



MERCA REVISTA

#14 JULIO | 2017

▶ MERCAENTREVISTAS

▶ ME GUSTA MI MERCADO 2017

▶ MEJORAS EN INSTALACIONES

- Nuevo sistema integral de gestión ERP
- Calendario de implantación del software ERP
- Nuevas contrataciones de limpieza, seguridad y accesos
- Nueva red de suministro de agua y luminarias

▶ NOVEDADES DEL MERCADO

- Reorganización de la plantilla
- Unidad alimentaria se une a Google My Business
- Conoce Mercagránada y los alimentos
- Memoria RSE y Memoria Económica 2017

▶ DEPORTE

- Carrera Fuerzas Armadas "Las Dos Colinas"
- Gran Premio de Fondo 2017
- VIII Gran Premio "Villa de Salobreña"
- Media Maratón de Granada y Carreras en Familia

▶ CULTURA

- La mayor obra musical de todos los tiempos
- V Festival "Viva la Vega"
- Ven a cantar la Flauta Mágica con Mercagránada
- Mercagránada patrocina un concierto en el FEX 2017


▶ CONSEJOS Y SALUD

- Consejos para comprar pescados de temporada
- Tendencias en Alimentación: Alimentos Km 0
- Mercareceta: Ensalada de Fruta Km 0



 /MercagránadaSA

 @MercagránadaSA

 @MercagránadaSA



MERCAENTREVISTAS

► MÁS CERCA DE NUESTROS CLIENTES Y DE TI

FRUTERÍA RICARDO DEL PINO

Polígono Industrial Mercagranada, 18
18015 Granada

www.cashdabemar.com
958 80 42 14

1. ¿Cuáles fueron sus orígenes como usuario de la Unidad Alimentaria?

En un primer momento, nos instalamos en el Módulo de Polivalencia, donde comenzamos nuestra andadura profesional como usuarios de las instalaciones de la Unidad Alimentaria. Al cabo de un tiempo, y gracias a las buenas expectativas de crecimiento que teníamos previstas a largo plazo, decidimos dar el salto y trasladarnos a nuestro puesto actual en la Nave de Frutas y Verduras.

2. ¿Qué recomendaría como la principal ventaja de abastecerse en Mercagranada?

Sin duda alguna, la gran variedad y la total disponibilidad de casi cualquier tipo de producto que busques, tanto autóctono como exótico; también la frescura de estos, debida en gran parte a la rotación diaria; sin olvidar el precio, siempre ajustado al mínimo posible.

3. ¿Qué papel ocupa la fruta y la verdura en la dieta mediterránea?

Por todo es sabido, y más aún demostrado, que la mejor alimentación es aquella equilibrada. La fruta y la verdura constituyen la gran base de la pirámide alimenticia; y dentro de la dieta mediterránea, por suerte, la gran mayoría de comidas típicas están hechas a base de muchas frutas y verduras.



USUARIOS DE MERCALINK

TABERNA EL BUZO

Camino de Ronda, 100 - 18004 Granada

958 08 99 74

www.boquebar.es

1. Entre café y café, ¿cuánto tiempo ha pasado ya desde que se instalasen en Mercagranada?

La verdad es que no tanto, unos 10 meses. Eso sí, muy, muy intensos. De mucha lucha. Echar a andar un negocio como este es muy difícil y, como todos, no queda otra que luchar y luchar para sacarlo adelante.

2. ¿Quiénes son los principales clientes de Taberna el Buzo y por qué suele decantarse a la hora del desayuno o en una breve parada a media mañana?

Los principales clientes de nuestra taberna son los usuarios de la lonja, a los que cuido con esmero y mucha dedicación. Y ellos, claro, lo agradecen. Para nosotros son lo más importante y cuidamos hasta el más mínimo detalle para contentarlos.

3. ¿Qué le llevó a traer su negocio a la Unidad Alimentaria y qué balance hace de su estancia junto a Mercagranada?

A día de hoy, te diría que positivo para los tiempos que corren. Aprovecho este espacio para darle las gracias a todo el equipo de Atención al Cliente y al de Mantenimiento de Mercagranada. Siempre que ha surgido algún problema, lo han solucionado en seguida con el mejor de los tratos.

4. ¿Alguna recomendación de la casa para quienes hacen un alto en su jornada y se acercan por taberna el buzo?

Más que recomendaciones, un ruego: que se pasen por aquí. No se arrepentirán.

5. ¿Cuáles cree que son los deberes básicos de cara al público por parte de una cafetería como la suya?

Servicio y calidad, sin lugar a dudas.



PESCADERÍA CISNE

Calle Duquesa, 31 - 18001 Granada

664 05 37 66

1. ¿Podría presentar brevemente 'Pescadería Cisne' a nuestros lectores? ¿Qué les hace diferentes?

Pescadería Cisne es una empresa que lleva en el sector desde 1982. Nuestra especialidad es la venta de pescado fresco de las costas andaluzas - en especial del Puerto de Motril, al cual acudimos diariamente en busca del mejor género - y del Mediterráneo en general. Intentamos ofrecer, día a día, la mejor relación calidad - precio, así como una extensa variedad para todos los públicos.

Nos encontramos situados en el centro de Granada, en Gran Capitán 11. También nos pueden encontrar en Facebook, donde exponemos algunas fotos de nuestros productos diarios, además de recetas compartidas en nuestro blog (pescaderiacisne.blogpost.com.es). En ambas redes también asesoramos sobre la conservación y la mejor forma de cocinar el pescado.

2. ¿Desde cuándo es usuario de la Unidad Alimentaria y por qué decidió abastecerse en Mercagranada?

Llevamos comprando aquí desde que empezamos, o incluso antes, cuando teníamos otro tipo de negocio en el sector de la restauración. Combinamos la compra en Motril con Mercagranada, ya que es la central donde podemos encontrar pescado de otros puertos y de diversas piscifactorías.

3. ¿Cuál cree que es el pescado estrella de este verano? ¿Cómo recomendaría cocinarlo?

Sin duda, el producto estrella del verano es la sardina. La reina de las barbacoas; y espetados ya... ¡ni te cuento! En general, esta es una época muy propicia para casi todo el pescado. Ahora es cuando alcanza su punto más jugoso.

4. ¿Qué ventajas se deberían de poner en alza a la hora de promocionar la compra en las tiendas de barrio? ¿Cómo cree que repercute la actividad de estos negocios en la economía local?

Son diversos los factores a favor de realizar la compra en las tiendas de barrio. Enumerando algunas y resumiendo, podríamos hablar de la confianza, el trato personalizado - ¡nos importáis! -, la cercanía, el producto fresco, que genera beneficios en el barrio a través de vínculos sociales, la posibilidad de ahorrar gastos de tiempo y transporte, etc.



FRUTERÍA EL TERRENO

Calle Duquesa, 31 - 18001 Granada
664 05 37 66

1. ¿Cuándo y cómo nació 'El Terreno'?

Abrimos hará unos cuatro años. Nos quedamos en paro y decidimos aventurarnos con la frutería. Y aquí seguimos, luchándolo.

2. ¿Cuándo se unió a Mercagranada y por qué motivos decidió abastecerse en la Unidad Alimentaria?

La verdad es que el principal motivo fue el reconocimiento de esta unidad como el mayor mercado de Granada, al que todo el mundo acude. Eso te da confianza.

3. Las tiendas de barrio son sinónimo de calidad y productos frescos, de trato cercano. ¿Cómo convencería a los granadinos de volver a llenar la cesta de la compra a tan solo unos pasos de casa?

Las principales ventajas son dos muy claras: la frescura de los productos y una atención totalmente directa y cercana, familiar.

4. ¿Qué verduras y frutas de temporada aconseja consumir durante el verano? ¿Alguna receta que nuestros lectores puedan disfrutar gracias a los productos de 'El Terreno'?

