

Memòria 2012 - 2013

L'escola al
mercat



L'escola al
mercat

Mercat de l'Olivar

Botiga de Mascotes Xamba	Fruites i Verdures Germans Amengual
Carnisseria Andreu Fuster	Fruites i Verdures Germans Gelabert
Carnisseria Avícola Fuster	Fruites i Verdures Ismael Cuenca
Carnisseria Can Jaume	Fruites i Verdures López-Fullana
Carnisseria Comas	Fruites i Verdures Miquel Bestard
Carnisseria i Xarcuteria Germanes Buades	Fruites i Verdures Miquel Gelabert
Carnisseria Maria Zanoquera	Fruites i Verdures Pascual
Carnisseria Marina Flotats	Fruites i Verdures S'Heura
Espècies Crespí	Fruites i Verdures S'Hortolà
Floristeria Joana	Fruites i Verdures Sáez
Forn de Ca na Teresa	Fruites i Verdures Sansó-Bonet
Fruites i Verdures Abraham	Fruits Secs Can Gelabert
Fruites i Verdures Bota	Fruits Secs Can Jaume
Fruites i Verdures Crespí Bibiloni	Xarcuteria Ca Madò Geroni
Fruites i Verdures Es Cantonet	Xarcuteria Creus
Fruites i Verdures Es Pagès	Xarcuteria La Preferida
Fruites i Verdures Escalas	Xarcuteria Viana i Cladera

Mercat de Pere Garau

Bar Can Miquel
Carnisseria Bonnín
Carnisseria Isabel
Claus Mariano "El Rápido"
Floristeria Loli
Forn Valls
Fruites i Verdures Germans Fiol
Fruites i Verdures J. Martorell
Fruites i Verdures Puchol
Fruits Secs Amparo
Herboristeria Germans Salvador
Menjars Preparats Sa Cassola
Papereria Bonnín
Salaons J. Garau
Ultramarins Alomar
Ultramarins Ballester
Ultramarins 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
Fruits Secs Tambó d'Ametlle
Papereria Sa Plaça
Salaons Amalia
Vins Can Novell
Xarcuteria Franch
Xarcuteria Selecta
Xarcuteria Virgilio Izquierdo

Mercat del 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

CEIP Alexandre Rosselló
CEIP Pintor Joan Miró
CC La Porciúncula
CC Nostra Senyora de la Consolació
CEIP La Soledat
CEIP Felip Bauçà
Collège Français
CEIP Gabriel Vallseca
CC Sant Josep Obrer
Centre d'Educació Especial Mater Misericordiae
CEIP Felip Bauçà
CC Arcàngel Sant Rafel
CEIP Alexandre Rosselló
CP Anselm Turmeda
CEIP Rafal Nou



Introducció

Per cinquè curs consecutiu, s'ha duit a terme el projecte "L'escola al mercat". Aquest projecte és fruit d'un conveni de col·laboració entre institucions que varen decidir unificar esforços per a optimitzar l'ús dels recursos, tant humans com econòmics, per a lluitar contra el sobrepès i l'obesitat infantil, intentant invertir la tendència actual cap a aquests. Els resultats i les valoracions positives dels cursos passats han fet que els organismes col·laboradors d'aquest projecte decidissin dur-lo endavant un any més.

La població cada vegada està més sensibilitzada envers 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 les 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 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, també s'han convertit en un potencial vehicle transmissor dels coneixements adquirits a la seva família. Els professors i els centres han estat destinataris directes d'aquesta activitat, que han compartit amb els alumnes i, indirectament, amb la resta de la comunitat educativa.

Objectius

1. Millorar els hàbits alimentaris 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 salut de la pràctica de l'activitat física.
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, com també de les pràctiques de consum sostenible.

