



## APRIFEL, FRUIT UNION ET AILIMPO DÉVOILENT « GOOD MOVE »

### LE PROGRAMME QUI FAIT BOUGER LES 18-34 ANS

La campagne GOOD MOVE a pour objectif d'inciter les 18-34 ans à passer à l'action, pour donner plus de place aux fruits et légumes dans leur alimentation et à l'activité physique dans leur quotidien. La campagne a été officiellement lancée ce mardi 30 avril, à l'occasion d'une Table Ronde réunissant chercheurs et professionnels de l'alimentation, du changement de comportement et du sport

Paris, 2 mai 2024

**Aprifel** - Agence pour la Recherche et l'Information en Fruits et Légumes  
**Fruit Union** - Association des Distributeurs de Fruits et Légumes Polonais  
**Ailimpo** - Association Interprofessionnelle du Citron et du Pamplemousse  
lancent : **GOOD MOVE, une campagne qui fait bouger les 18-34 ans.**

**Co-financée par l'Union européenne, GOOD MOVE s'adresse aux Millenials et à la Génération Z (18-34 ans) et sera déployée sur 3 ans en France, Pologne et Espagne.**



## GOOD MOVE, UNE CAMPAGNE EUROPÉENNE QUI BOOSTE...



« Snack some good habits\* » tel est le mantra de la campagne **GOOD MOVE** !

Les modes de vie actuels incitent de plus en plus à faire vite et simple en favorisant de mauvais réflexes en matière d'alimentation et une sédentarité grandissante, un phénomène particulièrement marqué sur la génération des Millenials et la génération Z. La campagne **GOOD MOVE** a pour volonté de motiver les 18-34 ans à prendre en main leur santé et changer leur mode de vie tout en les sensibilisant à l'importance de la consommation de fruits et légumes

conjointement à un mode de vie plus actif. Pour ce faire : pas d'injonction, pas de perfection, le programme souhaite déculpabiliser les 18-34 ans. L'objectif final : les inciter à acquérir de meilleures habitudes alimentaires et d'activité physique.

La campagne **GOOD MOVE** sera une vraie source d'inspiration et une mine d'astuces pour mieux comprendre pourquoi et comment passer de la bonne résolution à l'action en améliorant les habitudes de chacun car chaque petit geste compte !

\*Boost ton quotidien !

## ... AVEC UN ÉVÈNEMENT DE LANCEMENT INÉDIT

Mardi 30 avril 2024 s'est tenue une Table Ronde sous forme d'émission TV, regroupant plusieurs chercheurs et experts de l'alimentation, du changement de comportement et du sport, animée par la journaliste sportive Laurie Samama, pour le lancement de la campagne.

Parmi les intervenants figuraient :

- **David THIVEL (FR)** - Docteur en physiologie de l'exercice et nutrition humaine et sciences de la santé, Professeur à l'Université de Clermont-Auvergne
- **Mathieu JOUYS (FR)** - Diététicien nutritionniste, Fédération Française d'Athlétisme
- **Sandrine MONNERY PATRIS (FR)** - Chercheure au CSGA, INRAE Dijon
- **Vicky DRAPEAU (FR)** - Docteure en kinésiologie à l'Université de Laval (Québec)

aux côtés des 3 associations :

- **Christel TEYSSÈDRE (FR)**, Présidente d'APRIFEL
- **Paulina KOPEC (PL)**, Secrétaire générale de FRUIT UNION
- **José Antonio GARCIA (ES)**, Directeur de AILIMPO

« La campagne encourage chacun à adopter de bonnes habitudes alimentaires et physiques, dans le respect de son propre rythme et de ses besoins individuels. »

**GOOD MOVE** a été pensé sur le modèle transthéorique du changement de comportement de Prochaska et Di Clemente (1982), conçu pour soutenir le changement de comportement à différents stades :

### CHANGER D'ATTITUDE

> Passer du stade pré-contemplatif/contemplatif au stade de préparation en assurant un bon niveau d'information et d'acquisition de connaissances (sensibilisation).

### PASSER À L'ACTION

> Encourager à passer du stade de la préparation aux premiers changements dans la vie quotidienne

### MAINTIEN

> Aider à maintenir les bonnes habitudes, comme une alimentation riche en fruits et légumes, durable pour les individus et pour la planète, et à assurer leur installation dans le temps.



Chacun des experts a ainsi pu partager un état des lieux et des conseils spécialisés pour faciliter la transition vers de meilleures habitudes. Ils ont abordé des sujets tels que les freins et leviers pour motiver les jeunes à changer leurs comportements mais aussi les moyens pour raviver l'intérêt des 18-34 ans pour une alimentation plus saine, riche en fruits et légumes.

A visionner en replay sur le site internet dédié **GOOD MOVE**

[www.good-move.eu](http://www.good-move.eu)



## GOOD MOVE, UNE CAMPAGNE MULTICANALE

A l'image de la diversité des fruits et légumes et des activités physiques, l'univers graphique imaginé pour la campagne **GOOD MOVE** interpelle et attire par sa dynamique colorée pour faire découvrir le concept de cette campagne 360°.

### • Des événements sportifs partout en France

Tout au long de l'année, **GOOD MOVE organisera des événements en lien avec les modes de vie des 18-34 ans à travers la France**. L'occasion pour eux de rencontrer des diététiciens, d'échanger et de mettre en avant les bienfaits des fruits et légumes et de l'activité physique sur notre

santé et notre bien-être au quotidien. Pour cela, des animations originales et décomplexées seront proposées, en rappelant les occasions de consommation et les aspects de durabilité environnementale.

### • Des partenariats TikTok avec des influenceurs « in the move »

Le programme **GOOD MOVE** sera actif sur **TikTok avec une stratégie d'influence conséquente**. Les messages clés seront incarnés par des influenceurs qui proposeront à leur communauté, avec humour, des « good habits » pour

augmenter leur activité physique et leur consommation de fruits et légumes. Authentiques, drôles, sympathiques, ils représenteront de véritables compagnons du quotidien pour encourager le changement.

### • Des contenus pour des coachs sportifs dynamiques

**GOOD MOVE accompagne les entraîneurs sportifs dans la diffusion des bonnes recommandations nutritionnelles sur les avantages d'adopter un mode de vie plus sain**, notamment en consommant quotidiennement des fruits et légumes et en bougeant, lors de webinaires dédiés.

L'occasion de partager aux professionnels des clés sur la motivation des jeunes à changer et entretenir les bons comportements pour adopter un mode de vie sain et cultiver le bien-être aussi bien sur le plan physique que mental sur du long terme.

### • Un soutien RP et un site internet dédié

Tout au long de la campagne, le dispositif **GOOD MOVE** sera soutenu par des outils de communication tels que :

#### LES RELATIONS PRESSE

> Avec des actions thématiques : dossier de presse, communiqués de presse, en fonction des actualités.

#### UN SITE INTERNET

> Présentant le programme et ses activations [www.good-move.eu](http://www.good-move.eu)

## CONTACTS PRESSE GOOD MOVE

GS&Co

Justine Chevrier – [jchevrier@gs-com.fr](mailto:jchevrier@gs-com.fr) – 06 20 48 53 71  
Chandni Kumar – [ckumar@gs-com.fr](mailto:ckumar@gs-com.fr)



Enjoy it's from Europe  
= Plaisirs d'Europe