El tomate que, como todos sabéis, viene buenísimo en temporada estival.



PARKING ^{abierto} 24H



· CAMIONES

· AUTOBUSES

· CARAVANAS

¡Llámanos y solicita tu plaza!
ABONADO O POR HORAS

958 276 300

NUEVA
ENTRADA AL
AUTOLAVADO

¡¡Ven y Pruébala!!





me gusta mi
mercado

#compraentubarrio
#megustamimercado



MERCAGRANADA
www.mercagránada.es

ARTÍCULO

► 'ME GUSTA MI MERCADO 2017' CUENTA UN AÑO MÁS CON EL APOYO DE MERCAGRANADA

La campaña mundial se ha centrado este año en la juventud bajo el lema "Mercados para la Nueva Generación", no sólo para atraer a clientes jóvenes sino también a nuevos comerciantes.

Mercagránada volvió a sumarse un año más a la campaña mundial "Me gusta mi Mercado 2017" – Love Your Local Market (LYLM) 2017 -, iniciativa promovida para el apoyo al comercio local que agrupa diversas propuestas para la reactivación y dinamización del comercio en los mercados tradicionales. Surgida en el Reino Unido y apoyada por WUWM desde 2014, el "Mes de los Mercados" alcanza a casi dos decenas de países, principalmente occidentales: España, Reino Unido, Francia, Alemania, Holanda, Polonia, Italia, Irlanda, Bélgica, Grecia, Dinamarca, Suecia, Hungría, Serbia, Hong Kong y Estados Unidos.

La campaña protagonista de este mes de mayo se centró en la juventud. Con el lema "**Mercados para la Nueva Generación**", la World Union of Wholesale Markets pretendía no sólo atraer a clientes jóvenes sino también a nuevos y jóvenes comerciantes; además de dar apoyo a nuestros mercados municipales. El comercio de cercanía sigue siendo a día de hoy sinónimo de calidad en la venta de productos frescos.

En España, además, la campaña nacional "Mercados vivos. Ciudades sostenibles" amplió este mensaje poniendo en valor la importancia del comercio de calidad y proximidad, y su vinculación con la cultura comercial y alimentaria de España.

Las acciones promocionales se trabajaron principalmente en redes sociales con el objetivo de que los consumidores interactúen activamente con su mercado local. Talleres de cocina, entretenimiento local, descuentos, rifas... Cada mercado que participó, organizó también actividades especiales en su ciudad durante la campaña para crear un ambiente divertido y enriquecedor junto al público asistente.

Mercagránada se ha implicado particularmente en la difusión de los "Mercados para la Nueva

Generación" con una campaña de promoción y difusión: patrocinio de eventos culturales y deportivos, acciones en redes sociales y dentro de la propia Unidad Alimentaria.

En el ámbito deportivo destaca el patrocinio de la Media Maratón y las Carreras en Familia, la Carrera Dos Colinas de las Fuerzas Armadas y el XXX Gran Premio de Fondo Diputación; entre las culturales, por otro lado, el Festival Salvemos La Vega y la Misa en Si menor de Johann Sebastián Bach; por último, en las educativas cabe destacar las visitas escolares al programa nutricional 'Conoce Mercagránada y los Alimentos'.

Pasando al ámbito web, Mercagránada ha llevado a cabo una serie de acciones digitales entre las que destacaríamos: la campaña de Mercalink en redes sociales, los artículos de blog y diversos materiales audiovisuales promocionales relacionados con #MeGustaMiMercado y la guía Google My Business, así como otras creatividades personalizadas para diversas campañas y acciones promocionales emprendidas por Mercagránada en lo que va de año.

Por último, dentro de la Unidad Alimentaria las acciones más directas conciernen al reparto de la Mercarevista del mes de abril, el encuentro con operadores para promover su posicionamiento digital en Google My Business, la producción de contenido multimedia para #MeGustaMiMercado y el reparto de merchandising en varios eventos.

Los mercados municipales son historia, son presente y sobre todo son futuro, porque se reafirman como garantía de seguridad y calidad alimentaria, de mayor competencia y diversidad en la oferta comercial; y de sostenibilidad y eficiencia ambiental en la gestión de los servicios que requiere la distribución alimentaria en el siglo XXI.



MEJORAS EN INSTALACIONES Y SERVICIOS

► LA UNIDAD ALIMENTARIA SE ACTUALIZA CON UN NUEVO SISTEMA INTEGRAL DE GESTIÓN ERP

Trevenque Sistemas de Información S.L ha sido la adjudicataria mediante concurso público y se encarga de la implantación del software de gestión integral. El objetivo de la adjudicación es facilitar el intercambio de información.

Mercagranada ha firmado recientemente con Trevenque Sistemas de Información S.L. un contrato de adjudicación de servicios de suministro, implantación y puesta en marcha de un sistema integral de gestión (ERP). El valor estimado del contrato asciende a la cantidad de 44.364,70 € (sin IVA).

Trevenque Sistemas de Información S.L se encarga así de la implantación del software de gestión integral de acuerdo con las necesidades de la Unidad Alimentaria. El objetivo de esta última adjudicación es facilitar el intercambio de información entre las distintas áreas mediante la definición y automatización de procesos y minimizar las intervenciones manuales. Trevenque Sistemas de Información S.L. cuenta con doce meses para la implantación del software y seis meses, como mínimo, de soporte post arranque.

La herramienta dará soporte a los procesos de la organización de forma centralizada y coordinada, fundamentalmente: gestión técnica de mantenimiento con personal propio y subcontratas (correctivo y preventivo y tipo GMAO), medioambiente, seguridad, prevención de riesgos laborales, formación, limpieza e higiene, gestión de proyectos, gestión comercial y de relaciones con el cliente, aprovisionamiento,

almacenes y la gestión económica-financiera y presupuestaria y gestión documental, así como el control económico integral por centros de coste definidos por Mercagranada.

El software ERP permitirá crear documentos en cualquier área para poder personalizar el mismo a través del estándar de la herramienta y las necesidades de Mercagranada. Además, se podrá extraer información de forma fácil a través de listas de usuario y de forma sencilla, para poder personalizar los informes finales que se requieran. Por último, facilitará la adquisición de las licencias por módulos, no por usuarios ni por bloques.



► EL NUEVO SISTEMA INTEGRAL DE GESTIÓN ERP, A PLENO RENDIMIENTO PARA FINALES DE AÑO

La Unidad Alimentaria ha dado comienzo a finales de junio con proyecto de implantación de primavera, fijado en un total de 162 días de acuerdo a las necesidades del mercado.

La puesta en marcha de un sistema integral de gestión (ERP) en Mercagranada ha dado comienzo recientemente con el proyecto de implantación de primavera. Desde finales de junio, la empresa adjudicataria (Trevenque Sistemas de Información S.L.) se ha puesto manos a la obra con la instalación del software de gestión integral, una tarea que llevará un total de 162 días de acuerdo a las necesidades de la Unidad Alimentaria.

La primera etapa, de consultoría y análisis, comenzó el 20 de junio y se extenderá por un total de 12 días, hasta el 5 de julio. Esta fase de iniciación se centrará en implantar el ERP en las áreas de Atención al Cliente, Mantenimiento, Secretaría y Dirección, Administración y Comercial. Al mismo tiempo, se procedió durante 14 días con la instalación y formatos de impresión, entre el 20 de junio y el 7 de julio. A continuación y aún en desarrollo, se está procediendo con la migración de datos - es decir, preparación de ficheros e importación -, que ocupará al equipo al cargo hasta finales de agosto.

Los prototipos, por otro lado, deberán concluirse en 21 días, con fecha límite de 31 de julio. Esta parte del trabajo se focaliza en las parametrizaciones logísticas y de tesorería, contabilidad y fiscalidad. Los desarrollos y pruebas a medida dan comienzo a principios de julio y se extenderán hasta mitad de agosto, sumando así un total de 76 días.

