

Filefruit stimuleert fruit eten in de auto

Zoetermeer – Nog steeds eet bijna negen op de tien Nederlanders te weinig fruit. Vaker verspreid over de dag fruit eten kan helpen, zo zeggen gedragswetenschappers. De file lijkt een nieuw moment om Nederlanders meer fruit te laten eten. Het is drukker op de weg dan ooit tevoren en de filedruk neemt alleen maar toe volgens de ANWB.

We eten regelmatig iets in de auto, vooral tijdens de file. Alleen is dat vooral koek, snoep en boterhammen, blijkt uit recent consumentenonderzoek. Bij navraag wat men zoal eet in de auto, kwam fruit pas op de vierde plek. Daarom zijn het Nationaal Actieplan Groenten en Fruit (NAGF) samen met de Nederlandse Fruittelers Organisatie (NFO) de nieuwe campagne Filefruit gestart.

Filefruit doorbreekt routine

In Nederland eet 87% van de volwassenen minder fruit dan de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid van 200 gram, volgens het RIVM. "Eten doen we op onze routine, net zoals autorijden is het onbewust gedrag. Om gedrag te veranderen hebben we op het juiste moment een duwtje nodig, zoals een herinnering. De campagne filefruit herinnert autorijders eraan om voordat ze in de auto stappen fruit mee te nemen voor onderweg" zegt prof. dr. Emely de Vet, hoogleraar Consumptie en Gezonde Leefstijl aan Wageningen Universiteit.

Vandaag zorgt de Filefruit actie dat mensen er niet omheen kunnen. Een Filefruit team deelt appels uit bij onder andere het tankstation langs de A4 ter hoogte van Hoogmade, één van de grootste fileknelpunten in Nederland, en op het bedrijventerrein de Wildeman in Zaltbommel langs de A2.

Voor de redactie:

De Filefruit actie is bedacht door de Nederlandse Fruittelers Organisatie (NFO) en het Nationaal Actieplan Groenten en Fruit (NAGF) en heeft als doel de fruitconsumptie te stimuleren. De campagne wordt mede ondersteund door GroentenFruit Huis, Fruitmasters, Vogelaar Vredehof en the Greenery.

De binnenlandse consumptie van fruit is structureel te laag, en de consumptie van Nederlandse appels neemt bijvoorbeeld al jaren op rij af. Het NAGF zoekt methoden om mensen structureel meer groenten en fruit te laten eten met het oog op een gezonde en duurzame leefstijl.

De resultaten van het consumentenonderzoek naar eetgedrag in de auto (en meer informatie over de actie) zijn te vinden op www.filefruit.nl. Contact: Karin Bemelmans (Coördinator NAGF) - bemelmans@nagf.nl



Foto in bijlage. Onderschrift: De medewerkers van de ANWB verkeersinformatie die ons dagelijks op de hoogte houden van de files hebben vandaag ook filefruit ontvangen. Op de foto: Erwin de Hart (©Fotostudio Gerard-Jan Vlekke)