



# VEGGIE CHALLENGE

30 dagen  
méér  
plantaardig

**Regio Foodvalley**

**Maak positieve impact met jouw organisatie!**

**Regio Foodvalley  
nodigt jou uit voor de  
Veggie Challenge in  
november!**

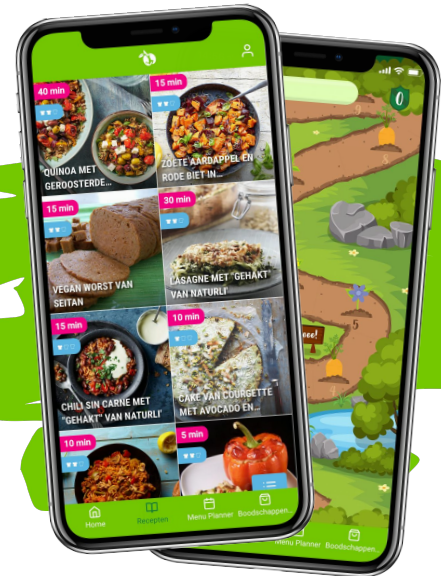
# Waarom Veggie Challenge Teams?

Een teambuilding activiteit die:

- Een gezondheidsboost geeft;
- Boordevol inspiratie en nieuwe smaakbeleving zit;
- Zo goed is voor het klimaat dat je er trots op kunt zijn!

Meer info op [www.veggiechallenge.nl/food-valley/](http://www.veggiechallenge.nl/food-valley/)

## VEGGIE CHALLENGE



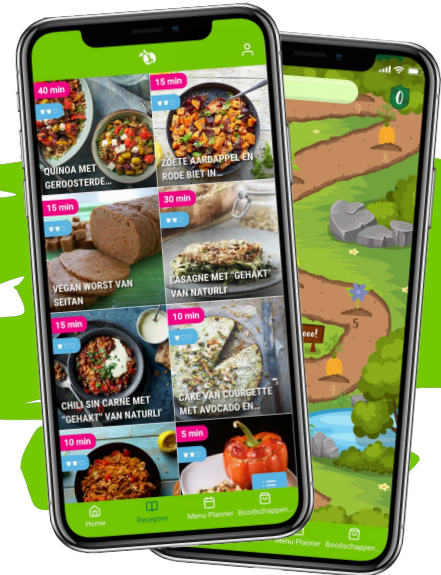
# Wat is Veggie Challenge Teams?

De Veggie Challenge is een **programma** dat mensen op positieve wijze inspireert om 30 dagen meer plantaardig te eten. Heel gebruiksvriendelijk, met een **handige app**.

De app houdt precies de **impact van teams en de hele organisatie** bij. Via het dashboard kunnen de gerealiseerde besparingen live worden bekeken.

Meer info op [www.veggiechallenge.nl/food-valley/](http://www.veggiechallenge.nl/food-valley/)

## VEGGIE CHALLENGE



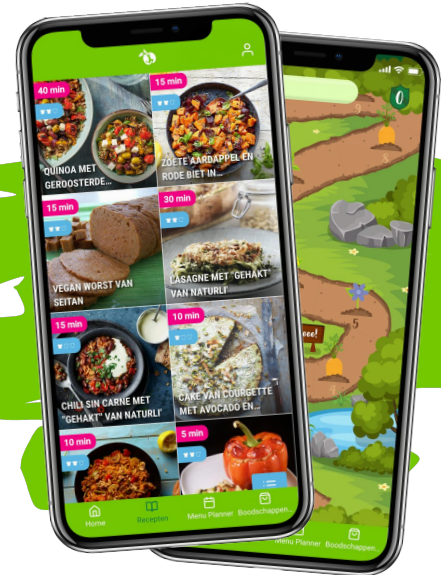
# Voor wie is Veggie Challenge Teams?

De Veggie Challenge is geschikt voor teams van verschillende organisaties: van bedrijven tot gemeenten, en van scholen tot ziekenhuizen. De minimale team grootte is **5 deelnemers** en per organisatie kunnen **meerdere teams** deelnemen.

Elke deelnemer kiest een individuele challenge. Het maakt niet uit wat het startpunt is. Of je de uitdaging aangaat om 30 dagen flexitairisch, vegetarisch of plantaardig te eten, **iedereen kan meedoen** aan de Veggie Challenge.