La formación en el uso del software, clave para una gestión y comunicación eficiente entre las distintas áreas de la Unidad Alimentaria, será la fase del proceso más larga. Iniciada a principios de junio, no se dará por concluida hasta el inicio de 2018. A partir de enero, y ya concluida también la puesta en marcha definitiva, que ocupará los meses de noviembre y diciembre por completo, la instalación se dará por cerrada.



► LIMPIEZA, SEGURIDAD Y ACCESOS: LA UNIDAD ALIMENTARIA SIGUE MEJORANDO SERVICIOS

Las adjudicaciones mejorarán la calidad del servicio prestado a los operadores y usuarios que dependen del buen funcionamiento diario de las infraestructuras de la Unidad Alimentaria.

Mercagranada sigue invirtiendo en recursos humanos y materiales que permitan la consecución de un servicio en el que prime la calidad. Así, se ha procedido a adjudicar el servicio de limpieza y a principios de Julio se adjudicarán los servicios de seguridad y control de accesos.

La concesión del servicio de limpieza deberá cumplir con los objetivos que plantea la Estrategia Comunitaria al respecto, es decir, la mejora de la calidad de manera gradual y continuada, adecuando para ello los medios destinados según las especificaciones de cada servicio e instalación y potenciando el sistema de control. Los servicios se concentrarán en la limpieza de interiores y exteriores de la Unidad Alimentaria, que incluye: viales, naves, edificio administrativo, edificio parking, depuradora, talleres y redes de saneamiento (pluviales y fecales).

La contratación del servicio integrado de seguridad, por otra parte, mejorará la prestación

de servicios relacionados con el suministro, instalación y el mantenimiento del control de accesos a las instalaciones por video reconocimiento de matrículas, gestión de cobro automático y automatización de báscula; circuito cerrado de televisión; sistemas anti-intrusión y protección, así como control de rondas y una central de alarmas; además de un software de integración de todos los sistemas.

Los servicios que presten las empresas adjudicatarias promoverán actitudes y conductas cívicas que fomenten una Unidad Alimentaria más limpia, más sostenible y más segura. Ambos contratados adecuarán la prestación de medios humanos y materiales a las exigencias actuales y futuras de Mercagranada en un equilibrio constante para resolver las necesidades del trabajo diario. El fin último es mejorar la calidad del servicio prestado a los centenares de operadores y miles de usuarios que dependen del buen funcionamiento diario de las infraestructuras de Mercagranada.



► LA UNIDAD ALIMENTARIA MEJORA LA RED DE SUMINISTRO DE AGUA Y DE LUMINARIAS

Prevista la renovación de la red de gestión de agua para reducir consumo por pérdidas y averías, así como la adquisición de luminarias con tecnología LED.

Mercagranada continúa su programa de mejoras en la Unidad Alimentaria. Como ya anunciáramos a finales de 2016, en los próximos meses está prevista la renovación de la red de gestión de agua para reducir consumo por pérdidas y averías, así como la adquisición de luminarias con tecnología LED.

Esta nueva adjudicación de red de agua mejorará las instalaciones actuales para evitar pérdidas de agua y por tanto ser medioambientalmente responsables, se van a sustituir las tuberías existentes de fibrocemento por tubería de fundición dúctil. Dichos trabajos repercutirán en un mejor aprovechamiento en el uso de los recursos de agua disponibles, evitando derroches y pérdidas innecesarias.

Asimismo, se va a pasar a aprobación por Consejo de Administración del próximo día 4 de Julio, el cambio de la red de imbornales perimetrales de la nave de pescado que se encuentra en mal estado y provoca caídas de traspaletas e inconvenientes

a los vehículos, eliminando los mismos y cambiándolos por tubería enterrada y tan sólo existirán seis tramos de canales de drenaje.

Las luminarias con tecnología LED se destinarán a la sustitución de los equipos actuales de halogenuro metálico con el objeto de mejorar la eficiencia y sostenibilidad, y así conseguir: mayor ahorro energético y menor consumo, buen flujo lumínico, buena temperatura de color, rendimiento de las luminarias – valorándose las horas de vida en función de la reglamentación IEC –, rápido encendido y respuesta al reencendido y bajo coste de mantenimiento. Se instalarán campanas en el interior de las naves y tubos led en los voladizos, mejorando la visibilidad en las horas nocturnas.

Estas renovaciones suponen una mejora sustancial de las infraestructuras actuales y vienen motivadas por el compromiso de ofrecer unos servicios de calidad a los cientos de operadores y usuarios que cada día se encuentran en el Mercagranada.

NOVEDADES del mercado

► REORGANIZACION DE LA PLANTILLA TRAS LA JUBILACION PARCIAL DE UN TRABAJADOR DE MERCAGRANADA S.A.

MERCAGRANADA S.A., como consecuencia de la aplicación de sus políticas sociales desarrolladas con el objetivo de incrementar y satisfacer las condiciones socio laborales de sus trabajadores, y en virtud de lo establecido en nuestro Convenio Colectivo, ha procedido, tras reunir las condiciones legales para ello y, después de haber desempeñado su labor tras más de 40 años de servicio a la Empresa, a la Jubilación Parcial del su Jefe de Recursos Humanos, Sr. Fernandez Aranda.

La Ley establece que para proceder a dicha modalidad de jubilación, EL trabajador deberá ser sustituido por otro hasta alcanzar la edad ordinaria de jubilación, por lo que ha sido necesario realizar un análisis profundo de los puestos de trabajo, de forma que en su reorganización interna, no se vieran incrementados los costes de personal, por este motivo se ha procedido a la contratación de un Licenciado en Derecho, abogado de profesión, que realizará las tareas de Recursos Humanos correspondientes al 75% de la jubilación del Sr. Aranda y que se encargará del Área Jurídica de la Empresa.

La nueva incorporación a la que hacemos referencia, es D. Rafael Lopez-Cantal Sanchez, un experto jurista de Granada, con amplia experiencia y trayectoria como libre ejerciente de la abogacía

y que aportará a MERCAGRANADA S.A. sus amplios conocimientos en Derecho Civil, Mercantil y Administrativo, agilizando así los procedimientos y aumentando las probabilidades de éxito a la hora de cumplir con nuestros objetivos.

Mercagranada S.A. les desea, tanto al Sr. Aranda, como al Sr. Lopez-Cantal, los mejores éxitos en sus nuevas situaciones y cometidos.



► LOS OPERADORES DE LA UNIDAD ALIMENTARIA EXPANDEN SU NEGOCIO EN GOOGLE MY BUSINESS

Mercagranada fomenta el uso de las nuevas tecnologías en el mercado a través de Google My Business. El objetivo es posicionar a los operadores de la Unidad Alimentaria.

La campaña mundial "Me gusta mi Mercado 2017" – Love Your Local Market (LYLM) 2017 – se ha centrado este año en la juventud bajo el lema "Mercados para la Nueva Generación". No sólo para atraer a nuevos clientes sino también a nuevos y jóvenes comerciantes; además de dar apoyo a nuestros mercados municipales, fundamentales para la vida de los barrios gracias a su servicio cercano y de calidad como líderes en la venta de productos frescos.

Como bien sabréis, esta iniciativa promovida a nivel internacional durante el mes de mayo – ¡el "Mes de los Mercados"! – por la World Union of Wholesale Markets (WUWM) tiene como objetivo dar apoyo al comercio local, que agrupa a su vez diversas propuestas para la reactivación y dinamización del comercio en los mercados tradicionales alrededor de todo el mundo: España, Reino Unido, Francia, Alemania, Holanda, Polonia, Italia, Irlanda, Bélgica, Grecia, Dinamarca, Suecia, Hungría, Serbia, Hong Kong y Estados Unidos.

