duit a terme a l'exterior del **Mercat de l'Olivar** i ha consistit en diverses proves en les quals els infants han après a preparar-se per ells mateixos plats saludables típics de la dieta mediterrània amb fruites i verdures fresques, fomentant la seva autonomia, a més de participar en diversos jocs actius tradicionals (carrerres de sacs, joc del mocador...).

Els alumnes premiats són:

- Mercat de Llevant
- Miguel Gari Medina del Col·legi Públic Pintor Joan Miró de 3º
- Mercat de Santa Catalina
- Marina Forteza de Nostre Senyora de les Escolapias de 5º
- Joselyn (falta el apellido) de Nostre Senyora de les Escolapias de 6º
- Mercat de l'Olivar
- Noemi Barral Cabrera del Col·legi La Porcincula de 3ºB
- Freddy Alexander del CP Anselm Turmeda de 4º
- Mercat de Camp Redó
- Brenda Lopez Soto del CP Felip Bauça de 4ºB
- Toni Ivora Gomis del CP Felip Bauça de 3ºA
- Mercat de Pere Garau
- Zaira Morey de Sant Josep Obrer de 3ºC
- Helena Miró Barrios de Sant Josep Obrer de 4º
- Mariel Fabiana Saucedo del CP Alexandre Rossello de 5º
- Premio especial del Jurado a Sara Ferriol Barceló del Aula Gaspar Hauser de Sant Josep Obrer

Objectius i resultats de la Campanya 2011/2012

	Resultat 2010/2011	Resultat 2011/2012
Quilograms de fruites distribuïts	500 Kg	265 Kg
Nre. de visites (grups)	43	38 sessions programades 36 sessions realitzades (2 sessions anul·lades el mateix dia per mal temps)
Nre. d'enquestes al professorat	40	36
Nre. d'alumnes a participar	1080	980
Satisfacció del professorat respecte de la visita	10/10	Molt bona (*)
Nre. de mercats a participar	5	5
Nre. de majoristes a participar	17	17
Nre. de detallistes a participar	81	81

* Valoració de les enquestes als professors

A les enquestes es valoren cinc punts:

- Valoració general
- Acol·lida del projecte
- Actuació del monitor o tècnic que imparteix l'activitat
- Adequació de la visita
- Satisfacció dels alumnes

Aquestes poden ser valorades amb cinc ítems, de menor a major satisfacció:

- a) molt dolenta b) dolenta c) regular d) bona e) molt bona
També hi ha un apartat de propostes de millora.

Mètode d'avaluació:

S'ha extret la moda (valor que més es repeteix) de cada ítem, essent els resultats, els següents:

Total: 36 qüestionaris	molt dolenta	dolenta	regular	bona	molt bona
Valoració general	0	0	1	3	32
Acol·lida del projecte	0	0	1	6	29
Actuació del monitor o tècnic que imparteix l'activitat	0	0	1	3	33
Adequació de la visita	0	0	0	6	30
Satisfacció dels alumnes	0	0	1	5	30

Observacions:

*Si el grup és nombrós, no se sent bé"

*"Que tingui continuïtat l'activitat"

*"Complementa el treball a l'aula, molt participativa, espai adequat per la visita, adequada per a l'edat"

*"Falta calefacció a l'aula"

*"Activitat satisfactoria en tots els aspectes"

*"Millor pena que poma"

*"Estaria bé berenar a l'exterior"

Resultats de l'enquesta als nins i les nines

Sociodemografia

Els resultats pertanyen a la mostra de nins i nines que hi han participat entre el desembre del 2010 i el març del 2011.

Escoles participants en el programa de l'escola al mercat del curs escolar 2010-2011

	Participants	%
CEIP Alexandre Rosselló	61	6,9
CEIP Rei Jaume I	129	14,6
CP Anselm Turmeda	31	3,5
CP Felip Bauça	95	10,7
CP Gabriel Vallseca	35	4,0
CP Joan Miró	36	4,1
CP Miquel Costa i Llobera	93	10,5
CP Son Canals	91	10,3
Escola Graduada	16	1,8
Gabriel Vallseca	29	3,3
Liceu Francès	40	4,5
Sant Felip Neri	34	3,8
Sant Josep Obrer	80	9,0
Santa Mònica	116	13,1
Total	886	100,0

Hi han participat 14 escoles dels cursos d'Educació Primària (de 3r fins a 6è), amb un total de 886 alumnes (mitjana d'edat 9 anys). El 53% han estat nins i el 47% nines.

