

Auswertung:

Hast du pro Tag **6 Becher** oder mehr getrunken? BRAVO!!! Du bist ein Trinkprofi! Besonders toll ist es, wenn du über den ganzen Tag verteilt immer wieder mal einen Becher Wasser trinkst.

Hast du pro Tag **3-5 Becher** getrunken? FEIN! Du denkst oft ans Trinken. Das ist gut. Jetzt fehlt dir wirklich nicht mehr viel zum Trinkprofi!

Hast du pro Tag **2 Becher** oder weniger getrunken? BITTE MEHR! Du wirst sehen, wenn du öfter Wasser trinkst, ist dein Körper besonders fit.



 Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
 Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
 Gesundheitsbereich Fonds Gesundes Österreich
 Gefördert aus Mitteln des Gesundheitsförderungsfonds Vorarlberg



Name: _____

Klasse: _____

Auswertung:

Hast du pro Tag **6 Becher** oder mehr getrunken? BRAVO!!! Du bist ein Trinkprofi! Besonders toll ist es, wenn du über den ganzen Tag verteilt immer wieder mal einen Becher Wasser trinkst.

Hast du pro Tag **3-5 Becher** getrunken? FEIN! Du denkst oft ans Trinken. Das ist gut. Jetzt fehlt dir wirklich nicht mehr viel zum Trinkprofi!

Hast du pro Tag **2 Becher** oder weniger getrunken? BITTE MEHR! Du wirst sehen, wenn du öfter Wasser trinkst, ist dein Körper besonders fit.



 Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
 Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
 Gesundheitsbereich Fonds Gesundes Österreich
 Gefördert aus Mitteln des Gesundheitsförderungsfonds Vorarlberg



Name: _____

Klasse: _____

Trinken ist wichtig!

Wasser ist der beste Durstlöscher.
Es macht dich frisch und munter.

Wer zu wenig trinkt,
wird müde und schlapp.

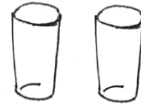
**Was und wie viel trinkst du?
Denke darüber nach!**

Wie viel trinkst du an einem Tag?

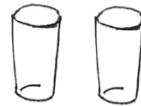
Du darfst für jeden Becher Wasser,
den du heute trinkst, einen Becher
ausmalen. (Der Inhalt von 1 Flasche
entspricht 2 Bechern.)



In der **Früh** zu Hause



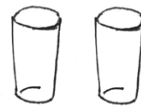
Am **Vormittag** in der Schule



Zum **Mittagessen**



Am **Nachmittag**



Am **Abend**

Trinken ist wichtig!

Wasser ist der beste Durstlöscher.
Es macht dich frisch und munter.

Wer zu wenig trinkt,
wird müde und schlapp.

**Was und wie viel trinkst du?
Denke darüber nach!**

Wie viel trinkst du an einem Tag?

Du darfst für jeden Becher Wasser,
den du heute trinkst, einen Becher
ausmalen. (Der Inhalt von 1 Flasche
entspricht 2 Bechern.)



In der **Früh** zu Hause



Am **Vormittag** in der Schule



Zum **Mittagessen**



Am **Nachmittag**



Am **Abend**

Auswertung:

Hast du pro Tag **6 Becher** oder mehr getrunken? BRAVO!!! Du bist ein Trinkprofi! Besonders toll ist es, wenn du über den ganzen Tag verteilt immer wieder mal einen Becher Wasser trinkst.

Hast du pro Tag **3-5 Becher** getrunken? FEIN! Du denkst oft ans Trinken. Das ist gut. Jetzt fehlt dir wirklich nicht mehr viel zum Trinkprofi!

Hast du pro Tag **2 Becher** oder weniger getrunken? BITTE MEHR! Du wirst sehen, wenn du öfter Wasser trinkst, ist dein Körper besonders fit.



 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

 **Gesundheit Österreich**
GmbH

 **Fonds Gesundes Österreich**

 **Gesundheitsförderungsfonds Vorarlberg**

Name: _____

Klasse: _____



Auswertung:

Hast du pro Tag **6 Becher** oder mehr getrunken? BRAVO!!! Du bist ein Trinkprofi! Besonders toll ist es, wenn du über den ganzen Tag verteilt immer wieder mal einen Becher Wasser trinkst.

Hast du pro Tag **3-5 Becher** getrunken? FEIN! Du denkst oft ans Trinken. Das ist gut. Jetzt fehlt dir wirklich nicht mehr viel zum Trinkprofi!

Hast du pro Tag **2 Becher** oder weniger getrunken? BITTE MEHR! Du wirst sehen, wenn du öfter Wasser trinkst, ist dein Körper besonders fit.



 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

 **Gesundheit Österreich**
GmbH

 **Fonds Gesundes Österreich**

 **Gesundheitsförderungsfonds Vorarlberg**

Name: _____

Klasse: _____



Trinken ist wichtig!

Wasser ist der beste Durstlöscher.
Es macht dich frisch und munter.

Wer zu wenig trinkt,
wird müde und schlapp.

**Was und wie viel trinkst du?
Denke darüber nach.**

Trinkprotokoll für 1 Woche:

Du darfst für jeden Becher Wasser,
den du heute trinkst, einen Becher
ausmalen. (Der Inhalt von 1 Flasche
entspricht 2 Bechern.)

Mo.:					
Di.:					
Mi.:					
Do.:					
Fr.:					
Sa.:					
So.:					

Trinken ist wichtig!

Wasser ist der beste Durstlöscher.
Es macht dich frisch und munter.

Wer zu wenig trinkt,
wird müde und schlapp.

**Was und wie viel trinkst du?
Denke darüber nach.**

Trinkprotokoll für 1 Woche:

Du darfst für jeden Becher Wasser,
den du heute trinkst, einen Becher
ausmalen. (Der Inhalt von 1 Flasche
entspricht 2 Bechern.)

Mo.:					
Di.:					
Mi.:					
Do.:					
Fr.:					
Sa.:					
So.:					