Mercagranada ha trabajado diversas acciones promocionales en esta línea de acción propuesta por el WUWM y Mercasa, principalmente, con el objetivo de que los consumidores interactúen activamente con sus comercios de cercanía. Una de las iniciativas más destacadas en nuestra Unidad Alimentaria ha sido la campaña para el fomento del uso de las nuevas tecnologías en el mercado. ¿Cómo? A través de Google My Business.

Google My Business es una plataforma que te permite actualizar la información de tu empresa en todas las aplicaciones de Google, como su buscador, mapas y red social en un mismo lugar. De esta manera, es más fácil centralizar toda la información y que los clientes contacten así más fácilmente con la empresa deseada.

En Mercagranada hemos desarrollado una sencilla guía de uso de Google My Business. Paso a paso, explicamos cómo adherirse y sacar el máximo provecho comercial a esta magnífica plataforma virtual. El tutorial se publicó de una manera muy simple y clara en el último número de la

Mercarevista, cuya tirada se completó a principios de abril. Puedes descargarla a través del siguiente enlace: <http://mercagranada.es/mercarevista/>.

Esta acción promocional se complementó con un trabajo de campo por parte del Departamento de Comunicación de Mercagranada. Durante el mes de mayo, se programaron numerosas visitas a los operadores y diversos detallistas presentes en la Unidad Alimentaria – Nave de Pescado, Naves de Frutas y Hortalizas, Polivalencia y Zac – para presentarles la plataforma, explicarles los beneficios de posicionar su negocio en dicha herramienta y, finalmente, invitarles a formar parte de Google My Business.

Además, modificamos la localización de 15 empresas que ya estaban inscritas pero no aparecían ligadas a las instalaciones de la Unidad Alimentaria debido, posiblemente, a otros cambios que pudieran haber dificultado su localización, o relación comercial, dentro de Mercagranada.





► 'CONOCE MERCAGRANADA Y LOS ALIMENTOS' CIERRA EL CURSO ESCOLAR CRECIENDO

Los excelentes datos del curso 2016/2017 avalan el esfuerzo en intentar transmitir a los más pequeños hábitos alimentarios correctos y la satisfacción de los colegios al realizar sus visitas.

La Unidad Alimentaria da por concluido un año más el curso escolar 2016-2017 de 'Conoce Mercagranada y los Alimentos', una iniciativa original del mercado con el objetivo de impulsar en los más pequeños un hábito de vida saludable basado en una alimentación a base de productos frescos y en la práctica de actividad física moderada.

Para tal fin, se ha configurado un programa adaptado a los diferentes centros educativos de Granada y provincia, atendiendo a las necesidades propias de diferentes edades y personas con diversidad funcional: desde los cursos de infantil, primer ciclo, segundo ciclo y tercer ciclo de primaria; hasta institutos, escuelas de hostelería y centros de educación especial.

Una vez finalizado el presente curso escolar, la valoración no puede ser más satisfactoria. El impacto total de la acción supera lo previsible, gracias a la buena aptitud mostrada por los monitores y los distintos centros que han participado en el programa. Los contenidos de cada sesión se han ido construyendo en base a las necesidades didácticas que emanaban del propio grupo y respetando siempre los principios metodológicos que fundamenta la propuesta, con particular atención al aprendizaje colaborativo. De entre todos los indicadores recogidos en

la evaluación final, cabe destacar el alto nivel de valoración de la acciones realizada entre el alumnado y profesorado así como su calificación sobre la metodología y los recursos didácticos empleados por el monitor al cargo.

'Conoce Mercagranada y los Alimentos' sigue creciendo. En la comparativa con años anteriores, concretamente 2016, se puede apreciar cómo el el número de centros que nos han visitado se ha mantenido (51), mientras que el número de alumnos ha incrementado levemente - 4.502 respecto a 4.431 -. Si retrodecemos al curso 2014-2015, los centros visitantes no llegaron al medio centenar (47) aglutinando entre todos ellos a 3.185 alumnos.

Esta evolución en el crecimiento de participantes, por tanto, avala con datos el esfuerzo en intentar transmitir a los más pequeños hábitos alimentarios correctos y la satisfacción de los colegios al realizar sus visitas. El éxito del programa 'Conoce los Alimentos' ha propiciado que el concepto se exporte a otros mercados interesados en llevarlo a cabo en sus respectivas unidades alimentarias una iniciativa educativa similar.

► MEMORIA RSE2016: MERCAGRANADA RENUEVA SU COMPROMISO SOCIAL CON GRANADA

La Unidad Alimentaria cumple y renueva su compromiso con la promoción social, económica, cultural y medio ambiental para con la sociedad granadina.

Mercagranada publica por quinto año consecutivo su **Memoria de Responsabilidad Social Empresarial**, realizada mediante la metodología Global Reporting Initiative (GRI). Como ya hiciéramos en pasado ejercicios, la Unidad Alimentaria cumple y renueva su compromiso con la promoción social, económica, cultural y medio ambiental para con la sociedad granadina.

Nuestra labor como empresa de capital público nos vincula especialmente con la comunidad a la que servimos. Por ello, gracias a nuestro modelo de gestión Mercaexcelencia (EFQM) compartimos públicamente con nuestros grupos de interés y resto de agentes sociales interesados, las acciones y compromisos de ámbito social más destacados en el año 2016. La misión empresarial de Mercagranada ha sido siempre la de incrementar nuestro nivel de excelencia en la gestión interna y cómo repercute esta al bienestar de la provincia de Granada.

Así, seguimos teniendo más presente que nunca la amenaza que supondría no avanzar ni persistir en la búsqueda de un modelo eficiente y sostenible, optimizando los recursos generados hasta la fecha. La atención a nuestros clientes y la innovación constante son piedras angulares a la hora de alcanzar soluciones reales y viables que den respuesta a los retos por afrontar. En esta Memoria de RSE 2016 encontraréis los proyectos, iniciativas y acciones que esta Mercagranada ha desarrollado durante dicho período – dentro de un marco de responsabilidad, innovación y transparencia – en su deber con nuestra ciudadanía.

Mercagranada S.A. está comprometida en desarrollar su actividad con una clara orientación a sus clientes y la mejora del clima laboral entre nuestros trabajadores, siempre mediante criterios de gestión basados en la eficiencia, transparencia y excelencia. La sostenibilidad económica, social y medio ambiental, sin olvidar a los más desfavorecidos, es crucial en nuestro desarrollo empresarial.

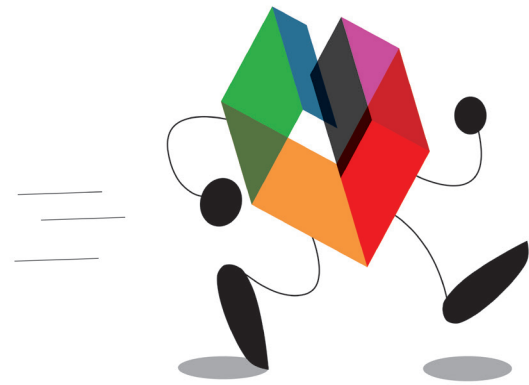
Sirva como reconocimiento de este compromiso social el galardón que recibimos en la Gala Solidaria Homo Sapiens 2016 por nuestra ayuda

y patrocinio a esta asociación sin ánimo de lucro dedicada a recaudar fondos para poner en marcha programas inclusivos destinados a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual. O el Certificado de Mérito en los Premios WUWM 2016 por nuestro pionero proyecto sobre la gestión medioambiental y su eficacia en la reducción de la pérdida y desperdicio de alimentos en el mercado.

Asimismo, también hacemos pública la **Memoria Económica de 2016**. En ella encontraréis las cuentas anuales abreviadas del ejercicio, esto es, un reflejo fiel del patrimonio general y la situación financiera detallada de Mercagranada.

