



Ennek a promóciós kampánynak a tartalma csakis a szerző álláspontját tükrözi, és kizárólag ő tartozik érte felelőséggel. Az Európai Bizottság és a Fogyasztó-, Egészség-, Élelmiszerügyi és Mezőgazdasági Végrehajtó Ügynökség (CHAFEA) semmilyen felelősséget nem vállal a kampányban szereplő információk esetleges felhasználását illetően.



SAJTÓKÖZLEMÉNY

2023. március 7.

**Több mint egy tonna zöldséget és gyümölcsöt kóstoltatott tavaly Frutti és Veggi
2023-ban is folytatódik az Európai Friss Csapat program**

Idén folytatódik, és egyben az utolsó évéhez érkezik a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara zöldség- és gyümölcsfogyasztást népszerűsítő edukációs kampánya, az Európai Friss Csapat program. Frutti és Veggi, a program két kabalafigurája ismét országszerte várja majd a gyerekeket és a családokat, hogy megismertesse velük a friss zöldségek, gyümölcsök szupererejét és változatos ízét.

Az Európai Friss Csapat tavaly rekord mennyiségű zöldséget és gyümölcsöt, több mint 1 tonnát kóstoltatott meg az aktivációi során: ami 86 iskolai osztály* egy napi, a WHO által ajánlott (400 gramm) zöldség- és gyümölcsfogyasztásának felel meg. **Gyórfy Balázs, a NAK elnöke** nagyon sikeresnek értékelte a múlt évet, és elmondta: „A program fő célkitűzése idén sem lehet más, mint minél több, gyermeket nevelő családnak felhívni a figyelmét a zöldség- és a gyümölcsfogyasztás fontosságára. Továbbra is cél a friss zöldség- és gyümölcsfogyasztás ösztönzése, ami – amellet, hogy rendkívül jól tesz az egészségnek – pozitívan hat a hazai agráriumra is.” Kiemelte továbbá, hogy ha ezt gyerekkorban, a családot bevonva tesszük, akkor hosszú távú eredményeket érhetünk el, és ezáltal változtatni tudunk a következő generációk táplálkozási szokásain is.

* saját adatokból 30 fős osztályokkal számolva, és a WHO napi ajánlott zöldség-gyümölcsfogyasztási mennyiségét (400 gramm/fő/nap) alapul véve.



Az Európai Friss Csapat program 2023-ban

Közimert tény, hogy naponta legalább 4-5 adag (40-50 dkg) zöldséget és gyümölcsöt kellene fogyasztania mindenkinek, amibe a feldolgozott termékek és az elkészített ételek is beleszámítanak. Az Európai Friss Csapat 2023-ban is arra ösztönzi a gyermeket, a tiniket, hogy fogyasszanak minél több szezonális, friss zöldséget és gyümölcsöt. A program szakértői több olyan tanácsot, gasztró-tippet adnak majd az év folyamán, amelyekkel zöldségben és gyümölcsben gazdaggá lehet tenni a családok napi étkezéseit.

"Amikor nem akarunk túl sok időt tölteni a konyhában, akkor az egyik legegyszerűbb gyors vacsora vagy délutáni uzsonna lehet, ha az otthon található zöldségeket (sárgarépa, paprika, zellerszár, uborka) megtisztítjuk és hosszúkás hasábokra vágjuk. Készítünk egy padlizsánkrémet vagy körözöttet, amit mártogatósként kínálunk a zöldségekhez! Ha mindehhez leterítünk egy plédet – akár a lakáson belül is –, és különböző kiegészítőkkal piknikké varázsoljuk az étkezést, akkor biztosan a gyerekek is kedvet kapnak majd hozzá!" – mondta el **Bernáth József, a program gasztró-nagykövete**, aki az év során ismét gyors és könnyen elkészíthető, egészséges recepteket ajánl majd.

Fülöp Lili, a program dietetikusa rengeteg hasznos tudnivalót, bevált trükköt és hagyományos tartósítási eljárást mutat meg idén is.

„Dietetikusként a változatosságra hívom fel a figyelmet, ami akár annyit is jelenthet, hogy a napi zöldségadagunkat néha nyersen, máskor főve vagy párolva, olykor pedig savanyúságként fogyasztjuk el.” – emelte ki a szakember. Hozzátette, különösen fontos ez azokban a hónapokban, amikor a hazai, szezonális zöldségek és gyümölcsök csak kis variálhatóságban, alacsony számban képviseltetik magukat.

Emellett a program jól bevált, sikeres elemei is folytatódnak: új rajzfilm epizódokkal jelentkezik a miniprogram, lesz áruházi kóstoltatás, és a közösségimédia-felületeken is folyamatosan megújuló tartalom várja a követőket. Idén is csatlakozott a programhoz **Jászberényi Zsófia (Soopfie)** TikTok-influencer és **Romfa Hunor (Sajt32)** gamer. Újdonság, hogy **Kozák Luca olimpikon, Európa-bajnoki ezüstérmes, többszörös magyar bajnok gátfutó** sportoló-nagykövetként kapcsolódik be a kampányba, aki tapasztalatból tudja, mennyire fontos az egészséges és változatos táplálkozás, amihez elengedhetetlen a zöldség-gyümölcsfogyasztás.



