

ESTIMA EL TEU MERCAT COMPRA RESPONSABLE COMPRA SOSTENIBLE

SETMANA INTERNACIONAL DELS MERCATS DEL 18 AL 27 DE SETEMBRE DE 2020



DEL 18 AL 27 DE SETEMBRE

MERCAT DEL LLEÓ DE GIRONA

Compra i guanya el teu carret de la compra*

Fer la compra al Mercat del Lleó té premi!
Acumula tiquets de compra i aconseguir un carret per fer una compra responsable i sostenible al mercat.

*Consulta les condicions a <https://www.mercatlleo.cat/>

Concurs «Cuina d'aprofitament a casa»

Vols guanyar un lot de productes del Mercat del Lleó?
Penja a Instagram el teu vídeo, en què elaboris una part d'un plat o recepta d'aprofitament amb productes que es puguin trobar al mercat.
Menciona'ns a @mercatlleo; etiqueta'ns #mercatlleo, #estimaelteucompra, #LYLM20 i segueix-nos. Entraràs en el sorteig d'un dels tres lots que hem preparat amb productes del Mercat del Lleó de Girona!
Els vídeos no han de superar el minut de durada.
Del 18 al 27 de setembre, a les 12 de la nit.

MERCAT DE LLORET

Concurs «Cuina d'aprofitament a casa»

Vols guanyar una panera amb productes del Mercat de Lloret?
Penja a Instagram el teu vídeo, en què elaboris una part d'un plat o recepta d'aprofitament amb productes que es puguin trobar al mercat.
Menciona'ns a @mercatlloret; etiqueta'ns #estimaelteucompra, #LYLM20 i segueix-nos. Entraràs en el sorteig d'una de les tres paneres que hem preparat amb productes del Mercat de Lloret!
Els vídeos no han de superar el minut de durada.
Del 18 al 27 de setembre, a les 12 de la nit.

MERCAT D'OLLOT

Aprèn a comprar amb responsabilitat i de manera sostenible a través de les nostres xarxes socials!
Consells, receptes de reaprofitament... Segueix-nos al nostre perfil d'Instagram @mercatolot

Concurs «Cuina d'aprofitament a casa»

Vols guanyar una panera amb productes del mercat d'Olot?
Penja a Instagram el teu vídeo, en què elaboris una part d'un plat o recepta d'aprofitament amb productes que es puguin trobar al mercat.
Menciona'ns a @mercatolot; etiqueta'ns #estimaelteucompra, #LYLM20 i segueix-nos. Entraràs en el sorteig d'una de les tres paneres que hem preparat amb productes del Mercat d'Olot!
Els vídeos no han de superar el minut de durada.
Del 18 al 27 de setembre, a les 12 de la nit.

MERCAT DE PALAFRUGELL

Mantingues frescos els teus aliments!
Adquireix la bossa isotèrmica reutilitzable del Mercat de Palafrugell.
No te'n quedis sense. Demana la teva bossa a les parades del mercat.
Preu: 1 €.

Concurs «Cuina d'aprofitament a casa»

Vols guanyar una panera amb productes del Mercat de Palafrugell?
Penja a Instagram el teu vídeo, en què elaboris una part d'un plat o recepta amb productes que es puguin trobar al mercat.
Menciona'ns a @mercatpalafrugell; etiqueta'ns #estimaelteucompra, #LYLM20 i segueix-nos. Entraràs en el sorteig d'una de les tres paneres de productes del Mercat de Palafrugell.
Els vídeos no han de superar el minut de durada.
Del 18 al 27 de setembre, a les 12 de la nit.
El dimarts 29 de setembre publicarem al nostre perfil el nom dels tres guanyadors.

«El mercat et cuida»

Segueix el Mercat de Palafrugell a les xarxes socials i aprofita els consells que et donaran els operadors del mercat quant a productes de temporada, cuina d'aprofitament i sostenibilitat.
Facebook: <https://www.facebook.com/mercatpalafrugell/>
Instagram: @mercatpalafrugell
Més informació: www.ipep.cat

MERCAT DE PALAMÓS

«Sostenible, de qualitat i fresc»

Vine al mercat: gaudiràs d'activitats, de productes locals, obtindràs vals de descompte i participaràs en el sorteig de lots de compra «zero plàstics».
«Al mercat zero plàstics»
Foment de l'ús d'envasos i embalatges ecològics al mercat municipal.

