



frucht @ arbeitsplatz



frucht@arbeitsplatz: Eine Initiative von 5 am Tag

Dass eine gemüse- und obstreiche Ernährung wichtig für die Gesundheit ist, das wissen Sie. Dass Gemüse und Obst das Immunsystem stärken und Erkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, Schlaganfall, verschiedenen Krebsarten, Übergewicht und Diabetes mellitus Typ 2 vorbeugen, davon haben Sie längst gehört. Nun geht es darum, wie es einfacher gelingen kann, dieses Wissen in die Ernährungspraxis im Alltag zu integrieren. Zum Beispiel am Arbeitsplatz.



Einfach gut leben.

frucht@arbeitsplatz: Die gute Idee für den Vitaminkick im Job

Die Erfahrung zeigt: Die Chance, dass Menschen häufiger einen vitaminreichen Apfel oder andere Früchte essen, steigt mit den Gelegenheiten, die sich ihnen bieten. Je einfacher ein appetitliches Stück Obst und Gemüse erhältlich ist, umso häufiger greifen wir zu. Diese Chance will die Ernährungskampagne 5 am Tag nutzen und die „außer Haus“-Verfügbarkeit von Früchten – also von Obst und Gemüse – vergrößern. Nicht nur im Supermarkt oder beim Gemüsehändler, sondern auch bei Ihnen auf der Arbeit, in der Schule, im Kindergarten, vielleicht sogar im Rathaus-Foyer und überall dort, wo Menschen auf die Idee kommen könnten, einen kleinen Snack zu essen. Überall dort sollte auch eine gesunde Frucht-Variante zur Verfügung stehen!



frucht@arbeitsplatz: So funktioniert's

Der Name **frucht@arbeitsplatz** ist wörtlich zu verstehen und hat genau das zum Ziel: Früchte an den Arbeitsplatz zu bringen. Damit das schnell und unkompliziert gelingt, bringt 5 am Tag Anbieter und Nachfrager über eine Internet-Plattform zusammen. Unter www.frucht-arbeitsplatz.de melden sich interessierte Firmen oder Teams an, die mit **frucht@arbeitsplatz** beliefert werden wollen. Hier treffen sie auf Fruchtlieferanten, die unsere Qualitätsstandards erfüllen und ihren Service auch über **frucht@arbeitsplatz** anbieten. Vorteil: Die Früchte kommen direkt vom Erzeuger über unsere Anbieter in Ihren Fruchtkorb. Ohne weitere Zwischenhändler. So bekommen Sie mehr Frische für Ihr Geld!



frucht@arbeitsplatz: Eine gute Idee sucht Mitstreiter!

Pilotprojekte haben gezeigt, dass sowohl die Arbeitgeber als auch die Arbeitnehmer von den Vitaminkicks am Arbeitsplatz begeistert sind und davon profitieren. Arbeitgeber zeigen mit der Teilnahme an **frucht@arbeitsplatz**, dass sie konkret etwas für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter tun, indem sie Früchte bereitstellen. Ob täglich eine Frucht oder mehrmals wöchentlich, ob kostenlos für die Mitarbeiter oder mit einem Zuschuss vom Chef – die Möglichkeiten sind vielfältig. Sie entscheiden, was am besten passt.

frucht@arbeitsplatz muss aber nicht per se eine Initiative des Chefs sein. Die Idee kann auch aus den Reihen der Kollegen kommen. Sprechen Sie Ihren Chef auf die betriebliche Gesundheitsförderung à la **frucht@arbeitsplatz** an. Sie haben wirklich gute Argumente auf Ihrer Seite. Und ehe Sie sich versehen, steht vielleicht in jeder Abteilung und in jeder Teeküche ein Korb mit Früchten, in dem außer Obst auch Snackgemüse wie Cocktailtomaten, Mini-Karotten oder Radieschen angeboten werden. Natürlich können sich auch Teams oder Abteilungen auf eigene Rechnung beliefern lassen.



frucht@arbeitsplatz: Leicht gemacht

Auf der Website www.frucht-arbeitsplatz.de finden Sie alle wichtigen Informationen und aktuellen Neuigkeiten zum Projekt. Hier stehen auch hilfreiche Infos und praktische Werbemittel für Ihr Marketing oder Ihre interne Kommunikation für Sie bereit. Wenn Sie sich über die Website als Teilnehmer anmelden, halten wir Sie regelmäßig über Neuigkeiten und die neuesten Entwicklungen von **frucht@arbeitsplatz** auf dem Laufenden. Denken Sie also bei Ihrer Anmeldung auf der Website daran, Ihre E-Mail-Anschrift anzugeben.

frucht@arbeitsplatz: Eine Initiative von 5 am Tag

frucht@arbeitsplatz ist eine Initiative der 5 am Tag-Kampagne, die mit Mitteln der Bundesrepublik Deutschland und der Europäischen Union gefördert wird. Organisationen wie die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, die Deutsche Krebsgesellschaft, Krankenkassen, Ministerien, Stiftungen sowie zahlreiche Partner aus der Wirtschaft sind in der 5 am Tag-Kampagne engagiert.

Das Projekt **frucht@arbeitsplatz** wird zusammen mit der „Initiative Fruchthandel“ durchgeführt, zu der sich bundesweit renommierte Fruchthandelsunternehmen zusammengeschlossen haben.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme und wünschen Ihnen viel Erfolg mit **frucht@arbeitsplatz** und Ihrem Engagement für gesunde und motivierte Mitarbeiter und Kollegen!



frucht @ arbeitsplatz

Finanziert mit Fördermitteln
der Europäischen Union und der
Bundesrepublik Deutschland

