



Medienmitteilung

Datum 06.05.2021

Gemeinsame Kampagne zum Internationalen Jahr der Früchte und Gemüse

Die Generalversammlung der Vereinten Nationen hat das Jahr 2021 zum Internationalen Jahr für Früchte und Gemüse ausgerufen. Das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV lanciert eine Kampagne, um darauf aufmerksam zu machen, dass Früchte und Gemüse zu essen, gesund ist.

Früchte und Gemüse sind ein wichtiger Bestandteil einer gesunden und nachhaltigen Ernährung. Sie tragen zum physischen und psychischen Wohlbefinden bei. Die Vereinten Nationen haben deshalb das Jahr 2021 zum Internationalen Jahr der Früchte und Gemüse erklärt. Auch die Schweiz macht mit. Die Landwirtinnen und Landwirte leisten dazu einen grossen Beitrag. Dank ihnen kann in den Läden frisches Obst und Gemüse zum Genuss und für jeden Geschmack angeboten werden. Das BLV führt deshalb die Kampagne in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Landwirtschaft BLW, dem Verband Schweizer Gemüseproduzenten und dem Schweizer Obstverband durch.

Die Kampagne soll dazu ermuntern, mehr Früchte und Gemüse zu essen. Über das Jahr verteilt erfahren die Konsumentinnen und Konsumenten regelmässig Neues und Wissenswertes über Früchte und Gemüse. Um die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung für die Gesundheit bekannter zu machen, wurde die Webseite www.fruechteundgemuesejahr.ch eingerichtet. Sie enthält Informationen zu einer abwechslungsreichen Ernährung mit viel Obst und Gemüse.

Die wichtigsten Botschaften der Kampagne auf einen Blick

Früchte und Gemüse enthalten für unsere Gesundheit wichtige Vitamine, Mineralstoffe und Nahrungsfasern. Dabei gilt das Prinzip «5 am Tag»: jeden Tag drei Portionen Gemüse und zwei Portionen Früchte. Eine Portion entspricht in etwa einer Handvoll.

Früchte und Gemüse passen zu allen Hauptmahlzeiten, sind praktisch für zwischendurch oder unterwegs – sie schmecken immer, bei der Arbeit, in der Schule oder nach dem Sport.

Empfohlen ist, Gemüse und Früchte in verschiedenen Farben geniessen, denn jedes Gemüse und jede Frucht hat eigene, wertvolle Inhaltsstoffe. Eine bunte Mischung bereichert die Ernährung und fördert Gesundheit und Wohlbefinden.

Weitere Informationen:

www.blv.admin.ch

Für Rückfragen:

Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und
Veterinärwesen (BLV)
Medienstelle
Tel. 058 463 78 98
media@blv.admin.ch

Verantwortliches Departement:

Eidgenössisches Departement des Innern EDI



Communiqué de presse

Date 6 mai 2021

Campagne commune pour l'Année internationale des fruits et légumes

L'Assemblée générale des Nations Unies a déclaré 2021 Année internationale des fruits et légumes. L'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV) profite de cette occasion pour lancer une campagne soulignant que la consommation de fruits et légumes est essentielle pour la santé.

Les fruits et légumes sont un élément important d'une alimentation saine et durable, car ils contribuent au bien-être physique et mental. Les Nations Unies ont donc déclaré 2021 Année internationale des fruits et légumes, et la Suisse participe à cette initiative. Les agriculteurs apportent une contribution unique dans ce domaine : grâce à leur travail, des fruits et légumes frais sont proposés dans les magasins pour le plaisir et pour les goûts de tous. L'OSAV mène donc cette campagne en collaboration avec l'Office fédéral de l'agriculture (OFAG), l'Union maraîchère suisse et Fruit-Union Suisse.

La campagne vise à encourager la population à consommer plus de fruits et de légumes. Tout au long de l'année, elle présentera des nouveautés ou des informations intéressantes sur les fruits et légumes. Le site www.anneefruitsetlegumes.ch a été créé pour sensibiliser le grand public à l'importance que revêt une alimentation équilibrée pour la santé. Il fournit des informations sur une alimentation variée incluant beaucoup de fruits et de légumes.

Les principaux messages de la campagne

Les fruits et légumes sont riches en vitamines, minéraux et fibres alimentaires essentiels pour la santé. Le principe de base à respecter est celui des « 5 par jour », c'est-à-dire trois portions de légumes et deux portions de fruits au quotidien, une portion correspondant à environ une poignée.

Les fruits et légumes accompagnent tous les repas principaux, sont parfaitement adaptés comme encas et peuvent être mangés en chemin : ils sont toujours savoureux et peuvent être consommés facilement au travail, à l'école ou après le sport.

Il est recommandé de choisir des fruits et légumes de toutes les couleurs : tous fournissent différents éléments précieux. Un mélange varié enrichit l'alimentation et favorise la santé et le bien-être.

Informations complémentaires :

www.osav.admin.ch

Informations complémentaires :

Office fédéral de la sécurité alimentaire et
des affaires vétérinaires (OSAV)
Service médias
Tél. 058 463 78 98
media@blv.admin.ch

Département responsable :

Département fédéral de l'intérieur DFI



Comunicato stampa

Data 06.05.2021

Campagna congiunta per l'Anno internazionale della frutta e della verdura

L'Assemblea generale delle Nazioni Unite ha dichiarato il 2021 Anno internazionale della frutta e della verdura. L'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV) lancia una campagna per richiamare l'attenzione sul fatto che consumare frutta e verdura è sano.

Frutta e verdura rappresentano una parte importante di un'alimentazione sana e sostenibile e contribuiscono al benessere fisico e mentale. Le Nazioni Unite hanno quindi dichiarato il 2021 Anno internazionale della frutta e della verdura. Anche la Svizzera vi partecipa. Gli agricoltori forniscono un grande contributo in tal senso: grazie a loro, i consumatori possono scegliere frutta e verdura fresche a loro piacimento. L'USAV conduce quindi la campagna, che mira a incoraggiare le persone a mangiare più frutta e verdura, in collaborazione con l'Ufficio federale dell'agricoltura (UFAG), l'Unione svizzera dei produttori di verdura e l'Associazione svizzera frutta.

Durante tutto l'anno, i consumatori scopriranno periodicamente aspetti nuovi e interessanti sull'argomento. Per accrescere la consapevolezza dell'importanza di una dieta equilibrata per la nostra salute, è stato creato il sito Internet www.annofruttaeverdura.ch, ricco di informazioni su un'alimentazione varia con molta frutta e verdura.

I messaggi principali della campagna in breve

Frutta e verdura contengono vitamine, sali minerali e fibre alimentari importanti per la nostra salute. Vale il principio dei «5 al giorno»: tre porzioni di verdura e due di frutta ogni giorno. Una porzione equivale all'incirca a una manciata.

Frutta e verdura si abbinano a tutti i pasti principali, sono pratiche per gli spuntini o in viaggio e sono sempre gustose, al lavoro, a scuola o dopo lo sport.

Si raccomanda di consumare frutta e verdura di diversi colori, perché ognuna di esse ha i suoi componenti preziosi. Un mix colorato arricchisce l'alimentazione e promuove la salute e il benessere.

Ulteriori informazioni:

www.usav.admin.ch

Per maggiori informazioni:

Ufficio federale della sicurezza alimentare e
di veterinaria USAV
Servizio stampa
Tel. 058 463 78 98
media@blv.admin.ch

Dipartimento responsabile:

Dipartimento federale dell'interno DFI