Concurs «Cuina d'aprofitament a casa»

Prepara un plat de cuina d'aprofitament, fes-li una foto i menciona les parades del mercat on has comprat els productes.
La fotografia de la recepta més original, la que aprofiti més aliments i la més sana guanyarà vals de compra per al Mercat de Palamós.
Envia la teva foto a promocioeconomica@palamos.cat
Del 18 al 27 de setembre, a les 12 de la nit.

MERCAT DE ROSES

«Vine a comprar al Mercat de Roses i emporta-te'n una bossa»

Compra a tres parades diferents durant la campanya i recull la teva bossa*.
*Fins a fi d'existències.

MERCAT DE SALT

«El Mercat de Salt t'estima. Reduïm residus i cuidem el medi ambient»
El Mercat de Salt només ofereix els seus productes en bosses compostables. També hi pots adquirir bosses de ràfia reutilitzables o anar-hi a comprar amb el cabàs.

Concurs «Cuina d'aprofitament a casa»

Vols guanyar una panera amb productes del Mercat de Salt?
Penja a Instagram el teu vídeo, en què elaboris una part del teu plat o recepta d'aprofitament amb productes que es trobin al mercat.
Menciona'ns a @mercatdesalt; etiqueta'ns #estimaelteucompra, #LYLM20 i segueix-nos. Entraràs en el sorteig d'una de les tres paneres que hem preparat amb productes del Mercat de Salt!
Els vídeos no han de superar el minut de durada.
Del 18 al 27 de setembre, a les 12 de la nit.

MERCAT DE SANT FELIU DE GUÍXOLS

«Guixols redueix»

És important no perdre de vista que els plàstics són nocius. Malgrat les circumstàncies, cal reduir-los al màxim o no fer-los servir.
Vine a comprar al Mercat de Sant Feliu de Guíxols i emporta-te'n una bossa de cotó. No te'n quedis sense! Vine a comprar a les parades del Mercat de Sant Feliu de Guíxols i els nostres paradistes et donaran una bossa de cotó*.
*Fins a fi d'existències.

Concurs «Cuina d'aprofitament a casa»

Vols guanyar un val de compra valorat en 150 € per bescanviar a les parades del Mercat de Sant Feliu de Guíxols?
Penja a Instagram el teu vídeo, en què elaboris una part d'un plat o recepta d'aprofitament amb productes que es puguin trobar al mercat.
Menciona'ns a @guixols_ajuntament; etiqueta'ns #estimaelteucompra, #LYLM20 i segueix-nos. Entraràs en el sorteig d'un val de 150 € que podràs bescanviar per productes de les parades del Mercat de Sant Feliu de Guíxols!
Els vídeos no han de superar el minut de durada.
Del 18 al 27 de setembre, a les 12 de la nit.
El 29 de setembre publicarem al nostre perfil el nom del guanyador.

DEL 14 AL 20 DE SETEMBRE

MERCAT DE SALT

«El Mercat de Salt cuida de la teva família»

No et perdis els vídeos de consells nutricionals per a la tornada a l'escola.
Entra a <https://www.mercatdesalt.com/ca/> o segueix-nos a les xarxes socials (Facebook i Instagram) i prepara't per als canvis!