Si quieres consultar la Memoria de RSE 2016 o la Memoria Económica 2016, podéis hacerlo descargando los informes originales en nuestra página web (<http://mercagranada.es/cuentas-anuales-e-informes/> y <http://mercagranada.es/memoria-rse/>). Además, nos gustaría conocer tu opinión. ¿Cómo? Déjanos un comentario. Vuestra valoración personal, como usuarios y granadinos, es fundamental para que Mercagranada continúe creciendo día tras día en la búsqueda de la excelencia. Seguimos trabajando.





DEPORTE

► “LA CARRERA MÁS HERMOSA QUE PUEDES CORRER”, PATROCINADA POR MERCAGRANADA

“La carrera más hermosa que puedas correr”, que discurre por los barrios más emblemáticos de la ciudad, pretende estrechar lazos entre los granadinos y el personal de las Fuerzas Armadas.

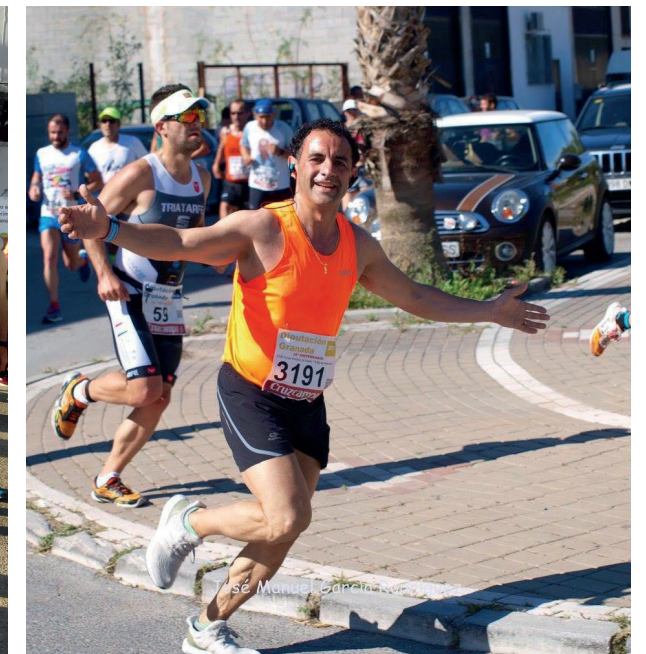
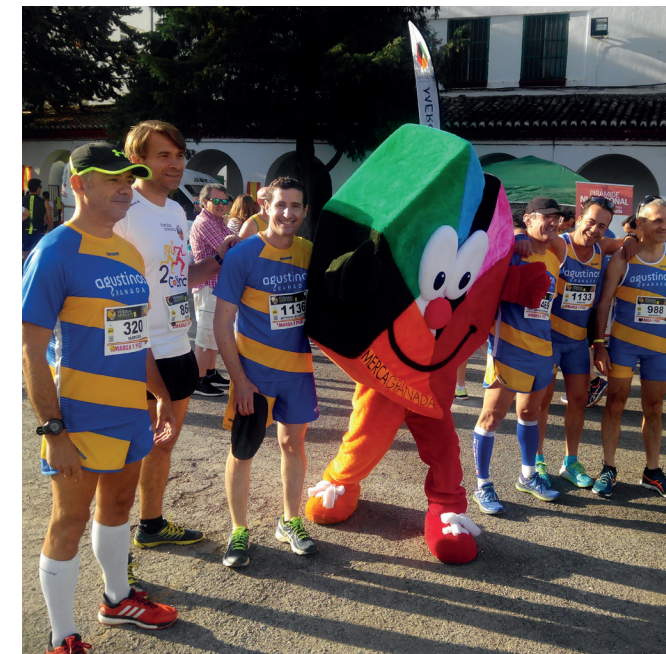
Granada celebró el domingo 28 de mayo la Carrera de las Fuerzas Armadas “Las Dos Colinas”, patrocinada por Mercagranada. Un año más, volvimos a patrocinar una de las pruebas de atletismo más destacadas en la provincia:

“La carrera más hermosa que puedas correr” comenzó a las 9.30h y terminó a las 11.45h, con salida y llegada en el Acuartelamiento Cervantes, según la planificación de sus organizadores, el Mando de Adiestramiento y Doctrina (MADOC) en colaboración con la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Granada. La finalidad de esta prueba, que reunió a cerca de 3.000 corredores, es que el pueblo de Granada y su provincia estreche lazos con el personal de las Fuerzas Armadas destinado en nuestra ciudad. El recorrido de 15 kilómetros discurrió por los barrios más bellos y emblemáticos de la capital granadina y uniendo las dos colinas en las que se asienta su parte más antigua, la colina de la Alhambra y la del Albaicín. La carrera tiene 9 categorías, desde la absoluta hasta pre benjamines.

Como dato, los primeros dos mil dorsales se agotaron durante las primeras 24 horas en las que se abrió el plazo de inscripción y los mil restantes no duraron más de una semana. También se volvió a poner en marcha el trueque de tres kilos

de comida a cambio de una prenda deportiva. Lo recaudado se destinó a Cáritas Castrense.

En la línea de lo expresado por parte de las instituciones, estas carreras favorecen la difusión y transmisión de valores deportivos y hábitos de vida saludables, sobre todo entre los más pequeños. Mercagranada además estuvo presente en las carreras presentando la campaña ‘**Me gusta Mi Mercado 2017**’, que este año se centra en los jóvenes clientes y comerciantes bajo el lema “Mercados para la Nueva Generación”, y el proyecto Mercalink. Siempre con el objetivo principal de promover una alimentación sana entre la comunidad granadina.



► EL GRAN PREMIO DE FONDO 2017 ALCANZA CON ÉXITO SU ECUADOR EN ÓRGIVA

El Ciudad de Órgiva es el evento deportivo más importante que albergan Las Alpujarras y el segundo en número de participantes de todas las pruebas englobadas en el GPF.

El Gran Premio de Fondo Diputación de Granada – Cruzcampo, patrocinado por Mercagranada, volvió a recorrer las numerosas subidas y bajadas de una de las ciudades más representativas de la comarca: Órgiva. A la XXIX edición de la carrera más elevada en el circuito de atletismo provincial acudieron más de 700 atletas, quienes completaron los 19 kilómetros que discurren entre las localidades de Órgiva y Lanjarón, ida y la vuelta.

Manuel Santiago Molina (1:03:45), del Club Olimpo Granada, y Esther Hidalgo (1:15:19), del Nerja Atletismo, se hicieron con el oro en sus respectivas categorías. Les siguieron, en la clasificación masculina, Andrés Fernández (1:04:26), del Club Bikila, y Carlos Fernando García (1:04:34), veterano del CD Olimpo Granada; mientras que en la femenina, la atleta del Club de Atletismo Maracena, Zhor El Amrani, se tuvo que “conformar” en esta prueba con un segundo puesto (1:19:03), seguida de María Dolores Díeza, del Cueva de Nerja-UMA, con el mismo tiempo.

Respecto a los corredores locales, fueron José Manuel Morilla, quien repitió podio, y María del Carmen Estévez los primeros en cruzar la meta y portar los galones deportivos de su ciudad natal. Así como hicieron en la comarcal Víctor Expósito

(Trevélez) y Ana María Manzano (Cádiar). La prueba se caracterizó por un sol radiante (23º grados) y una ligera brisa que hizo algo más complicado una prueba ya de por sí llena de dificultades, considerada como una de las más exigentes de todas las citas del Gran Premio de Fondo. Para la Comarca de Las Alpujarras, el Ciudad de Órgiva es el evento deportivo más importante que albergan sus montañas y el segundo en número de participantes de todas las pruebas englobadas en el GPF. Como curiosidad, la carrera comienza a 450 metros de altitud para subir 100 más y, posteriormente, bajar estos últimos de nuevo.

Desde Mercagranada queremos reiterar nuestro compromiso y apoyo con el deporte granadino, y en especial con este Gran Premio de Fondo, ya sea repartiendo fruta fresca a los corredores durante las carreras o animando con nuestra mascota junto al podio y siempre apoyando el comercio de cercanía.