„Nagyon örültem az Európai Friss Csapat felkérésének, hiszen a sport és a táplálkozás nagyon közel áll egymáshoz. Remélem, én is hozzá tudok járulni a program sikeréhez, hogy minél többen figyeljenek oda a táplálkozásra és fogyasszanak több zöldséget és gyümölcsöt.” – fogalmazott a sportoló.

Frutti és Veggi az országos roadshow keretében nyáron újra bejárja az országot, hogy a zöldségek és a gyümölcsök megismerésére, megkóstolására buzdítsa a gyerekeket. Június 17-én, az igazi hazai gyümölcsszezon kezdetén ismét lesz Zöldség- és Gyümölcsnap, amelyen az is kiderül, ki Magyarország #ZöldségGyümölcsHőse 2023-ban.

Magyarország #ZöldségGyümölcsHőse 2023

A NAK és az Európai Friss Csapat program ebben az évben is meghirdeti a Zöldség-Gyümölcs Hős pályázatot, amelyre elektronikus úton lehet jelentkezni 2023. április 1. és 2023. június 7. között, a zoldseggyumolcshos@havasmedia.com e-mail címen.

„Olyan személyek jelentkezését várjuk, akik elkötelezettek a zöldségek, gyümölcsök termesztése, felhasználása és rendszeres fogyasztása mellett, és ennek népszerűsítéséért tevékenykednek elsősorban a gyerekek körében. A #ZöldségGyümölcsHősök napjaink példaképei, olyan hiteles egyéniségek, akik a jó ügy érdekében pozitív hatással vannak a környezetükre.” – fogalmazott Györffy Balázs. Hozzátette, az elmúlt két évben nagyszerű pályázatok érkeztek és fantasztikus #ZöldségGyümölcsHősöket választottak, akik valóban követendő példát mutatnak mindenkinek számára.

A NAK és az Európai Friss Csapat szakmai zsűrije választja ki a jelentkezők közül 2023 #ZöldségGyümölcsHősét, aki nemcsak a megtisztelő címet nyeri el, hanem 100 kg friss zöldséget és gyümölcsöt is. Az eredményhirdetésre a negyedik Zöldség- és Gyümölcsnapon, 2023. június 17-én kerül sor. A pályázattal kapcsolatban bővebb információk a <https://frutti-veggi.hu/zoldseggyumolcshos/> weboldalon és a program közösségimédia-felületein találhatóak.

Háttérinformáció:



Ennek a promóciós kampánynak a tartalma csakis a szerző álláspontját tükrözi, és kizárólag ő tartozik érte felelőséggel. Az Európai Bizottság és a Fogyasztó-, Egészség-, Élelmiszerügyi és Mezőgazdasági Végrehajtó Ügynökség (CHAFE) semmilyen felelőséget nem vállal a kampányban szereplő információk esetleges felhasználását illetően.



Az **Európai Friss Csapat** program a NAK edukációs kampánya, amelynek célja a zöldség- és gyümölcsfogyasztás népszerűsítése a gyermekek és a gyermeket nevelő családok körében. A program arra hívja fel a figyelmet, hogy a friss zöldségek és gyümölcsök könnyen elérhetők, gyorsan elkészíthetők és nagyon egészségesek. Az Európai Friss Csapat program első hároméves periódusa, az **Európai Friss Kalandok** 2018 és 2020 között futott Magyarországon.

A **NEMZETI AGRÁRGAZDASÁGI KAMARA** 2013 tavaszán alapított, kötelező tagsággal rendelkező szervezet. A köztestület tagja valamennyi mezőgazdasági, élelmiszeripari és vidékfejlesztési tevékenységet folytató természetes és jogi személy. A kamara mintegy 400 ezer fős tagsága révén a teljes hazai élelmiszerláncot lefedi, közülük több mint 50 ezren foglalkoznak zöldség- és gyümölcsstermeléssel. Rugalmas és szakmailag felkészült szervezetként a NAK az alapítása óta azon dolgozik, hogy lendületet adjon a magyar agráriumnak. Legfontosabb feladata a magyar agrár- és élelmiszerszektor erősítése, a magyar termékek versenyképességének javítása itthon és a nemzetközi piacokon. Vezető szerepet tölt be a nemzeti agrár- és élelmiszer-stratégia alakításában és megvalósításában, továbbá a kormányzat első számú szakmai tárgyalópartnereként széles körű igazgatási és szolgáltatási közfeladatokat lát el.

További információ:

Fekete Zsanett, a NAK PR- és kommunikációért felelős kabinetfőnök-helyettese: fekete.zsanett@nak.hu;

Nagy László, a Havas Sport & Entertainment vezetője: laszlo.nagy@havas-se.com