Entitats col·laboradores

- Govern de les Illes Balears, mitjançant les conselleries d'Agricultura, Medi Ambient i Territori; Economia i Competitivitat; Educació, Cultura i Universitats; Salut, Família i Benestar Social.
- Ajuntament de Palma
- Associació Patronal de Majoristes de Mercapalma de Fruites i Productes Horticoles
- Federació de Mercats Permanents de Mallorca
- Mercapalma

Desenvolupament de l'activitat educativa

L'activitat educativa del projecte ha estat pensada perquè els centres educatius poguessin incorporar quan treballassin alguns hàbits de salut com l'alimentació i l'activitat física, i per a poder completar, en tot moment, el treball fet al centre educatiu. Al web de Mercapalma, www.mercapalma.es, es pot trobar informació històrica i actual sobre el projecte, com també activitats complementàries dirigides als centres educatius per a preparar la sortida als mercats o bé, posteriorment, per a poder-la complementar. Al mateix web, també figura 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. Aquesta publicació es pot trobar en català i en castellà. Se sol·licita l'activitat a través del web de la Regidoria d'Educació de l'Ajuntament de Palma, www.palmaeduca.es.

El passat curs 2012-13 es va crear un blog informatiu sobre les activitats de promoció i educació per a la salut del projecte que es va desenvolupant durant el curs escolar. L'enllaç des d'on s'hi pot accedir és: <http://proyectoeducativolescolaalmercato.blogspot.com>.

En relació amb els objectius del projecte, i gràcies a les subvencions que la FEMP va atorgant a l'Ajuntament de Palma, es va editant material didàctic que fomenta l'alimentació saludable, especialment el consum de fruites i verdures, i l'activitat física. A l'activitat s'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 la salut, els grups d'aliments, i s'explica quins són els nutrients que aquests aporten a l'organisme, destacant la importància d'ingerir cinc racions de fruita i verdura al dia. També, s'hi enumeren les diferències entre la producció agrícola realitzada a hivernacles i el cultiu a l'aire lliure, les diferències entre els productes locals i de temporada, i els que no ho són. Atesa la importància que tenen, també s'esmenten la higiene i la seguretat alimentària que s'ha de seguir en tota la cadena comercial fins arribar al consumidor.

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

Durant l'activitat educativa es realitza una degustació de verdures i hortalisses fresques, locals i de temporada, amb la finalitat de donar a conèixer aquests productes als participants, ja que la bibliografia especialitzada indica que hi ha aliments que, a vegades per desconeixement, són rebutjats pels infants. Aquesta dinàmica ha estat valorada molt positivament tant pels professors com pels infants. Finalment cada infant realitza un dibuix sobre el mercat municipal visitat, el qual participa en un concurs d'entre tots els centres educatius participants; es concedeix un premi al millor dibuix de cada curs i per cada mercat. Es poden visualitzar les i qui ho desitgi, fins i tot en pot fer comentaris al blog que s'ha creat, al web <http://proyectoeducativolescolaalmercato.blogspot.com>.

Per a optar al premi al Centre Millor Valorat, alguns centres educatius han presentat un PowerPoint explicant les diferents activitats d'educació per a la salut sobre alimentació saludable i activitat física dutes a terme al centre educatiu i que han complementat amb les activitats que ofereix "L'escola al mercat", juntament amb el mercat municipal que han visitat, com a tema central. Enguany, el grup de sisè del centre educatiu públic CEIP Gabriel Vallseca ha guanyat aquest premi, el qual ha consistit en la participació a la Gimcana de la Dieta Mediterrània, patrocinada per la Fundació Agrupació. Aquest esdeveniment s'ha duit a terme a l'exterior del mercat de Pere Garau i ha consistit en diverses proves en les quals els infants han après a preparar-se plats saludables típics de la dieta mediterrània amb fruites i verdures fresques, a més de participar en diversos jocs actius tradicionals (carreres de sacs, joc del mocador...). Hi han participat aproximadament 60 alumnes.

Alguns centres educatius participants a "L'escola al mercat" també han pres part en el projecte "Cuina saludable, cuina de mercat", liderat per l'Ajuntament de Palma i en col·laboració amb Mercapalma i el mercat de Santa Catalina; amb això, s'han creat amb això accions sinèrgiques dirigides a fomentar l'alimentació saludable, l'autonomia dels infants i la igualtat de gènere.

Objectius i resultats de la Campanya 2013/2014

Les activitats educatives s'han impartit des del mes d'octubre de 2013 fins a final de març de 2014.