Si estás interesado en participar en cualquiera de las pruebas restantes, Mercagranada pone a tu disposición dorsales patrocinados. Solicita el tuyo en la Unidad Alimentaria. **¡Ánimate y corre el Gran Premio de Fondo 2017 junto a Mercagranada!** Juntos por una alimentación y vida sana.



► EL 'VILLA DE SALOBREÑA' REÚNE A MÁS DE 1.000 CORREDORES JUNTO AL MEDITERRÁNEO

La carrera reunió a cerca de 1.200 participantes y cientos de aficionados. Todo un éxito para la sexta prueba del GPF2017, celebrado junto al mar de la Costa Tropical mediterránea.

El VIII Gran Premio de Fondo Villa de Salobreña se celebró el 7 de abril reuniendo a cerca de 1.200 participantes y cientos de aficionados. Todo un éxito para la que fue la sexta prueba del XXX Gran Premio de Fondo Diputación de Granada Cruzcampo, patrocinado por Mercagranada. Manuel Santiago Molina (Club Olimpo Granada), en la categoría masculina, y Zhor El Amrani, en femenina, se hicieron con el primer puesto de este podio junto al mar de la Costa Tropical mediterránea.

La carrera, con el circuito más llano y rápido del Gran Premio de Fondo, planteó un recorrido con 9kms de longitud, discurriendo por las calles más céntricas así como la playa de Salobreña y su entorno. El vencedor de la categoría masculina, Manuel Santiago Molina, cuenta ya con cuatro oros en lo que va de GPF 2017; mientras que Zhor El Amrani, en categoría femenina, ha hecho lo propio con tres victorias en las últimas pruebas del circuito.

Para Mercagranada es un honor seguir pudiendo colaborar con un evento deportivo tan necesario y apreciado tanto por la comunidad de atletas como de aficionados granadinos. En todas y cada una de las pruebas integrantes del circuito, la Unidad Alimentaria está presente repartiendo fruta

fresca a los corredores, animando con nuestra mascota junto al podio y patrocinando una decena de dorsales entre operadores y usuarios del mercado interesados.

¡Anímate y corre el Gran Premio de Fondo 2017 junto a Mercagranada! Juntos por una alimentación y vida sana. Siempre apoyando el comercio de cercanía.



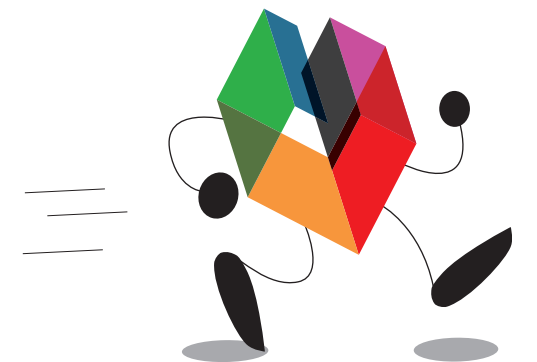
► MERCAGRANADA APORTA LA FRUTA A LA MEDIA MARATÓN DE GRANADA Y CARRERAS EN FAMILIA

En Mercagranada queremos aportar toda nuestra energía a los eventos deportivos en los que participamos, además de fomentar hábitos de vida saludables basados en la práctica del deporte y una buena nutrición. Por ello, el domingo 30 de abril, volvimos a patrocinar – y donar fruta en – **la Media Maratón Ciudad de Granada**, una de las pruebas de atletismo más destacadas en la provincia.

La XXXV Media Maratón Ciudad de Granada, organizada por la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Granada, dio el pistoletazo de salida por la tarde noche en la Avenida Emperador Carlos V, mientras que la llegada se situará en la pista de atletismo del Complejo Deportivo Núñez Blanca (Calle Pedro Torres de Morales, Zaidín). El recorrido planteó 21 kilómetros de distancia con nuevos puntos señalados en el Albayzín y La Alhambra. Una "gran fiesta del atletismo granadino", en palabras del alcalde de Granada, Francisco Cuenca, que reunió este año a casi 5.000 asistentes, en línea con el número de participantes registrados en ediciones anteriores. Además del cambio del recorrido, la prueba también experimentó una modificación en el calendario, pasando de otoño a primavera.

La Media Maratón de Granada y las Carreras en

Familia se conciben como fabulosas plataformas para la difusión y transmisión de valores deportivos y hábitos de vida saludables, haciendo especial hincapié en la infancia. Por ello, Mercagranada quiso aprovechar esta excelente oportunidad para dar a conocer más ampliamente la campaña 'Me gusta Mi Mercado 2017', que este año se centra en los jóvenes clientes y comerciantes bajo el lema "Mercados para la Nueva Generación", y el proyecto Mercalink. Ambas iniciativas se retroalimentan y multiplican esfuerzos con un único fin: promover una alimentación sana entre la comunidad granadina.





CULTURA

► LA MAYOR OBRA MUSICAL DE TODOS LOS TIEMPOS Y NACIONES, PATROCINADA POR MERCAGRANADA

Los Talleres Familiares de la OCG volvieron a irrumpir en el Centro Federico García Lorca con la 'Misa en Si menor de Bach', declarada Patrimonio Documental de la Humanidad por la Unesco.

Patrocinados por Mercagranada, volvieron a irrumpir el domingo 7 de mayo en el Centro Federico García Lorca con la "mayor obra musical de todos los tiempos y naciones": la Misa en Si menor de Bach, declarada Patrimonio Documental de la Humanidad por la Unesco en 2015. El concierto del Joven Coro de la OCG tuvo lugar entre las 12.30 y las 14.00 horas.

Lluís Villamajó, uno de los directores de coro más prolíficos y reputados del panorama musical español, fue el encargado de marcar los tiempos y las voces con su batuta. El concierto de la Orquesta Ciudad de Granada, bajo la dirección de Andrea Marcon, se celebró el 20 de mayo en el Auditorio Manuel de Falla. La lista de intérpretes, por su parte, la compusieron: Bryony Dwyer (Soprano I), Isabel Monar (Soprano II), Carlos Mena (Contratenor), Juan Antonio Sanabria (Tenor) y José Antonio López (Barítono).

La iniciativa de los Talleres Familiares de la OCG consta de talleres divulgativos y creativos para toda la familia a fin de complementar los conciertos en familia ofrecidos en el Auditorio Manuel de Falla. Impartidos por los protagonistas de dichos conciertos, recorren distintos aspectos de los programas que se presentan como conciertos familiares, acercándose a los mismos de una manera diferente pedagógica y divertida.

Así, están diseñados para el disfrute compartido de la música en vivo por parte de las distintas generaciones. Niños y jóvenes, acompañados por sus padres y otros familiares, tienen la oportunidad de experimentar la música mediante una amena presentación y formato de concierto, en una propuesta educativa y cultural para el tiempo de ocio del fin de semana. Todos y cada uno de los Talleres Familiares son gratuitos.

Desde estas líneas también os animamos a participar en los Talleres Familiares de la OCG, un proyecto fuertemente consolidado y de indiscutible valor artístico dentro de las iniciativas culturales que Mercagranada patrocina en el marco de nuestra Responsabilidad Social Empresarial.



► EL V FESTIVAL 'VIVA LA VEGA' QUIERE COMER SANO Y REIVINDICAR LA AGRICULTURA GRANADINA

La iniciativa pretende sensibilizar a la ciudadanía granadina sobre la importancia de preservar y proteger este paraje natural autóctono. Mercagranada es firmante del 'Pacto Local por la Vega'.

Granada acogió el sábado 22 de abril el Festival 'Viva la Vega' 2017, en el que colabora Mercagranada, como broche de oro a una semana plagada de iniciativas orientadas a sensibilizar a la ciudadanía granadina sobre la importancia de preservar y proteger este paraje natural autóctono. La explanada del Palacio de Congresos acogió durante todo el día diferentes actividades organizadas dentro del programa de la 'Feria Viva la Vega', incluyendo la lectura de poesías, espectáculos de magia o un mercado de artículos ecológicos y artesanos, entre otras.

