

# DOSSIER DE INFORMACIÓN



ASOCIACIÓN  
"5 AL DÍA"

# ÍNDICE



## 1. QUÉ ES “5 AL DÍA”

- “5 al día” en España
- Alianza Global de Promoción al Consumo de Frutas y Hortalizas “5 al día” - AIAM5

## 2. NUESTROS OBJETIVOS

## 3. QUIENES SOMOS

## 4. PORQUÉ FORMAR PARTE DE “5 AL DÍA”

## 5. QUÉ HACEMOS

- Para el sector hortofrutícola y el público general
- Comunicación

## 6. NUESTRO COMITÉ CIENTÍFICO



# 1. QUÉ ES “5 AL DÍA”

“5 al día” es un movimiento internacional que promueve el consumo diario de al menos 5 raciones entre frutas y hortalizas. **Surgió en Estados Unidos en 1989**, como respuesta al preocupante deterioro de los hábitos de la población, su bajo consumo de frutas y hortalizas y un mayor riesgo para la salud asociado a la alimentación.

**Ahora está presente en más de cuarenta países de los cinco continentes**, lo que supone una de las mayores estrategias de promoción del consumo de frutas y hortalizas en el mundo.



En España, la entidad que gestiona esta iniciativa desde el año 2000 es la Asociación para la Promoción del Consumo de Frutas y Hortalizas “5 al día”, una Asociación sin ánimo de lucro y de ámbito nacional.

La Asociación “5 al día” está dirigida por su Junta Directiva formada por empresas del sector de las frutas y las hortalizas en sus áreas de: Producción y Comercio en Origen, Distribución y Comercio en Destino y Sociedad y Servicios. Los miembros de la Junta Directiva son elegidos democráticamente en Asamblea General. La Asociación persigue defender los intereses del sector hortofrutícola basándose en las bondades de las frutas y hortalizas para garantizar una alimentación saludable.

## “5 AL DÍA” EN ESPAÑA



# ALIANZA GLOBAL DE PROMOCIÓN AL CONSUMO DE FRUTAS Y HORTALIZAS 5 AL DÍA - AIAM5

La Alianza Global de Promoción al consumo de Frutas y Hortalizas "5 al día" - AIAM5, es un foro de colaboración internacional sin ánimo de lucro y sin personalidad jurídica propia, que reúne a asociaciones nacionales que promueven el consumo de frutas y verduras.

AIAM5 tiene como objetivo crear una red internacional para promover y apoyar los esfuerzos de sus socios para aumentar el consumo de frutas y verduras al proporcionar a sus miembros información actualizada, recursos de apoyo y otras herramientas para ayudar en la operatividad y diseminación de sus mensajes y experiencias exitosas.

La Alianza está formada por socios de naturaleza jurídica diversa, predominando las entidades sin ánimo de lucro, que pueden adherirse, una por país, como socios de pleno derecho, o como colaboradores. Cuenta con más de 30 socios procedentes de entidades de ámbito internacional.

Frutas y hortalizas, la mejor elección para tu salud  
Fruit and vegetables, the best choice for your health



Alianza Global de promoción al consumo de frutas y hortalizas "5 AL DÍA"  
Global Alliance to promote fruit and vegetable consumption "5 A DAY"

**Más de 30** países trabajan conjuntamente para fomentar el consumo de frutas y verduras, para contribuir a reducir el riesgo de las enfermedades no transmisibles.

“Más frutas y verduras, la mejor opción para tu salud”

Apoyar las iniciativas nacionales



Promover la eficiencia



Proporcionar liderazgo



Facilitar la colaboración en objetivos compartidos



[www.facebook.com/AIAM5/](http://www.facebook.com/AIAM5/)



[@AIAM5\\_](https://twitter.com/AIAM5)



[www.aiam5.com](http://www.aiam5.com)



## 2. NUESTROS OBJETIVOS



### INCREMENTAR EL CONSUMO DE FRUTAS Y HORTALIZAS

España se encuentra por debajo del consumo recomendado de frutas y hortalizas, a pesar de ser el primer país productor de la Unión Europea.



### FOMENTAR HÁBITOS ALIMENTARIOS SALUDABLES

Una alimentación saludable rica en frutas y hortalizas, es clave en la prevención de enfermedades crónicas como la diabetes, las enfermedades cardiovasculares o el cáncer.



