



## Was trinkst du an einem Tag?

	Klebe hier ein, was du wann trinkst.	Wie viel trinkst du davon?
Morgens 		
Während der Arbeit 		
Zum Mittag-Essen 		
In der Freizeit 		
Abends 		
Nachts 		

Hast du genug getrunken?

Du sollst 6 Gläser oder 1,5 Liter zuckerfreie Getränke am Tag trinken.



Quelle – Bilder: ©

Seite 1: vdek / Jörg Hafemeister & LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH; vdek / Jörg Hafemeister;

Seite 2: LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / ozmen - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / New Afrika - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Allan - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / LianeM - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Inga Nielsen - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Alenkadr - stock.adobe.com;

LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Jon Le-Bon - stock.adobe.com;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Shawn Hempel - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / DenisMArt - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Nikolay N. Antonov - stock.adobe.com;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;

LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Markus Mainka - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Mariusz Black - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Visitr - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Karandaev - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Jenifoto - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Artusius - stock.adobe.com;

LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Alenkadr - stock.adobe.com;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;

LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / ozmen - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / New Afrika - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Allan - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / LianeM - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Inga Nielsen - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Alenkadr - stock.adobe.com;

LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Jon Le-Bon - stock.adobe.com;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Shawn Hempel - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / DenisMArt - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Nikolay N. Antonov - stock.adobe.com;  
 vdek / LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH;

LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Markus Mainka - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Mariusz Black - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Visitr - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Karandaev - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Jenifoto - stock.adobe.com;  
 LWB - Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH / Artusius - stock.adobe.com