



Margarete Nowag
Dipl. oec. troph. | Systemische Beraterin



Das Frühstück ist wichtig!



Warum?

- Der Körper und Geist braucht Kraft.
- Der Körper braucht Wasser.
- Der Kopf braucht Kraft zum Denken.
- Der Körper braucht Kraft zur Bewegung.
- Der Körper braucht Vitamine.
- Das Frühstück schmeckt gut – es macht Freude am Morgen!
- Einmal frühstücken reicht oft aus!!