

Dzień warzyw i owoców

21 października jest Dniem Owoców i Warzyw. Pierwsze obchody święta miały miejsce w Nowej Zelandii 18 października 2013 roku, gdzie stowarzyszenie „5+ A Day” zorganizowało liczne inicjatywy mające na celu zachęcenie ludności (dzieci w szkołach, młodzież w szkołach średnich i na uniwersytetach, dorośli w świecie pracy) do spożywania większej ilości świeżych owoców i warzyw. Światowy Dzień Owoców i Warzyw jest obchodzony corocznie w trzeci piątek października. Jest on idealną okazją do tego, aby przypomnieć o roli warzyw i owoców w naszej diecie.