

## **Salut i Ciutadania organitza tallers als Mercats de Reus per promoure la compra de productes de proximitat i saludables**

La Regidoria de Salut i Ciutadania i el Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya, amb la col·laboració dels Mercats de Reus, han organitzat uns tallers per ensenyar a comprar productes de proximitat, saludables i que tinguin una millor relació qualitat nutritiva/preu. Aprofitant la primera sessió avui 22 de novembre, al Mercat Central, s'ha fet una presentació de l'activitat amb el regidor de Salut i Ciutadania, Òscar Subirats; el delegat de Reus Mobilitat i Serveis, Carles Prats, i Roser Martí Cid, presidenta del Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya.

De la mà d'un dietista nutricionista, els assistents han realitzat una ruta pel mercat en la qual han visitat diverses parades per aprendre a comprar producte de proximitat i de temporada, per preparar menús saludables i que permetin millorar l'economia familiar.

El taller neix per donar resposta a la detecció d'una manca de bons hàbits de compra que són la base d'una dieta rica, variada i saludable. El preu creixent dels productes alimentaris fa que sovint es prioritzi la compra de productes elaborats industrials i poc saludables. En aquest taller es comprovarà que comprar bo, sa i barat és possible si sabem com seleccionar els productes i planificar els nostres menús.

Les properes sessions tindran lloc demà dimecres, 23 de novembre, de 10:00h a 11:00h i d'11:30h a 12:30h al Mercat del Carrilet i el dijous 24 de novembre de 10:00h a 11:00h i d'11:00h a 12:30h al Mercat Central.

Aquesta és la primera activitat que es realitza en el marc del conveni de col·laboració de l'Ajuntament amb el Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya (CODINUCAT) que té l'objecte de dur a terme i promoure accions formatives relacionades amb la salut de la comunitat, especialment en l'àmbit de la dietètica i la nutrició. Aquestes accions s'engloben en el marc del Pla de Salut de la ciutat de Reus pel període 2018-2022.