

# Der Mensch im Spannungsfeld zwischen Ernährung, Bewegung und Gesundheit!

Welche Ernährung mag ich?



Was bewirkt Bewegung bei mir?



Wie gesund lebe ich?

Da es sehr förderlich  
für die Gesundheit ist,  
habe ich  
beschlossen,  
*glücklich*  
zu sein! [Voltaire]