El 'Mercado de la Vega', que se instaló a partir del mediodía, contó con la presencia de dos iniciativas originales de Mercagranada: el programa educativo 'Conoce los Alimentos' y la plataforma online Mercalink. 'Conoce Mercagranada y los Alimentos' pretende impulsar en los más pequeños un hábito de vida saludable basado en una alimentación a base de productos frescos y en la práctica de actividad física moderada. Mercalink, por otro lado, tiene como objetivo fortalecer la colaboración y reconocer la labor de numerosas empresas del sector de la alimentación y la gastronomía en la provincia de Granada.

La V edición del Festival 'Viva la Vega' contó con la actuación de diferentes músicos y artistas locales, aunque fue a partir de las 20.00 horas cuando se pasó al escenario principal como colofón a un día festivo y reivindicativo gracias a los conciertos de Celtas Cortos y El Langui. Antes de la esperada actuación del grupo vallisoletano, Fran Molina, portavoz de las plataformas 'Salvemos la Vega' y 'VegaEduca', y el agricultor Antonio Navarro 'El Pitres' subieron al escenario para reincidir y valorar la lucha por preservar la Vega de Granada. Entre sus ruegos, otra nueva edición del festival al amparo de una Vega protegida y que la antorcha que ha simbolizado esta semana de actividades pase de los músicos que anoche tocaron a la Junta de Andalucía. "Queremos cuidar nuestra Vega, comer sano y reivindicar la agricultura. ¡Viva la Vega!", culminó su relato 'El Pitres', uno de los galardonados este año con el Premio VegaEduca junto a El Langui, Celtas Cortos y el docente Francisco Cáceres.

La quinta edición del Festival Viva la Vega estuvo organizada por las plataformas 'VegaEduca' y 'Salvemos la Vega', con la colaboración del Ayuntamiento de Granada y la Diputación de Granada. Mercagranada, como integrante de la plataforma 'Salvemos la Vega', es firmante del Pacto Local por la Vega de Granada, que reúne a la ciudadanía, asociaciones, colectivos, organizaciones de productos agrarios, sindicatos y partidos firmantes con el objetivo de "recuperar para la Vega de Granada el protagonismo que tuvo en la historia de la ciudad junto con Sierra Nevada y La Alhambra", según reza el manifiesto.



► **¡VEN A CANTAR 'LA FLAUTA MÁGICA' JUNTO A MERCAGRANADA Y LA OCG!**

Impartidos por los protagonistas de los conciertos, los Talleres Familiares de la OCG están diseñados para el disfrute compartido de la música en vivo por parte de distintas generaciones.

Como ya anunciáramos en su momento, Mercagranada se ha convertido en socio patrocinador de un programa educativo lanzada por la Orquesta Ciudad de Granada en esta nueva temporada: los Talleres Familiares OCG, en colaboración con el Centro Federico García Lorca. La iniciativa consta de talleres divulgativos y creativos para toda la familia a fin de complementar los conciertos en familia ofrecidos en el Auditorio Manuel de Falla.

El pasado sábado 22 de abril, el "mismísimo" Wolfgang Amadeus Mozart vino al Centro Federico García Lorca para contarnos, con mucho humor y como antesala del concierto en el Auditorio Manuel de Falla, 23 de abril a las 12.00 horas, su última composición: el singspiel "La Flauta Mágica". En esta gran aventura, el príncipe Tamino, caminando y caminando, ha llegado a las tierras de la Reina de la Noche, una mujer enigmática y seductora quien pedirá al príncipe que vaya a rescatar a su hija Pamina raptada por Sarastro. Así, junto al cobarde pajarero y con la ayuda de los geniecillos Tamino y Papageno encontrarán el camino que lleva a Pamina; un camino lleno de sorpresas, amistad y mucho amor.

Impartidos por los protagonistas de los conciertos, los **Talleres Familiares de la OCG** están diseñados para el disfrute compartido de la música en vivo por parte de distintas generaciones. Niños y jóvenes, acompañados por sus padres y otros familiares, tienen la oportunidad de experimentar la música mediante una amena presentación en la que se recorren distintos aspectos artísticos de una manera diferente, pedagógica y divertida. Todo tiene cabida en esta serie de actividades gratuitas propuestas para el tiempo de ocio del fin de semana.



► **LA ORQUESTA JOVEN DE ANDALUCÍA DARÁ UN CONCIERTO PATROCINADO POR MERCAGRANADA EN EL FEX 2017**

La OJA interpretará el próximo 8 de julio en el Manuel de Falla dos obras maestras de la música clásica: la 'Sinfonía nº 1 en Re mayor', de Gustav Mahler, e Iberia, compuesta por Isaac Albéniz.

Como ya anunciáramos en nuestro blog, Mercagranada vuelve a patrocinar el Festival Internacional de Música y Danza de Granada, que este año celebrará su 66 edición entre el 23 de junio y 14 de julio. La programación incluye el Réquiem de Verdi con la Orquesta y Coro Nacionales de España – interpretada por cerca de 200 músicos sobre el escenario –, el Concierto Barroco en torno a Bach con la Orquesta del Siglo de las Luces, la Velada Roland Petit con el Ballet del Teatro di San Carlo de Nápoles y un concierto junto a Miguel Ríos.

La Orquesta Joven de Andalucía (OJA) también tendrá su espacio dentro del inabarcable calendario de conciertos y actuaciones del FEX 2017. El sábado 8 de julio, a las 12:00 horas en el Auditorio Manuel de Falla, la OJA interpretó dos obras maestras de la música clásica: la 'Sinfonía nº 1 en Re mayor', de Gustav Mahler, e Iberia, compuesta por Isaac Albéniz, bajo la batuta del director Pablo González. El acto fue patrocinado por Mercagranada.

La OJA es una de las mejores orquestas jóvenes de España. No en vano fueron los encargados en 2015 de asumir la parte musical del estreno absoluto de 'El amor brujo', en la Plaza de Toros de Granada, bajo la dirección musical de Manuel Hernández-Silva.

Desde Mercagranada queremos aprovechar esta ocasión y el espacio que nos brinda la Mercarevista para, en nombre de todos los usuarios y operadores que dan vida diariamente a la Unidad Alimentaria, felicitar al Festival Internacional de Música y Danza por la excelente organización del FEX. Son ya 66 ediciones trayendo a la Ciudad de La Alhambra una programación cultural rica y variada al alcance de todos los granadinos. Un auténtico homenaje para la cultura en Granada.

Si deseas consultar el la programación completa del FEX 2017, puedes hacerlo en el siguiente enlace: <http://www.granadafestival.org/2016/programme/by-days/>



CONSEJOS Y SALUD

► ¿CÓMO HACERTE CON EL MEJOR PESCADO DE TEMPORADA?

Como todas las estaciones no son iguales, y por tanto, tampoco comemos lo mismo, en cuestión de pescado es fundamental saber si es de temporada. Un modelo pesquero 100% sostenible.

La pesca sostenible protege los océanos y a las familias que viven de ellos. Un modelo pesquero 100% sostenible nos garantiza un futuro con unos océanos bien conservados. Conocerlo evita el consumo de pescado procedente de técnicas dañinas con el medio marino. Sólo un modelo de pesca sostenible garantiza un futuro con océanos llenos de peces y genera empleo para las comunidades que dependen de ellos.

Es más, siempre es recomendable comer producto de temporada en general, sea pescado, carne o bien verduras. ¿Pero cuáles qué pescados corresponde a cada estación del año?, os preguntaréis. Para los menos duchos en la materia, a continuación os presentamos un breve resumen.