	Resultat 2012/2013	Resultat 2013/2014
Quilograms de fruites distribuïts	148 kg	144,58 kg
Nre. de visites (grups)	33 sessions realitzades	41 sessions realitzades
Nre. d'enquestes a professors rebudes	26	37
Nre. d'alumnes participants	924	1.132
Satisfacció dels professors respecte de la visita	Molt bona (*)	Molt bona (*)
Nre. de mercats participants	5	5
Nre. de majoristes participants	17	17
Nre. de detallistes participants	81	81

(*) Valoració de les enquestes als professors

Durant aquest curs 2013-14, les enquestes dirigides als professors i els qüestionaris dirigits als infants s'han emplenat al centre educatiu i, posteriorment, juntament amb els dibuixos realitzats, han estat tramesos a l'Ajuntament de Palma.

A les enquestes als professors es valoren cinc punts

- Valoració general
- Acollida 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

Questionari professorat rebuts N=37	molt dolenta	dolenta	regular	bona	molt bona
Valoració general	0	0	0	14	23
Acollida del projecte	0	0	0	16	21
Actuació del monitor o tècnic que imparteix l'activitat	0	0	0	9	28
Adequació de la visita	0	0	0	13	24
Satisfacció dels alumnes	0	0	1	13	23

Observacions – valoració qualitativa: "És important que els alumnes coneixin què és un mercat i què hi poden trobar" "Acompanyament i explicacions bones" "Els ha agradat veure els diferents aliments" "Els podrien donar material com un plànol actualitzat del mercat per a fer la visita" "El material que està al web no és gaire adequat per als infants de 5è i 6è. Es podrien treballar continguts diferents i més elevats" "Molt propera" "Molt interessant" "Una activitat molt recomanable" "Gràcies" "Molt bé. Vista molt pinerosca" "Molt entretinguda" "Molt professional" "Molt adequada a l'estat del grup"

Resultats de l'enquesta als nins i les nines

Els resultats pertanyen a la mostra entregada de qüestionaris que es varen enviar, dels nins i les nines que varen participar en el projecte entre desembre de 2012 i març de 2013. Les escoles participants es mostren a la taula 1.

Taula . Escoles participants

	Curs 2012-2013		
	Tercer curs	Quart curs	Total
CEIP Felip Bauçà	22	43	65
CEIP Pintor Joan Miró	3	24	27
CEIP El Rafal Nou	34	0	34
CC la Porciúncula	48	0	48
CC Sant Josep Obrer	70	81	151
Total	177	148	325

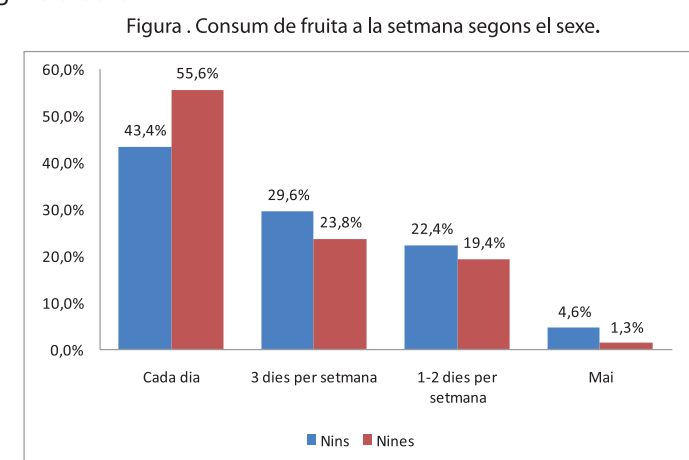
A la mostra analitzada, hi han participat 325 alumnes de 5 escoles dels cursos d'educació primària (de 3r fins a 4t). Un 48,4 % són nins i, un 50,9 %, nines.

La procedència, calculada segons el continent de naixement, ha estat: el 92,9 %, europea; el 5,8%, americana (Amèrica del Sud i Amèrica Central); el 0,3%, d'Àfrica (Nigèria) i, l'1,0 % final, d'Àsia.

