



Follow me to be Healthy with Europe¹: lancement du #400gChallenge pour changer les habitudes alimentaires des Millennials

- Cette campagne d'information européenne portée par [Freshfel Europe](#) et [Aprifel](#) débute aujourd'hui et durera jusqu'en 2021. Principalement numérique, son objectif est d'encourager la consommation de fruits et légumes chez les jeunes Européens.
- Des influenceurs européens et des défis mensuels inciteront les jeunes Européens à partager leurs conseils et astuces pour intégrer facilement plus de fruits et légumes dans leur alimentation quotidienne.

BRUXELLES, Belgique, 4 juillet 2019 - Freshfel Europe et Aprifel lancent aujourd'hui une campagne d'information européenne intitulée «[Follow me to be Healthy with Europe](#)» pour inciter les jeunes Européens à consommer au moins 400g de fruits et légumes par jour, dans la lignée des recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). La campagne sera relayée via le **#400gChallenge** pendant 3 ans. Le lancement officiel aura lieu pendant le festival des Eurockéennes de Belfort, où l'équipe de la campagne sera présente avec un stand et des influenceurs, pour se faire connaître.

En Europe, 1 adulte sur 5 est obèse et, d'ici 2030, on estime que plus de 50% de la population européenne souffrira d'obésité. Selon l'OMS, «les fruits et légumes sont des éléments importants d'un régime alimentaire sain»² et l'organisation recommande de consommer au moins 400g de fruits et légumes par jour. Toutefois, les niveaux de consommation de fruits et légumes dans la plupart des États membres de l'UE restent bien en deçà de cet objectif de consommation. En effet, seulement 14% de la population européenne répond à cette recommandation.

Cette faible consommation de fruits et légumes est particulièrement marquée chez les 18-30 ans : les jeunes adultes n'ont pas ou peu connaissance de l'importance que jouent les fruits et légumes dans une alimentation saine et équilibrée. Freshfel Europe et Aprifel ont donc choisi de cibler ce groupe en priorité avec cette campagne de sensibilisation paneuropéenne.

¹ Suis-moi pour être en forme avec l'Europe

² <https://www.who.int/dietphysicalactivity/fruit/fr/>

Cette campagne digitale a pour objectif de mieux faire comprendre le rôle que jouent les fruits et légumes dans l'adoption d'un régime alimentaire sain chez les jeunes de 18 à 30 ans.

La campagne sera présente en ligne sur les réseaux sociaux (YouTube, Instagram, Twitter et Facebook) et soutenue par un large éventail de blogueurs et influenceurs européens. Des vidéos mensuelles présentant un jeune couple, un jeune actif et un étudiant fourniront des conseils et astuces au public cible sur la manière d'intégrer facilement des fruits et légumes dans leur alimentation quotidienne, tout en rappelant les bénéfices de ces produits sur la santé. Ces vidéos seront accompagnées d'infographies, qui serviront de guides auxquels se référer tout au long de la campagne.

Pour rencontrer ces jeunes Européens, l'équipe de la campagne «*Follow me to be healthy with Europe*» participera au festival des Eurockéennes de Belfort du 4 au 7 juillet 2019. Divers défis seront organisés pour sensibiliser le public à la campagne et lancer officiellement le **#400gChallenge**.

À propos de la campagne d'information «*Follow me to be healthy with Europe*» : Saviez - vous que les Européens âgés de 18 à 30 ans ne mangent pas assez de fruits et de légumes ? «*Follow me to be healthy with Europe*» est une campagne digitale, co - financée par l'Union Européenne, qui, au cours des trois prochaines années, vise à inciter les jeunes européens à consommer au moins 400g de fruits et légumes par jour.

Avec cette campagne, Freshfel Europe et Aprifel veulent améliorer la compréhension du rôle que les fruits et les légumes jouent dans un régime alimentaire sain. Pour aider les millenials à atteindre cet objectif, cette campagne s'appliquera à leur montrer qu'il est très facile d'intégrer 400g de fruits et légumes dans leur alimentation quotidienne et leur en expliquera les bénéfices pour leur santé. Prêt à relever le **#400gChallenge** ?



Contact :

- Twitter : [@400gChallengeEU](#) & [@400gChallengeFR](#)
- Instagram : [@400gChallenge](#)
- Facebook : [Follow me to be healthy](#) & [Suis moi pour être en forme](#)
- YouTube : [400gChallenge](#)
- Website : www.400gchallenge.eu

Pour plus d'informations sur cette campagne, merci de contacter :

Mathilde Bouvier, APCO Worldwide, 400gChallenge@apcoworldwide.com, +32(0)473.680.107