

TEIL 3: DU UND DAS ESSEN

Es war einmal ...

Du und das Essen, ihr habt eine Geschichte. Dieser wollen wir nun nachgehen. Zeichne auf dem Arbeitsblatt (grosse Version auf Seite 114) ein, zu welchem Zeitpunkt Deines Lebens Du welches Gewicht hattest.

Zeichne nun Säulen ins Feld, die zeigt wie es um Dein Wohlbefinden stand. Nimm grün für gute Zeiten und rot, wenn es Dir in diesem Abschnitt eher schlecht ging. Was fällt Dir auf?

