

# **Auswirkungen ungesunder Ernährung -Hilfe!**

**Beitrag von „cubanita1“ vom 19. November 2010 14:37**

Ich würde auch die GESUNDE Ernährung betonen, z.B. ein Schulfrühstück planen ... einen Salat zubereiten ... da gibts doch viel. Noch mit dazu, warum Zucker in Maßen (Zähne), Fett in Maßen (Pölsterchen) ... Gut is