



Keine Lust zum Essen?



Keine Lust zum Essen?

Manchmal hast du keinen Appetit. Mach dir deshalb keine Sorgen!
Dafür isst du bei der nächsten Mahlzeit oder am nächsten Tag mehr.
Der Appetit ist nicht immer gleich groß. Zwinge dich nicht zum Aufessen!
Vor den Mahlzeiten solltest du nichts anderes essen.
Isst du vorher, dann hast du natürlich auch weniger Appetit!

Hast du das gewusst?

Das Trinken **gesüßter** Limonaden bremst den Appetit.

Ungesüßten Tee und Mineralwasser kannst du vor Mahlzeiten trinken.

Dann bleibt der Appetit erhalten.

Aufgaben:

1. Lies den Text!

2. Schreibe auf, warum die beiden bestimmt nicht mehr viel Hunger oder Appetit haben können! Was träumen Gesu und Dino wohl?

3. Was hätten die beiden trinken können, damit ihr Appetit erhalten bleibt?