



5 am Tag – Ich mach' mit...

1. Was war Ihr Lieblingsgemüse als Kind? ... und was ist es heute?

Tomaten ... Aubergine

2. Was ist Ihr Lieblingsobst und zu welcher Gelegenheit snacken Sie es am liebsten?

Honigmelone am Strand

3. Gab's für Sie in jüngster Zeit Neuentdeckungen in Sachen Obst oder Gemüse?

Obst: chinesische Pflaumen Gemüse:

4. 5 mal am Tag Obst und Gemüse verzehren – wie motivieren Sie einen Obst- und Gemüse-muffel zuzugreifen?

Vitamine

5. Obst, Gemüse oder Saft – was wählen Sie, um voller Power in den Tag zu starten?

Frisch gepresster Saft

6. Kommt garantiert an: Ihr Lieblingsrezept mit Obst oder Gemüse?

Powerfrühstück mit Obst und Müsli

7. Konserven und Tiefkühlware – wer ist Ihr Retter in der schnellen Küche?

Konserven

Tiefkühlware

8. Hand aufs Herz – wie viele Portionen Obst und Gemüse haben Sie gestern gegessen?

1

2

3

4

5

mehr

9. Mit welchem Obst oder Gemüse würden Sie sich im Moment vergleichen und warum?

Spinat, weil gesund und stark

10. Könnten Sie uns das auch noch aufmalen?



Fax: 06 21 / 3 38 40 10

Absender:

Name

Vahid Hashemian

Servicebüro

5 am Tag e.V.

Käfertaler Straße 190

68167 Mannheim

Telefon: 06 21 / 3 38 40 14

E-Mail: info@5amtag.de

Mehr Informationen über 5 am Tag finden Sie im Internet unter: www.5amtag.de