Primavera

Los primeros rayos de sol son sinónimo de una gran cantidad de pescados disponibles en la mar. ¿Un ejemplo? El atún, o el bonito. Ambos son excelentes pescados azules con alto contenido en minerales y vitaminas a grasas buenas Omega 3. El lenguado, la lubina, la merluza, el mero o el rapé o el salmón también son fabulosos. No hay excusas para no consumirlos más de una vez por semana.

Verano

Pescadito fresco junto al mar, place irresistible. Para el verano se repiten algunos de primavera como el atún o el bonito, la merluza o el mero; a estos se suman el pez espada, el rodaballo y la sardina. Con ellos podrás hacer ensaladas, demás platos fríos y otros más calientes que también se disfrutan plácidamente con altas temperaturas.

Otoño

El frío es sinónimo de plato de cuchara. En esto caso, os aconsejamos decantaros por la trucha o la caballa, en la categoría de pescados azules; y del besugo, la carpa el pez espada y el rape. La época es propicia para preparar el pescado al horno, en sopas y acompañado de verduras y hortalizas de temporada para entrar en calor.

Invierno

Durante el invierno, comer se agradece aún más que en las estaciones cálidas: la comida nos reconforta. Como habrás podido imaginar, muchos platos navideños vienen protagonizados por el pescado. Destacaríamos el bacalao, la carpa, la lubina, el mero, el salmón, la trucha, etc. Además de pescados al horno, como en otoño, es tiempo de cremas calientes, que podemos complementar con especias darle más sabor.

► TENDENCIAS EN ALIMENTACIÓN 2017: LOS ESPAÑOLES PREFIEREN LOS PRODUCTOS KM. 0

Un reciente informe sobre tendencias en alimentación muestra las preferencias de los españoles sobre producto fresco. Destaca el interés por los productos de proximidad: los kilómetros 0.

En el anterior número de la Mercarevista os traíamos cinco alimentos que marcarían la tendencia alimentaria en este año 2017: tónicas wellness, alimentos con coco, la comida japonesa, condimentos creativos y pasta realizada a base de ingredientes más rompedores. En la presente edición nos gustaría seguir complementando y dando forma a este tema tan importante. A fin de cuentas, lo que entendemos por alimentación saludable se ha modificado a medida que hemos ido aprendiendo.

El Observatorio de Tendencias de Mercabarna publicaba recientemente un informe sobre tendencias en alimentación: "Las cuatro tendencias actuales y futuras de la alimentación en España". El análisis aborda las preferencias sobre producto fresco del consumidor en nuestra sociedad. A continuación, os presentamos los cuatro puntos claves de esta investigación:

km. 0
Productos locales

1- La salud, la gran preocupación en alimentación

La primera gran tendencia de la alimentación es la preocupación por la salud y el bienestar personal, cada vez más evidente en la sociedad actual. Así, los elementos clave del creciente interés por el cuidado de la salud son los nuevos ingredientes vegetales, la llegada del fenómeno "flexiteriano" (dieta vegetal con consumo puntual de productos animales), el incremento de los productos 'sin' y el descenso del consumo de azúcar.

2- Productos naturales

La segunda gran tendencia en la alimentación de los españoles es el interés por los alimentos naturales, cercanos y ecológicos, es decir, los kilómetros 0. ¿Por qué? Mejoran la experiencia de consumo en cuanto a calidad y, a la vez, contribuyen a la mejora de la sostenibilidad y potencian el comercio y la producción locales. Los encuestados, según el estudio, se fijan cada vez más en el origen del producto fresco, valorando especialmente que sea de proximidad y de temporada. Como dato esclarecedor, el 70 % de los españoles tiene preferencia por productos locales y se fija en las condiciones de la cría de los animales que consume.

3- La practicidad de los alimentos

La practicidad y la facilidad se refleja en el aumento durante los últimos años del consumo de productos procesados para incrementar la funcionalidad.

4- Placer y experimentación

Los españoles buscan experimentar y degustar nuevos sabores a la hora de comer. Así, el interés por sabores nuevos y la fusión habría aumentado y el 41 % de los encuestados reconoce que les gusta comprar alimentos de otros países.



MERCARECETA:

Ensalada de frutas km. 0 para combatir el calor veraniego

Esta receta es ideal para refrescarnos frente a las altas temperaturas. Los ingredientes utilizados, además, provienen casi en su totalidad de nuestra huerta: los cultivos de kilómetro cero.

Como referíamos en el artículo sobre las futuras tendencias en alimentación en España, en los últimos años se ha producido un fuerte incremento en el interés por los alimentos naturales, cercanos y ecológicos, es decir, los kilómetro 0. ¿Por qué? Mejoran la experiencia de consumo en cuanto a calidad y, a la vez, contribuyen a la mejora de la sostenibilidad y potencian el comercio y la producción locales.

Así, la Mercareceta de este último número pretende expandir nuestro universo culinario sirviéndonos de alimentos cercanos. Por paradójico que suene, tiene mucho sentido. Os traemos una receta de ensalada de frutas – original de Vix.com – para combatir el calor veraniego y realizada casi en su totalidad con alimentos de nuestra huerta: los cultivos de kilómetro cero.

Además, la podemos hacer con un sinfín de combinaciones posibles para descubrir nuevos sabores, lo que sin dudas es uno de los placeres de la cocina. Todo el mundo piensa que las recetas de ensaladas de frutas son todas iguales. Sin embargo, hay que saber bien qué frutas combinar para que los sabores se fusionen en la medida justa y como resultado obtengamos un plato exquisito.

Nada más nutritivo, sano, delicioso y fresco para un día de calor que una ensalada de frutas. Ideal para cualquier momento del día. Es uno de los platos más fáciles de preparar, pero aun así de los más nutritivos, saludables y con pocas calorías para cuidar nuestra salud y a la misma vez comer rico. ¡Manos a la obra!



INGREDIENTES:

- 1 banana
- 2 naranjas
- 1/2 piña pequeña
- 1 kiwi
- 1 manzana
- 18 uvas
- 2 peras
- 1 rodaja de sandía a trozos

1- Corta la manzana, la banana, la sandía, las peras y el kiwi en trozos pequeños. También corta las naranjas en gajos, y luego cada gajo en dos o tres. Pica las uvas a la mitad, y si tienen semillas, retíralas. Coloca todas las frutas en un recipiente.

2- Si quieres, puedes preparar una salsa a base de aceite de oliva, zumo de media naranja y un poco de miel para acompañarla. ¡Queda deliciosa! De lo contrario, puedes añadirle un poco de jugo con azúcar para que la fruta quede más tierna y dulce.

3- Deja estacionar en la heladera por una hora para que las frutas absorban la salsa y también vayan liberando sus propios jugos. **¡Y tu ensalada de frutas estará lista para servir!**


La Gastronomía Granadina se encuentra en:



HAZLO TÚ MISMO:



¡TE ECHAMOS UNA MANO!

Si tienes dudas o dificultades en los anteriores pasos o no dispones de demasiado tiempo **Envía la información** de tu empresa a nuestro whatsapp:  **651 719 725**

Adjunta texto e imágenes en los mensajes. Explícanos las promociones destacadas que quieras que se publiquen y no olvides indicar quién eres.

¡En pocas horas tendrás tu información totalmente actualizada en el portal!



MERCAGRANADA

www.mercagranada.es

**FACILIDADES
DE COMPRA**

**ABIERTO 24H
365 DIAS AL AÑO**

**VIGILANCIA
Y SEGURIDAD**

**VARIEDAD
CALIDAD Y FRESCO**

**PARKING
Y CONTROL
DE ACCESOS**

**ALQUILER DE
ESPACIOS
DISPONIBLES**

**Participa en
nuestros eventos:**

Programa "Conoce los alimentos"
Talleres familiares de la OCG
XXX Gran Premio de Fondo Diputación
Sorteos... y más!

*Síguenos en redes sociales
y entérate de todas
nuestras novedades*