### DIVULGAR NUESTRO MENSAJE DE SALUD

Mantener a la sociedad informada de los beneficios del consumo de frutas y hortalizas, especialmente a niños y jóvenes pues son los consumidores del futuro.



### LUCHAR CONTRA LA OBESIDAD INFANTIL

Actuar de manera eficaz, educando en estilos de vida saludables y modificando los hábitos de las familias, para mejorar los entornos alimentarios.



“ Frutas y Hortalizas: **5 al día!**  
Bueno para la **salud** ”

# 3. QUIENES SOMOS

## SOCIO PROFESIONAL

Pueden pertenecer a este grupo las empresas de producción, en origen, comercio, distribución y servicios del sector de frutas y hortalizas.

Las cuotas varían según la facturación anual:

Facturación anual inferior a 600.000€

Cuota: 475,27 €/año + IVA

Facturación anual superior a 600.000€

Cuota: 1.523,99 €/año + IVA

## SOCIO COLABORADOR

Pueden pertenecer a este grupo las instituciones y administraciones públicas, los medios de comunicación y otras asociaciones y entidades relacionadas con el sector de las frutas y hortalizas.

Cuota: 475,27 €/año + IVA

## MIEMBROS SIMPATIZANTES

Son por personas físicas que a título individual comparten los objetivos y fines de la Asociación. No tienen la condición de socios, pero son una fracción importante y movilizadora dentro de "5 al día".

## PARTNERS

Entidades que no pertenecen al sector de las frutas y hortalizas y que están interesadas en realizar acciones para la promoción de su consumo. Un convenio de colaboración establece las actividades conjuntas y regula el uso del logotipo de 5 al día en los productos previamente evaluados positivamente por el comité científico de la asociación.





# DERECHOS Y DEBERES DE LOS SOCIOS



(\*) Las empresas adheridas solo podrán utilizarlo según lo marcado en el convenio de colaboración.

(\*\*) Los miembros simpatizantes no podrán hacer uso del logo

# 5. QUÉ HACEMOS

## PARA EL SECTOR HORTOFRUTÍCOLA Y PÚBLICO EN GENERAL



### ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS Y JORNADA PROFESIONAL

Celebrados cada año, son los dos eventos de la asociación por excelencia. En la Asamblea General de Socios se cierra el año anterior y se establece el plan de actuación del siguiente, mientras que la Jornada Profesional reúne a profesionales del sector hortofrutícola para tratar temas de interés.



### FERIAS, CONGRESOS Y EVENTOS INTERNACIONALES.

"5 al día" es habitual en ferias y congresos, dirigidos a los profesionales del sector, tales como, Madrid Fusión, Salón del Gourmet, Espacio Agrupado "5 al día" en la Feria Fruit Attraction, Alimentaria, Congreso de Frutas de AECOC, Fruit Logística, etc.



Madrid acogerá el XV Congreso Internacional AIAM5 de promoción al consumo de frutas y hortalizas, un evento que cuenta con el apoyo técnico de FAO.



### COLABORACIÓN CON EVENTOS DE LOS SOCIOS

Envío de materiales de la Asociación para su reparto entre los asistentes y participantes a sus eventos.



### PREMIOS "5 AL DÍA".

La Asociación premia todos los años el compromiso de entidades, personas y organismos que participan en la difusión del mensaje de "5 al día". Los premios se dividen en tres categorías: Sociedad, Infantil y Divulgación.



### PUNTOS CONSEJO DEGUSTACIÓN

Son acciones promocionales llevadas a cabo en lugares de comercialización de frescos, dirigidas a los consumidores y conducidas por dietistas nutricionistas.



# RSC

## RESPONSABILIDAD SOCIAL CORPORATIVA

Las empresas con la realización de acciones como la participación en eventos de carácter solidario, Torneos de Pádel, Carreras Escolares, etc. consiguen que la visión de su empresa sea valorada muy positivamente ante la sociedad y cumplan una labor social.



## CHARLAS

"5 al día" proporciona la infraestructura y contenidos en materia de alimentación saludable y nutrición, para organizar charlas de sensibilización en empresas, otras instituciones, colegios y público general.



## TALLERES Y JUEGOS

Elaborados por profesionales de la educación y la nutrición, para impartir en centros educativos y sociales de toda España y patrocinados por los socios.

Están diseñados para niños, con el fin de ayudarles a mejorar sus conocimientos sobre frutas y hortalizas, a desarrollar su faceta artística y a pasar un rato divertido. Como por ejemplo el "Juego de la vida sana", un tablero en grandes dimensiones que simula el famoso juego de la oca.



