

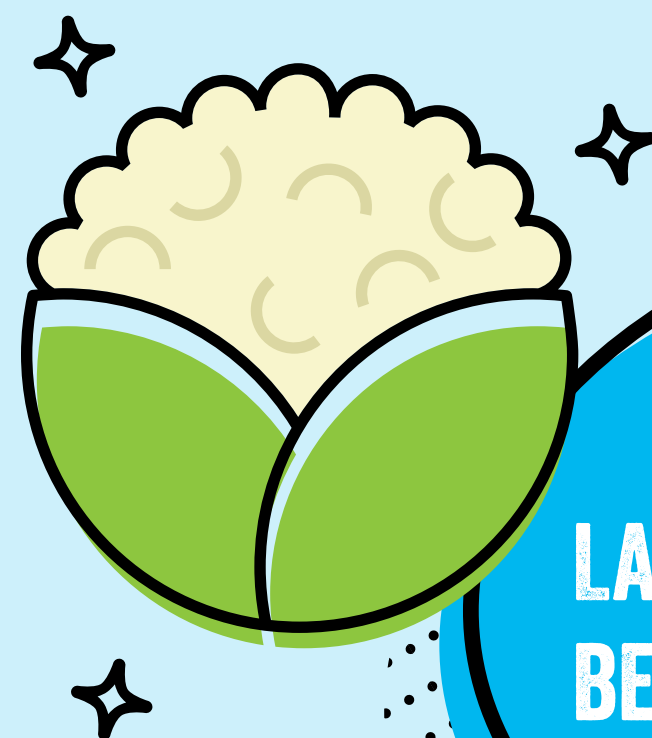
**Follow me
TO BE HEALTHY!**



#400GCHALLENGE

OBST UND GEMÜSE SCHMECKEN BESSER MIT FREUNDEN

Mittlerweile weißt du sicher, dass eine Ernährung voller Obst und Gemüse für deine Gesundheit am besten ist – warum also nicht in diesem Monat das Wort verbreiten? Erzähl einem Freund von der #400gChallenge – das (mindestens) 400g Obst und Gemüse pro Tag einem hilft, die Nährstoffe zu erhalten, die der Körper braucht, um gesund zu bleiben. Hier sind ein paar Tipps, wie man die #400gChallenge mit Freunden teilen kann.



**LASS UNS ETWAS ZU ESSEN
BESTELLEN, WAS MÖCHTEST DU?**

**FÜGE DEINEM E-APÉRO
GEMÜSESNACKS.**

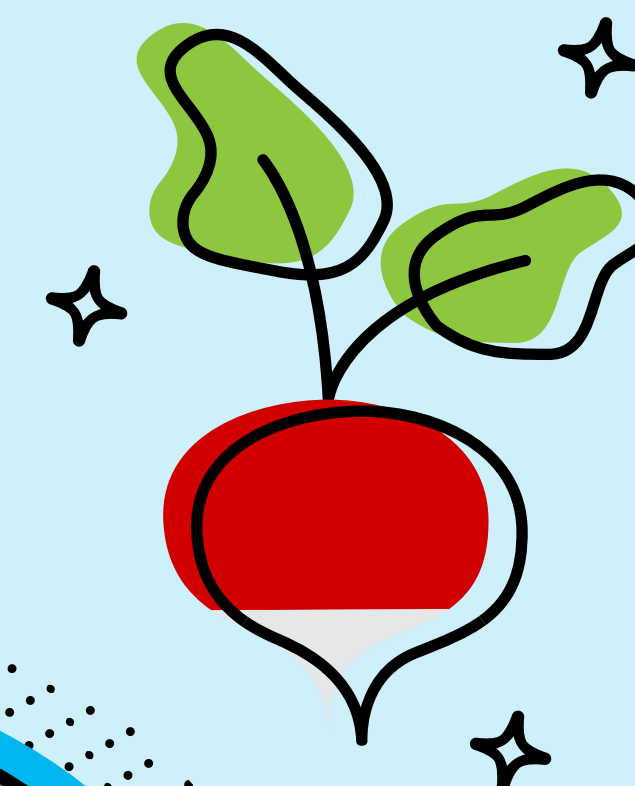
**WIE BLUMENKOHL, RETTICH
ODER SELLERIE HINZU**

**KAUF EINE
OBSTSCHALE**

**FÜR DEINE WG, DU
KANNST AUCH GEMÜSE
DARIN AUFBEWAHREN.**



**WIR KÖNNEN UNS
EINEN SALAT TEILEN.**



**ENJOY
IT'S FROM
EUROPE**



THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE
A HEALTHY LIFESTYLE.