DIVENDRES 18 DE SETEMBRE

MERCAT DE SALT

«El mercat de Salt cuida de la teva família»
Ja pots consultar el menú especial per a la tornada a l'escola a <https://www.mercatdesalt.com/ca/>

DISSABTE 19 DE SETEMBRE

MERCAT DE LLORET DE MAR

Curs de cuina de reaprofitament

Conte per a nens

Taller «Fes la teva bossa de la compra amb una samarreta»
Més informació i inscripcions a <https://www.lloret.cat>

MERCAT D'OLLOT

Taller de cuina saludable i d'aprofitament*

Aprèn a treure el màxim rendiment dels aliments amb les receptes i els consells de la nutricionista Neus Bartrina i evita el malbaratament alimentari.
Lloc i hora: aula-tast del Mercat d'Olot, a les 10 h.
Durada: 1 hora i 30 minuts.
Inscripcions: gratuïtes, a www.mercatdolot.cat (places limitades).

*L'organització es reserva el dret de fer qualsevol modificació.

MERCAT DE PALAFRUGELL

Presentació del vídeo promocional del Mercat de Palafrugell.
Hora: a les 12 h.

DEL 21 AL 27 DE SETEMBRE

MERCAT DE SALT

El Mercat de Salt t'ajuda a estalviar evitant el malbaratament alimentari.
Vídeos de receptes de productes de reaprofitament.
Entra a <https://www.mercatdesalt.com/ca/> o segueix-nos a les xarxes socials i experimenta aprofitant tot el que tens a casa!

DIJOUS 24 DE SETEMBRE

MERCAT DEL LLEÓ, GIRONA

Taller «Menjar d'aprofitament»*

Durada: 2 hores.

Consulta les condicions a <https://www.mercatlleo.cat>

*Aquesta activitat pot estar subjecta a canvis.

DIVENDRES 25 DE SETEMBRE

MERCAT DE SALT

«El mercat de Salt et cuida i t'assessora»

Pots consultar el menú d'aprofitament a <https://www.mercatdesalt.com/ca/>

DISSABTE 26 DE SETEMBRE

MERCAT DE LLORET DE MAR

Taller de *hoc'n'roll* (embolcall reutilitzable per a l'entrepà) amb material reciclat.

MERCAT D'OLLOT

Taller de *batch cooking* (cuina per lots)*.

T'imagines preparar els àpats d'una setmana en una sola sessió de cuina, i així tenir temps per fer altres coses?
Aprèn a optimitzar el temps a la cuina amb el taller de *batch cooking* que impartirà la nutricionista Neus Bartrina.
Si ets dels que s'emporten la carmanyola a la feina o dels que no paren mai per casa, aquest taller és per a tu!

Lloc i hora: aula-tast del Mercat d'Olot, a les 10 h.

Durada: 1 hora i 30 minuts.

Inscripcions gratuïtes a www.mercatdolot.cat. Places limitades.

*L'organització es reserva el dret de fer qualsevol modificació.

MERCAT DE SALT

Taller de *batch cooking* (cuina per lots)*.

Per aprendre a organitzar-te millor a la cuina i a preparar un menjar més saludable (inscripcions gratuïtes).
Lloc i hora: aula de cuina del mercat de Salt, a les 10 h.
Durada: 3 hores i 30 minuts.

*Aquesta activitat pot estar subjecta a canvis.



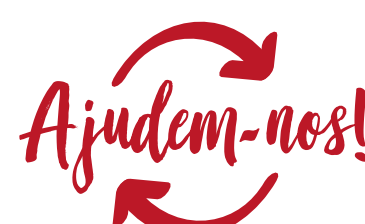
estimo
el meu mercat

MERCAT DEL LLEÓ DE GIRONA, MERCAT DE LLORET,
MERCAT D'OLLOT, MERCAT DE PALAFRUGELL,
MERCAT DE PALAMÓS, MERCAT DE ROSES,
MERCAT DE SANT FELIU DE GUÍXOLS,
MERCAT DE SALT I MERCAT DE PORTBOU

#estimaelteucompra
#LYLM2020



Diputació de Girona



Triem productes
i serveis d'aquí

ESTIMA EL TEU MERCAT COMPRA RESPONSABLE COMPRA SOSTENIBLE



SETMANA INTERNACIONAL DELS MERCATS DEL 18 AL 27 DE SETEMBRE DE 2020



estimo
el meu mercat

#estimaelteuercat
#LYLM2020



Diputació de Girona



Triem productes
i serveis d'aquí