## SHOWCOOKING

Demostraciones en directo para grupos, donde se elaboran platos saludables y originales a partir de frutas y hortalizas frescas, conducidos por profesionales de la gastronomía.



## DESAYUNOS SALUDABLES

Preparación de un desayuno con todo lo necesario para que sea saludable que podrá ser tanto para niños como para mayores.



## CONCURSOS

A través de RRSS en ciertas épocas del año, la Asociación lanza concursos para sus seguidores, sorteando materiales con motivos frutales.



# COMUNICACIÓN

La comunicación es una de las piedras angulares de la Asociación, para la difusión del mensaje "5 al día". El departamento de comunicación y marketing se articula en varias áreas para conseguir este objetivo.

Los contenidos elaborados llegan a los profesionales del sector, medios de comunicación y público general a través de:

- Notas de prensa y aparición periódica en medios de comunicación.
- Newsletter mensual con noticias del sector, actividades de la Asociación y entrevistas.
- Mailings
- Web
- Redes sociales: Facebook, instagram, twitter... etc.



## NOTICIAS DE SOCIO

Una de las secciones más destacadas de nuestra web "Noticias de socio", un escaparate donde se dan a conocer noticias, novedades, eventos y actividades de nuestros socios ofreciéndoles un valor añadido con su difusión.

# REDES SOCIALES Y WEB



[www.5aldia.org](http://www.5aldia.org)

Dirigida tanto a las empresas del sector hortofrutícola por sus contenidos, como al público general, por los consejos y recetas de frutas y hortalizas, en ella podemos consultar las ferias y eventos del sector, nuestro último

newsletter o notas de prensa, actividades de nuestros socios, nuestra base de datos de declaraciones nutricionales (exclusiva para socios) documentos del Comité Científico y newsletter de AIAM5.



@5aldiaspain

La Asociación tiene perfiles creados con más de 30.000 seguidores en Facebook, X, Instagram, LinkedIn y canal de YouTube. Éstas son las herramientas que utiliza el departamento de marketing diariamente para comunicarse de forma eficaz y masiva con sus seguidores.

# 6. NUESTRO COMITÉ CIENTÍFICO



## ÓRGANO CONSULTOR

Compuesto por profesionales de reconocida trayectoria científica y vinculados a las ciencias de la alimentación y nutrición humana, tecnología alimentaria, ciencias hortofrutícolas, agricultura, etc.



## ASESORAMIENTO NUTRICIONAL

Asesora a los socios en todos los contenidos nutricionales de sus productos, web, packaging, etc. Responde a consultas de los socios y supervisa los contenidos generados por "5 al día".



## BBDD DECLARACIONES NUTRICIONALES

Aplicación que permite consultar tanto declaraciones nutricionales como de propiedades saludables a nuestros socios en base al RE 1924/2006.



## ACCESO A DOCUMENTACIÓN

Acceso a documentos elaborados por el Comité Científico: Guía de conservación de frutas y hortalizas, Documento de raciones, Manual de comunicación, base de datos de declaraciones nutricionales...



## REVISIÓN CONTENIDOS

Revisa la información nutricional y de salud del producto, completando con datos que aportan valor añadido.





## PARA MÁS INFORMACIÓN

Asociación para la  
Promoción del Consumo de  
Frutas y Hortalizas "5 al día"

Tel: 917 850 163  
info@5aldia.com

Avda. Villa de Vallecas esq c/52  
Parcela J4 Mercamadrid 28053  
Madrid (España)

[www.5aldia.org](http://www.5aldia.org)



## RESCATA TUS 5

Un escape room infantil con el que de forma lúdica se muestra la importancia de consumir Frutas y Hortalizas. Está dirigido a escolares de entre los 8 y 10 años.



Las dinámicas de "escape room" ayudan a:

- Fijar un mensaje y fomentar su recuerdo.
- Desarrollar la habilidad para resolver problemas.
- Incentivar la colaboración y el trabajo en equipo.
- Desarrollar capacidades lógico – matemáticas.
- Construir habilidades comunicativas y verbales.
- Fomentar la iniciativa: los alumnos están en control.
- Mejorar la autoestima.



Si quieres más información sobre la actividad contacta con nosotros en [info@5aldia.com](mailto:info@5aldia.com)