Meer info op [www.veggiechallenge.nl/food-valley/](http://www.veggiechallenge.nl/food-valley/)

## VEGGIE CHALLENGE



# Hoe werkt het?

# Schrijf je in

- Een **eigen inschrijfpagina en uitnodiging** voor de organisatie.
- **Samen** meer plantaardig eten.
- Collectieve **startdatum**.
- Ieder een **eigen challenge**:
  - 30 dagen flexitarisch
  - 30 dagen vegetarisch
  - 30 dagen plant-based

**HOI! JE BENT UITGENODIGD VOOR DE VEGGIE CHALLENGE VAN VEGALICIOUS.**

*Vanaf 1 maart gaan we de uitdaging aan om 30 dagen beter te eten. Meer plantaardig, minder vlees. Samen maken we het verschil voor de planeet, voor de dieren en voor onze gezondheid. Tijd voor impact! We hebben ons aangemeld voor Veggie Challenge Teams en dagen jou uit om mee te doen!*

JULIE CHALLENGE  
START IN  
**20**  
DAGEN

**IK GA DE UITDAGING AAN!**

Eetgewoonten veranderen kan een uitdaging zijn, maar samen gaan we deze smakelijke challenge aan en ontdekken we de kleurrijke wereld van meer vega! Binnen Vegalicious gaan we ervoor. 2 mensen doen al mee. Jij ook?

Team

Klimaathelden van HR (2 deelnemers)

Hoe jij nu eet

Maak een keuze

Jouw persoonlijke uitdaging

Maak een keuze

ONZE CHALLENGE  
START OP  
1 April

HI COLLEGA,

Jouw bedrijf doet mee aan de Veggie Challenge. Samen gaan we vanaf [startdatum] 30 dagen duurzamer en gezonder eten. Meer plantaardig, minder vlees. We hebben online ons eigen team aangemaakt en we dagen jou uit om mee te doen. Doe je mee?

Warme groet,

*JOUW NAAM*

DOE DE VEGGIE CHALLENGE

- Ontdek nieuwe smaken met **400+** heerlijke recepten in de gratis Veggie Challenge App
- Maak het jezelf leuk én makkelijk met een handige maaltijdplanner, dagelijkse tips, challenges en beloningen
- Volg live hoeveel **CO2**, **water** en **land** jij en je collega's samen besparen
- Houd je nieuwe gewoonte vast met de hulp van onze Veggie Challenge **coach**

KIES JOUW UITDAGING



Wist je dat met 30 dagen plantaardig je 38 000 liter water bespaart? Dat is bijna 2 jaar dagelijks douchen!

IK DOE MEE!

YOUR  
LOGO



MELD JE AAN: [VEGGIECHALLENGE.NL/NT64](https://veggiechallenge.nl/NT64)



# Download

- Ontdek **400 heerlijke recepten**.
- **Weekmenu** samenstellen.
- 1-klik-**boodschappenlijstje**.



## Ontvang info & tips

Korte in-app artikelen over:

- Koken en voeding
- Gezondheid, vitaminen en voedingsstoffen
- Praktische tips



# Beleef inspiratiesessies

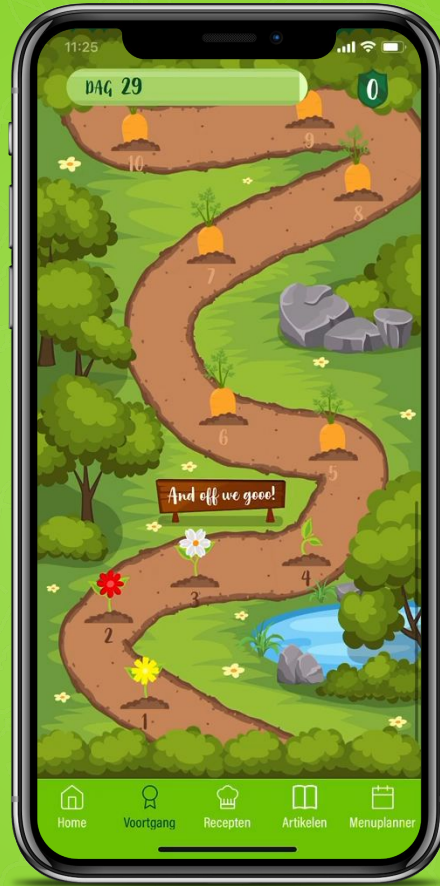
- Gezamenlijke startbijeenkomst op 31 oktober - locatie volgt nog
- Spannende eindsessie voor werknemers met bekendmaking eindresultaten (eindrapport & statistieken) op 1 december



# Volg je dieet

- Dagelijks persoonlijke besparingen berekenen via dieet-logger;
- Besparingen van organisatie live inzichtelijk via dashboard in app.





## Verdien badges

Beloningen (zoals de Veggie Burger Badge) verdienen met opdrachten in de app, zoals:

- Beantwoord 10 quizvragen;
- Log je dieet 5 dagen lang;
- Bekijk 20 recepten.

