



UNAPROA, IL PIÙ GRANDE SISTEMA ORTOFRUTTICOLO ORGANIZZATO D'EUROPA
L'Unione Nazionale tra le organizzazioni di produttori ortofrutticoli, agrumari e di frutta in guscio, con le sue 150 Organizzazioni di Produttori associate che operano sul territorio nazionale, rappresenta il più grande sistema aggregato d'Europa nel settore ortofrutticolo. Ogni anno il sistema Unaproa investe oltre 280 milioni di euro in progetti destinati al miglioramento della qualità dei prodotti ortofrutticoli italiani.

Per maggiori informazioni:



UNIONE NAZIONALE TRA LE
ORGANIZZAZIONI DI PRODUTTORI
ORTOFRUTTICOLI AGRUMARI
E DI FRUTTA IN GUSCIO

Via XX Settembre, 4 - 00187 ROMA
Tel. (+39) 06 424521 - Fax (+39) 06 47822822
info@unaproa.com

www.unaproa.com

**Benessere e colori:
benvenuti nell'ortofrutta italiana**



REALIZZATO CON IL CONTRIBUTO DEL



MINISTERO DELLE POLITICHE AGRICOLE
ALIMENTARI E FORESTALI





Un marchio di qualità che da Unaproa arriva fino al consumatore

Il marchio **5 colori del benessere** è stato ideato e registrato da Unaproa, l'Unione Nazionale tra le Organizzazioni di Produttori Ortofrutticoli Agrumari e di Frutta in Guscio, per garantire la provenienza e la rintracciabilità della frutta e della verdura che arriva sulle nostre tavole.

Unaproa ha anche definito una serie di precisi standard di controllo e requisiti di rintracciabilità necessari perché un prodotto possa fregiarsi del marchio di qualità.

... e che è possibile trovare su tutte le tipologie di prodotti.

Tutte le Organizzazioni di Produttori riconosciute o loro Associazioni in possesso dei requisiti richiesti, possono utilizzare il marchio sui propri prodotti. L'uso del marchio può essere richiesto,

inoltre, da istituzioni pubbliche, fondazioni ed enti senza fini di lucro esclusivamente per l'utilizzo per i soli scopi istituzionali.

La tipologia è molto vasta: si va dai prodotti freschi tal quali, alla frutta e verdura pronta all'uso come insalate e macedonie, ma anche succhi, frutta secca, concentrato e passata di pomodoro, ecc.

Frutta e verdura italiana: la sicurezza di prodotti sani.

Il marchio **5 colori del benessere** soddisfa l'esigenza, sempre più sentita dai consumatori, di essere sicuri della qualità dei cibi che acquistano. E proprio a tutela di migliaia di famiglie che ogni giorno scelgono di consumare frutta e verdura fresca prodotta e coltivata in Italia, Unaproa ha creato un marchio collettivo che garantisce la salubrità e l'origine dei prodotti ortofrutticoli commercializzati dalle proprie organizzazioni associate.

Un marchio di qualità.

Un pieno di garanzie.

La presenza del marchio **5 colori del benessere** racchiude in sé tutte le caratteristiche di qualità che contraddistinguono un prodotto.

Il marchio racconta la storia del prodotto:

passaggio dopo passaggio, dalla coltivazione alla Lavorazione, dalla selezione al confezionamento.

Attività che vengono svolte con grande attenzione e professionalità da decine di tecnici e operatori. Tutti i prodotti **5 colori del benessere** sono di categoria "Extra" o "prima", coltivati e raccolti in Italia e ottenuti con metodi di produzione integrata o biologica nel rispetto di dettagliati disciplinari di produzione.

Altri requisiti indispensabili per ottenere l'utilizzo del marchio riguardano poi le organizzazioni che lo richiedono e sono: il possesso di sistemi per la rintracciabilità dei prodotti e la presenza di sistemi di gestione della qualità (divisioni dei ruoli e definizione di responsabilità, controlli interni e presso le aziende agricole, ecc.) che garantiscano una gestione efficace delle attività necessarie per trasformare, conservare e vendere i prodotti.

I cinque colori, alleati della nostra salute.

Dulcis in fundo... il marchio **5 colori del benessere** custodisce un prezioso consiglio per la nostra salute, ovvero che per mantenerci in forma occorre mangiare tanta frutta e verdura, almeno 5 porzioni al giorno, ciascuna di un colore diverso:

rosso, giallo-arancio, verde, blu-viola e bianco.

Frutta e verdura hanno un ridotto contenuto calorico e forniscono acqua, zuccheri, vitamine, minerali, fibra alimentare e sostanze colorate (Polifenoli e Flavonoidi). Ogni colore corrisponde a sostanze specifiche ad azione protettiva, per cui solo variando è possibile coprire tutti i fabbisogni dell'organismo. Mangiare in modo fresco, naturale e colorato ci aiuta a combattere i radicali liberi (molecole nocive che ogni giorno attaccano le nostre cellule) ed i processi di invecchiamento cellulare. Frutta e verdura grazie alla loro grande varietà consentono le più ampie possibilità di scelta in ogni stagione.

I 5 colori del benessere:

BLU/VIOLA (antocianine, carotenoidi, vitamina C, potassio, e magnesio): melanzane, radicchio, fichi, frutti di bosco (mirtillo, ribes, more, lamponi), prugne, uva nera.

VERDE(clorofilla, carotenoidi, magnesio, vitamina C, acido folico e luteina): asparagi, agretti, basilico, bieta, broccoli, broccoletti, cavolo broccolo, cavolo cappuccio, carciofi, cetrioli, cicoria, cime di rapa, indivia, lattuga, rucola, prezzemolo, spinaci, zucchine, uva bianca, kiwi.

BIANCO (polifenoli, flavonoidi, composti solforati in cipolla e aglio, potassio, vitamina C, selenio nei funghi): aglio, cipolla, cavolfiore, finocchio, funghi, mele, pere, porri, sedano.

GIALLO/ARANCIO (flavonoidi, carotenoidi, vitamina C): lotti, arance, clementine, limoni, mandarini, pompelmi, nectarine, pesche, albicocche, carote, peperoni, meloni, zucche.

ROSSO (licopene, antocianine): angurie, barbabietole, rape pomodori, peperoni, arance rosse, ciliegie, fragole.