



17.04.2008 – 12:00 Uhr

## Ligue suisse contre le cancer: Fin prêt? "5 par jour - tous les jours"

Berne (ots) -

Tout le monde peut arriver aisément à consommer quotidiennement cinq portions de légumes et fruits, réparties sur la journée. Deux nouveaux spots TV de la campagne "5 par jour" montrent comment s'y prendre: des légumes et des fruits qui roulent, sautent ou dansent sont les acteurs de ces petits films. L'un s'adresse plus spécifiquement aux hommes, l'autre aux femmes. Ces spots sont diffusés du 14 au 27 avril dans différents blocs publicitaires.

"Mangez chaque jour 5 portions de légumes et fruits!": tel est le message de la campagne "5 par jour". La question la plus souvent posée à ce sujet est la suivante: "Comment s'y prendre pour consommer ces cinq portions quotidiennes?". Deux nouveaux spots TV montrent que c'est très facile.

Spots TV "5 par jour - tous les jours"

Brocoli bondissant, pomme dansante, carotte volante, orange s'épluchant tout seule ou petits pois roulants - tels sont les acteurs multicolores de ces nouveaux spots. Ils montrent de manière amusante et drôle comment des femmes et des hommes exerçant une activité professionnelle arrivent très facilement à consommer quotidiennement deux portions de fruits et trois portions de légumes, réparties sur la journée.

Les possibilités de consommer ces cinq portions de fruits et légumes sont nombreuses et diverses. Elles peuvent aussi être réparties sur seulement trois ou quatre repas.

Dates de diffusion

Ces nouveaux spots TV "5 par jour - tous les jours", d'une durée de 23 secondes, sont diffusés depuis le 14 avril et le seront jusqu'au 27 avril 2008 dans différents blocs publicitaires et à différentes plages horaires. Les dates de diffusion peuvent être consultées sur [www.5parjour.ch](http://www.5parjour.ch). Sur ce même site Internet, on peut également visionner les deux spots ainsi que d'autres possibilités de consommer quotidiennement cinq portions de légumes et fruits.

"5 par jour": une campagne destinée à encourager la consommation de légumes et de fruits.

Une alimentation riche en fruits et légumes est importante pour la santé, car ils contiennent de nombreuses vitamines, des minéraux, des fibres et pratiquement pas de graisses ni de cholestérol. De plus ils sont peu énergétiques. Il est conseillé d'en consommer cinq portions par jour pour une alimentation équilibrée. Une portion représente une poignée de fruits ou de légumes. Ainsi, chacun peut être sûr d'avoir la quantité voulue en fonction de son âge. Cette portion correspond à 70 g de légumes ou 100 g de fruits pour les enfants ou 120 g de fruits ou de légumes pour les adultes. [www.5parjour.ch](http://www.5parjour.ch), [www.flipthefruit.ch](http://www.flipthefruit.ch)

Les preneurs de licence "5 par jour" sont: Coop ([www.coop.ch](http://www.coop.ch)), Exofruit ([www.exofrucht.ch](http://www.exofrucht.ch)), FRESH AG.CH ([www.freshag.ch](http://www.freshag.ch)), healthy & snacky ag ([www.healthyandsnacky.ch](http://www.healthyandsnacky.ch)), Hero ([www.hero.ch](http://www.hero.ch)), Robert Mutzner AG, Obipektin AG ([www.obipektin.ch](http://www.obipektin.ch)), Rammelmeyer AG ([www.rammelmeyer.ch](http://www.rammelmeyer.ch)), sm servicemanagement GmbH ([www.freshbox.ch](http://www.freshbox.ch)) et Zeste Juice Bars SA ([www.zeste4life.ch](http://www.zeste4life.ch)).

Contact:

Nicole Bulliard, Chargée de communication prévention  
Campagne "5 par jour"  
Tél.: +41/31/389'92'57  
E-Mail: media@5parjour.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100002271/100559356> abgerufen werden.