Un 46% de les famílies compra normalment la fruita i les verdures a tipologies diferents d'establiments (combinen almenys dues de les següents tipologies): supermercat, mercat, hipermercat, verdurera/fruiteria. Un 57% acudeix a comprar-les habitualment al supermercat i, un 27,4%, a l'hipermercat. Per contra, el 25,8% les compra al mercat i, el 26,8%, a la verdurera/fruiteria del barri.

Consum de fruita

El 49,8% mengen fruita cada dia (55,6% les nines i, 43,4%, els nins); el 26,1% en menja 3 cops per setmana; el 20,8%, 1 o 2 dies i, el 2,8%, mai. A la figura 1, es detalla el consum de fruita segons el sexe.



Entre els que manifesten consumir fruita, el 48,3% ho fa sempre en la mateixa franja del dia, mentre que la resta combina diferents franges horàries. L'hàbit és més freqüent en el dinar (58,2%), seguit de mitjan matí (51,7%), mitjan capvespre (32,0%), sopar (28,6%) i, per últim, abans d'anar a l'escola (14,8%).

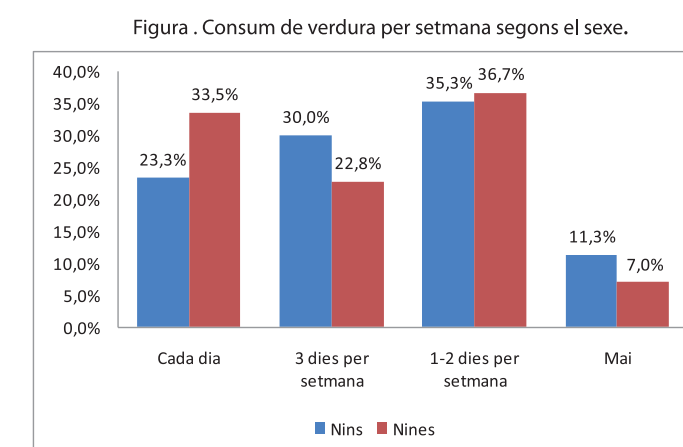
Les fruites que més mengen són les pomes (64,6%), els plàtans (55,7%), les taronges (55,4%) i les peres (28,9%). A la taula 2 es detallen les fruites que els nins i les nines manifesten que mengen més.

Fruita	%	Fruita	%
Poma	64,6	Síndria	6,8
Plàtan	55,7	Meló	6,5
Taronja (varietat)	55,4	Círrera	5,2
Pera	28,9	Pinya	4,3
Maduixa	15,7	Préssec	4
Kiwi	8,6	Raïm	3,1

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

Consum de verdura

La verdura és consumida diàriament per un 28,6% dels nins; un 26,3% en consumeix 3 vegades per setmana; un 36,0%, d'un a dos dies per setmana i, el 9,1%, no en consumeix mai; el consum és superior entre els nins (11,3%) que entre les nines (7%) (figura 2).



Entre els que afirmen menjar verdura, el 32,9% ho fa sempre o bé per a dinar o bé per a sopar, mentre que la resta combina les dues franges horàries. Un 73,8% manifesta menjar-ne al dinar i, un 59,8%, al sopar.

Les tres verdures més consumides són les tomàtigs (52,6%), seguides de lletugues (49,2%) i pastanagues (47,4%), (taula 3).

Verdures	%	Verdures	%
Tomàtiga	52,6	Mongetes	8,3
Lletuga	49,2	Pèsols	8,0
Pastanaga	47,4	Pebre	7,1
Patata	12,3	Espinacs	6,2
Colflori	9,8	Col	5,2
Bròquil	9,5		

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

Activitat física

Un 4,8% no practica activitat física fora del temps de l'escola, la qual cosa és superior entre les nines (5,2%) que entre els nins (4,7%). Un 95,2% en practica entre 1 i 5 hores a la setmana. Un 3,1% no ho sap o no contesta. La mitjana és de 2,7 hores, superior entre els nins (3,0 hores davant les 2,4 hores en nines). Un 26,2% en realitza 1 hora setmanal; un 32,3%, entre 2 i 3 hores i, el 32%, 4 o més hores.