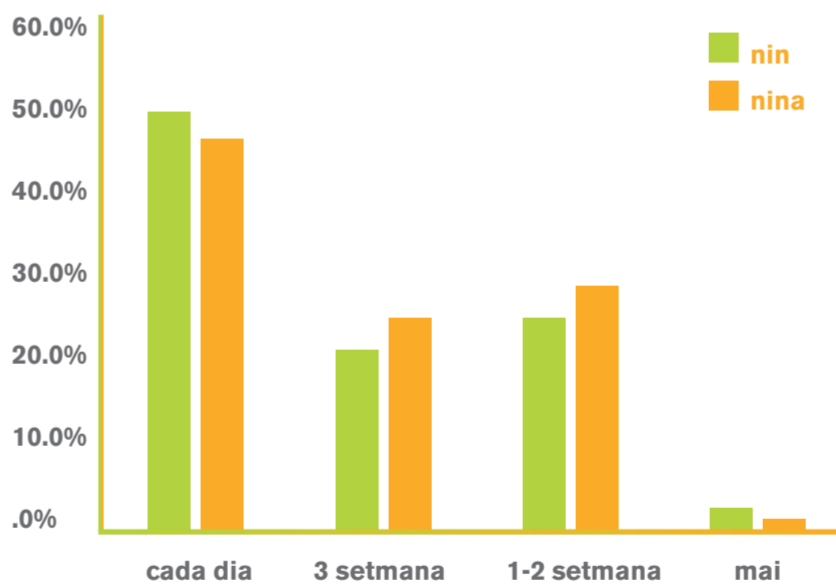
La procedència, calculada segons el continent de naixement, ha estat del 71% europea; el 23% americana (Amèrica del sud i central); el 4% africana (Àfrica subsahariana) i el 2% final d'Àsia (Xina). Dels que han nascut al territori espanyol, el 88% són balears.

Les famílies compren normalment la fruita i les verdures a un supermercat (58%), al mercat (27%), hipermercat (27%), verduleria/ fruiteria del barri (26%), i un 11,4% no ho saben.

Consum de fruita

El 47% mengen fruita cada dia (49% nines i 45% nins), el 23% en mengen 3 cops per setmana, el 28% 1 o 2 dies i el 2% mai. A la figura 1, es detalla el consum de fruita segons el sexe.

Consum de fruita a la setmana segons el sexe



Entre aquells que manifesten consumir fruita, l'hàbit és més freqüent en el dinar (60%), seguit de mitjan matí (35%), a mitjan capvespre (35%), en el sopar (28%) i, per últim, abans d'anar a l'escola (22%).

Les fruites que més mengen són les pomes (78%); plàtans (60%); taronges (57%); peres (36%). A la següent taula es detallen les fruites que els nins i nines manifesten que mengen més.

Fruites més consumides

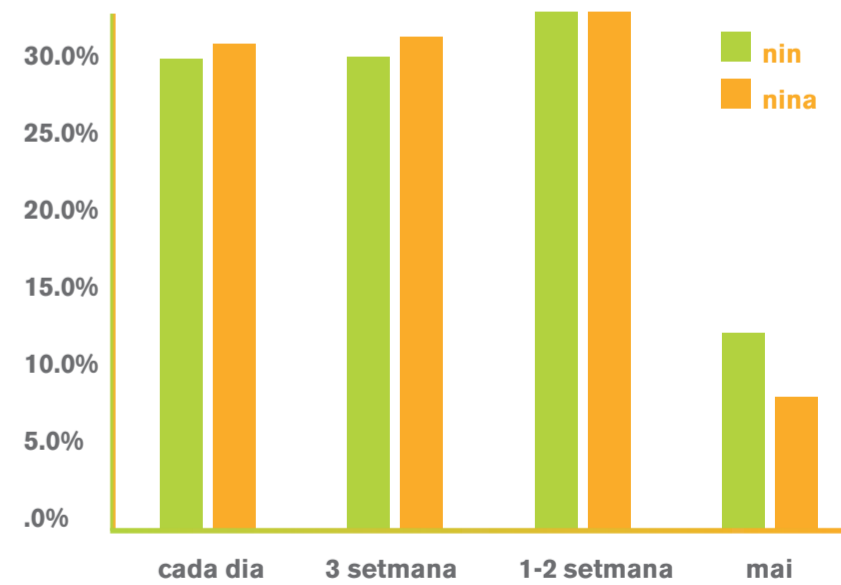
Fruita	%
Poma	78
Plàtan	60
Taronja (varietat)	57
Pera	36
Maduixa	13
Raim	10
Kiwi	9
Sindria	7
Melicotó	6
Meló	6

(els valors no sumen el 100% ja que podien triar més d'una fruita)

Consum de verdura

La verdura és consumida a diari per un 28% dels nins; un 29% en consumeix 3 vegades a la setmana, un 33% d'un a dos dies a la setmana i el 10% no en consumeix mai, superior entre els nins (10%) que en nines (8%).

Consum de verdura a la setmana segons el sexe



Dels que afirmen menjar verdura, un 84% manifesta menjar-la en el dinar i un 64% en el sopar.

Les tres verdures més consumides són les pastanagues (69%), seguit de les lletugues (63%) i tomàtiques (61%) (taula 3).

Verdures més consumides

Verdures	%
Pastanaga	69
Lletuga	63
Tomàtiga	61
Patata	26
Col·lori	10
Espinacs	9
Col	9
Ceba	8
Pebre	7
Mongeta	7

(els valors no sumen el 100% ja que podien triar més d'una fruita)