## Gamification!



## Bekijk de voortgang via groepsdashboard

- Totale besparingen organisatie;
- Persoonlijke besparingen;
- Besparingen per afdeling/team  
(later competitief overzicht in rapportage).



## Doe het samen

- Check app-activiteit teamleden;
- Ontdek heerlijke gerechten (en wissel die uit);
- Deelnemen aan groepschat.





# Rapportages om trots op te zijn!

**proveg** Social Media Shareable  
21 april om 9:30

Met onze Veggie Challenge hebben wij gedurende de maand Januari maar liefst **19.024 douchebeurten** aan water bespaard! Wow! Bekijk alle statistieken op <https://bit.ly/jan-report>

**30 DAGEN MEER PLANTAARDIG ETEN. WIJ DEDEN HET MET VEGGIE CHALLENGE TEAMS!**

**19.024 DOUCHEBEURTEN BESPAARD**  
(1,2 MILIARD LITERS WATER)

**35.113 KM AUTORIJDEN BESPAARD**  
(4.214 KG CO2)

**6.250 DIERENLEVENSGERED**

**5.537 M2 LANDGEBRUIK VOORKOMEN**

**proveg**

**OPOXA VEGGIE CHALLENGE TEAMS EINDRAPPORTAGE**

Vanaf 1 oktober 2021 deed Opoxa mee met de Veggie Challenge. 269 deelnemers kozen voor 30 dagen minder vlees, 30 dagen vegetarisch, of 30 dagen vegan en gingen de uitdaging aan. Per dag kregen zij via de Veggie Challenge App vast hoe zij die dag presteerden. Om basisgegevens is in deze infographic bekeken wat de totale besparingen zijn geweest.

**44.780 PLANTAARDIGE MAALTIJD-COMPONENTEN GELOED VIA DE APP**

**WAT HEBBEN WE IN 30 DAGEN BESPAARD MET ONZE VEGGIE CHALLENGE?**

207 DIEREN  
98.446 DOUCHE'S (24.900.000 LITERS WATER)  
26.916 KM MET DE AUTO (2.964 KG CO2)  
6.932 M2 LAND

**TYPE CHALLENGE**

- Vegetarisch
- Veganistisch
- Vleesvrije dagen

**WAAROM BESPAAR JE CO2 EN LAND MET VEGA ETEN?**

Wilt je dat laatste schudrijke broekzakgasen produceren bij het verteren van wat broodzakgasen. Daarnaast is het produceren van vlees zeer inefficiënt, vaak aan vlees beschikbaar wordt. Het is veel efficiënter om dat gras of soja direct door mensen te laten consumeren.

**WANNEEER WE ONS NIEUWE DIEET 1 JAAR VOL Zouden HOUDEN BESPAAREN WE:**

2.479 DIEREN  
877.346 DOUCHE'S (24.900.000 LITERS WATER)  
308.274 KM MET DE AUTO (34.112 KG CO2)  
71.981 M2 LAND

**DOOR ONS MEEST GELIEFDE RECEPTEN**

Deze recepten werden door de deelnemers het meest toegevoegd aan de favoriete recepten.

1. VEGAN CURRY COOLA- EN GLUTENVRIJ
2. LAMBESJ PLATBREAD MET ZAKAAR EN PALAEL
3. PASTASALADE MET TOMATEN
4. KENDANG
5. PASTA MET SALADE

**TEAM "DEELT FANTASTISCH GEDAN, 836 KG CO2 VAN ALLE TEAMS HET MEEST BESPAARD SOMEL IER WILDE PER PERSOON ALS IN TOTAAL, WEL DONGE"**

**Doe je mee?**

## Jouw organisatie ontvangt

- Kick-off inspiratiesessie op 31 oktober met alle deelnemende organisaties in Regio Foodvalley;
- Gezamenlijke online eindpresentatie op 1 december
- Gepersonaliseerde inschrijfpagina waar medewerkers zich kunnen aanmelden;
- Flyer om te delen binnen de organisatie;
- Toegang tot een eigen bedrijfspagina in de app en mogelijkheid om deel te nemen met verschillende teams;
- Eindrapportage met alle besparingen;
- Social media shareables om intern en extern de resultaten te delen.

## Bijdrage

**De kosten voor deelname bedragen  
€250,- ex btw per organisatie.**



## Samen maken we impact!

Om de Veggie Challenge tot een succes te maken binnen jouw organisatie is het belangrijk dat de teamleden enthousiast gemaakt worden op mee te doen!

ProVeg levert alle communicatiematerialen aan zoals een gepersonaliseerde flyer en een inschrijfpagina, zodat een kartrekker binnen de organisatie dit kan delen op het intranet en posters kan ophangen in de kantine. Des te meer teamleden meedoen, des te groter de gezamenlijke impact!

