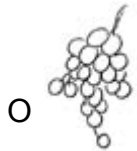




# Gesundheitsfächer



## Vse za zdravje



Wie hilft es dem Körper?  
Kako vitamini pomagajo telesu?



Ist zum Beispiel in...  
vsebujejo

Vitamin A

gut für die Haut – dobro za kožo  
hilft beim Sehen – dobro za vid



Aprikosen - marelice  
Bananen - banane  
Ananas - ananas

Vitamin B

hilft dir körperlich und  
geistig fit zu bleiben  
regt den Appetit an – spodbuja tek  
hilft beim Verdauen – pomaga pri  
prebavi



Bananen - banane  
Pflaumen - češplje  
Äpfel - jabolka  
Ananas - ananas

Vitamin C

wehrt Krankheitskeime ab  
stärkt deine Gesundheit- ojači zdravje  
(dein Immunsystem)



Johannisbeeren - ribez  
Orangen - oranža  
Äpfel - jabolka  
Kiwi - kiwi

Kalzium  
kalcij

wichtig für die Knochen – važen za kosti  
ist gut für deine Zähne in zobe



Orangen – oranža  
Äpfel - jabolka  
Ananas – ananas  
Himbeeren – maline

Eisen  
železo

wichtig für deine Knochen – važen za kosti  
und Muskeln in mišice  
gibt dir neue Energie – poda energijo



Ananas – ananas  
Himbeeren - maline  
Pflirsich - breskve  
Johannisbeeren - ribez