

# Follow me TO BE HEALTHY!

WITH EUROPE

## #400GCHALLENGE

### COMINCIARE L'ANNO NUOVO CON FRUTTA E VERDURA

Ben vengano le novità dell'anno nuovo – ma non dimentichiamoci cosa abbiamo imparato nel 2020. Quanti dei nostri trucchi e suggerimenti hai provato l'anno scorso?

Ricordati dei benefici per la salute che ogni porzione di frutta e verdura ti porta – continua a seguirci nel 2021 per nuove sfide!

### NEL 2020, HO ...

- SUPERATO LA 400G CHALLENGE CON I MIEI PASTI PREPARATI IN ANTICIPO
- PREPARATO SALUTARI MERENDE PER I MIEI APERITIVI ONLINE
- IMPACCHETTATO FRUTTA E VERDURA DA PORTARE CON ME
- SFATATO ALCUNI MITI SU FRUTTA E VERDURA
- COMPRATO LOCALE E STAGIONALE
- SPERIMENTATO CON PASTI AL FORNO

### NEL 2021, ...

- SERVIRÒ FRUTTA E VERDURA ALLE FESTE
- PROVERÒ NUOVE RICETTE SALUTARI DA TUTTO IL MONDO
- EVITERÒ LO SPRECO DI CIBO
- CONDIVIDERÒ LA #400GCHALLENGE CON I MIEI AMICI

ENJOY  
IT'S FROM  
EUROPE

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE  
A HEALTHY LIFESTYLE.

Il contenuto di questa campagna promozionale rappresenta soltanto le opinioni dell'autore ed è di sua esclusiva responsabilità. La Commissione europea e l'Agenzia esecutiva per i consumatori, la salute, l'agricoltura e la sicurezza alimentare (Chafea) non accettano alcuna responsabilità riguardo al possibile uso delle informazioni che include.



CAMPAGNA FINANZIATA  
CON L'AUTO  
DELL'UNIONE EUROPEA