



# Le minibus « 5 par jour »

Une offre de la Ligue contre le cancer



# Le minibus « 5 par jour »

**Une alimentation saine en toute simplicité : dans le minibus « 5 par jour », des smoothies frais sont préparés sur place et proposés à la dégustation. Des conseils concrets et des astuces pratiques montrent à quel point il est facile et plaisant d'adopter une alimentation équilibrée, riche en fruits et légumes.**

Et pour que les bonnes résolutions ne restent pas lettre morte, le minibus « 5 par jour » offre une vraie plus-value : des conseils concrets donnés par du personnel qualifié, des documents utiles au quotidien à emporter, tels que le calendrier des fruits et légumes, des cartes de recettes pratiques, et bien plus encore. Des smoothies fruités et goûteux peuvent être dégustés directement sur place, car l'une des cinq portions journalières recommandées par « 5 par jour » peut aussi être prise sous forme de délicieux smoothies ou de jus de fruits (2 dl).

## Minibus PLUS « 5 par jour »

L'offre du minibus « 5 par jour » s'étoffe. Les entreprises peuvent désormais aussi réserver la conférence introductive d'un spécialiste de la Société Suisse de Nutrition SSN, avec différents thèmes à choix :

- Des bombes vitaminées au travail
- Une alimentation équilibrée et adaptée au lieu de travail
- Le défi de l'alimentation lors de services à l'extérieur
- Le défi de l'alimentation avec un horaire de travail irrégulier
- Lunch Meeting – où est mon dîner ?
- Input & Output – en équilibre

Davantage d'informations concernant les conférences à l'adresse :

[www.5parjour.ch/minibus](http://www.5parjour.ch/minibus)



sgg Schweizerische Gesellschaft für Ernährung  
ssn Société Suisse de Nutrition  
ssn Società Svizzera di Nutrizione

## Cinq portions chaque jour

Pauvres en calories et en matières grasses, les fruits et légumes fournissent des vitamines essentielles, des sels minéraux, des fibres alimentaires et des substances végétales secondaires à l'organisme. Ils aident en outre à maintenir un poids corporel idéal. Une alimentation équilibrée, riche en fruits et légumes et pauvre en aliments d'origine animale peut réduire le risque de différents types de cancers.

C'est pour toutes ces bonnes raisons que « 5 par jour » recommande de consommer cinq portions journalières de fruits et légumes. Vous trouverez toutes les informations sur « 5 par jour » en tapant [www.5amtag.ch](http://www.5amtag.ch)

## Sur la route avec le minibus « 5 par jour »

Le minibus s'adapte à chaque lieu et peut être installé en plein air comme dans une grande halle. Cette flexibilité et la cuisine intégrée permettent d'être encore plus proche des groupes-cibles et d'expliquer sur place, au contact direct des visiteurs, les avantages et les plaisirs gustatifs d'une alimentation riche en fruits et légumes.

## Offres du minibus « 5 par jour »

Des smoothies fraîchement préparés et des brochures d'information sur une alimentation saine et équilibrée peuvent être distribués aux visiteurs. Cela permet de démontrer sur place que la préparation de smoothies frais est simple, peu coûteuse en temps et en argent, et que les smoothies maison sont un régal. Il est également possible de distribuer des fruits et légumes de saison et de la région.

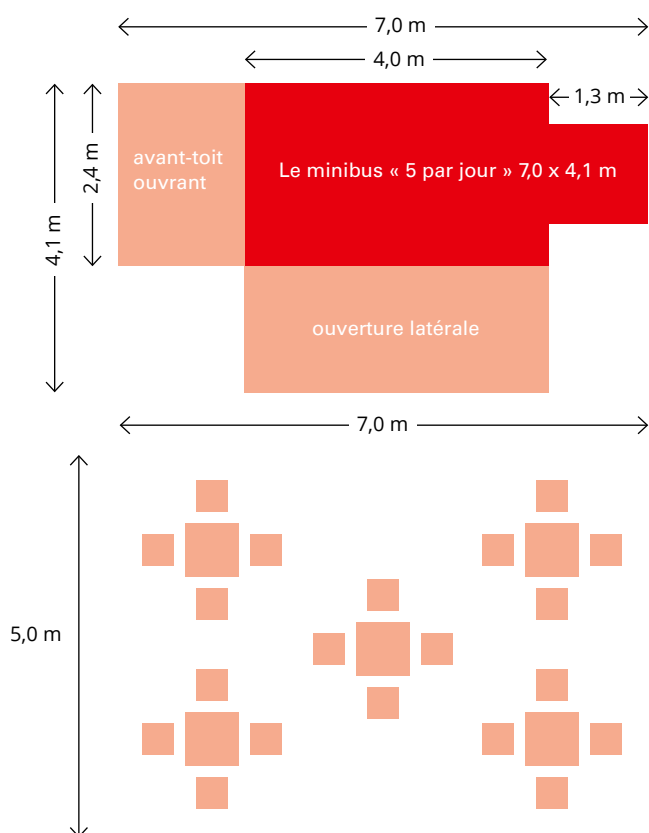
# Le minibus « 5 par jour »

## Dimensions du minibus « 5 par jour »

Le minibus requiert une surface totale d'env. 50–80m<sup>2</sup>

- Longueur : 7,0 m
- Largeur : 4,1 m
- Hauteur : 2,8 m
- Poids : 3,5 tonnes

« 5 par jour » met à disposition la totalité du matériel nécessaire pour la présentation, ainsi que le personnel pour s'en occuper, pour organiser le transport et l'approvisionnement en aliments. Le cas échéant, les collaborateurs de l'équipe louant le minibus reçoivent des instructions détaillées avant chaque manifestation/événement.



En option : jusqu'à 5 tables pliantes avec

chacune 4 chaises pliables

Table pliante : 72 X 72 cm

Chaise pliable: 42 x 42 cm

Surface nécessaire pour 5 tables : env. 35 m<sup>2</sup>

## Possibilités de présentation

- Le bus de la prévention est adapté aux **espaces publics** (d'avril à octobre). La conformité de ceux-ci aux exigences concernant l'emplacement (voir ci-dessous) doit absolument être clarifiée au préalable.
- Evénements d'entreprise
- Ecoles
- Salons de la santé
- Salons grand public

## Exigences concernant l'emplacement

- **Hauteur minimale 3,00 m, largeur minimale 5,00 m et longueur minimale 8,5 m.**
- La surface d'exposition doit être aussi **plane** que possible et **dure**.
- Raccordement à l'eau potable et évacuation des eaux usées à proximité directe.
- Une alimentation 230 V – 10 A et une prise T12.
- En cas de manifestation dans une cour intérieure ou à proximité d'un bâtiment, il faut veiller à ce que le **bus ne bloque pas les issues de secours**.

## Prix

Sur demande.

## Offres supplémentaires Mesures de communication d'accompagnement

- Blocs de texte pour intranet et internet
- Blocs de texte pour les médias
- Photos du bus de la prévention
- Affiches (formats A4 et A3)
- Prospectus (format A5)
- Signature e-mail

## Etes-vous intéressé?

Christian Müry  
coordinateur des campagnes  
et des événements  
Ligue suisse contre le cancer  
031 389 91 28  
christian.muery@liguecancer.ch