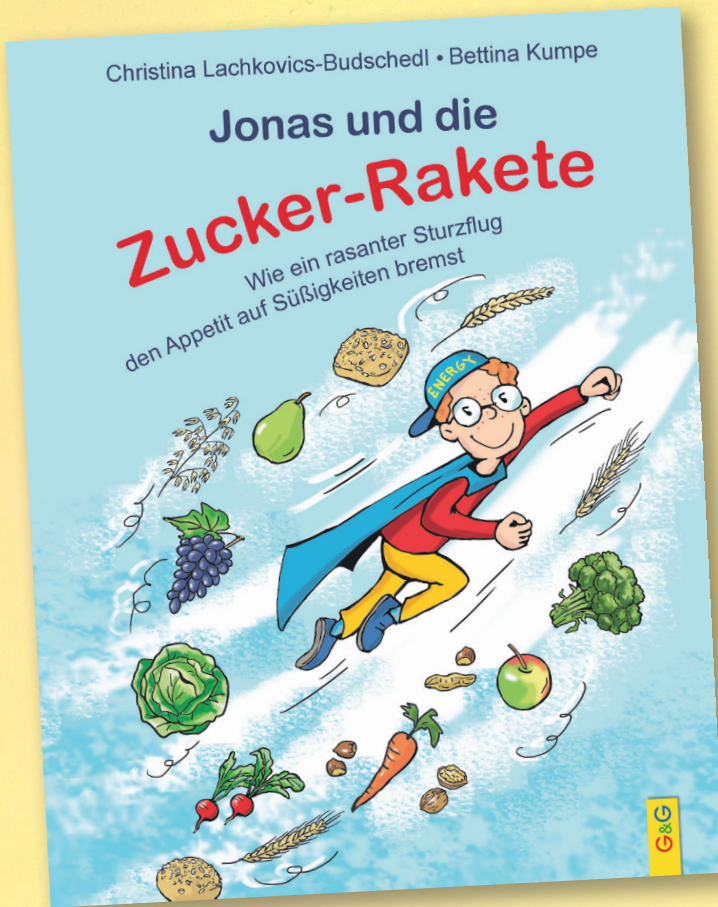


Gesunde Ernährung für Kinder



Warum ist das Frühstück so eine wichtige Mahlzeit?

**Was macht länger satt:
ein Obstkuchen oder ein Käsebrod?**

Wie viele Zuckerwürfel sind in einem Glas Saft?

Jonas hat ein außergewöhnliches Hobby: Er interessiert sich für alles, was mit gesunder Ernährung zu tun hat.

Das Außergewöhnlichste an Jonas ist aber eine blaue Baseballkappe mit der Aufschrift „Energy“, die ihm sein Opa geschenkt hat. Immer, wenn Jonas diese Kappe aufsetzt, verwandelt er sich in Enerkid und erlebt gemeinsam mit seinem besten Freund Anton die tollsten Ernährungsabenteuer.

Christina Lachkovics-Budschedl
Jonas und die Zucker-Rakete
Ab 5 Jahren, 32 Seiten + 12 Seiten Elternheft
21,5 x 27,5 cm, Hardcover
durchg. vierfarbig illustriert von Bettina Kumpe
Euro 14,99
ISBN 978-3-7074-1991-7
Lieferbar ab September 2016



- Von Ernährungsexpertin Christina Lachkovics-Budschedl
- Tipps zur richtigen Ernährung
- Mit beigelegtem Elternheft mit Rezepten



Bettina Kumpe

geboren 1964 in Braunschweig, studierte an der Hochschule für Bildende Künste in Braunschweig Industrial Design. Nach ersten Arbeitsjahren als Produktgestalterin begann sie ab 1996 vermehrt zu illustrieren. Heute zeichnet sie in vielen Bereichen: vom Kinderbuch über Schul- und Sprachbücher bis hin zu Cartoonkalendern und -karten.



Christina Lachkovics-Budschedl

führt seit dem Studienabschluss der Ernährungswissenschaften im Jahr 2000 Kinder, Erwachsene, Profisportler und betriebliche Klienten mit bodenständiger Expertise zu nachhaltigen Ernährungsumstellungen. Die Bestsellerautorin von „Kohlenhydrate sind keine Dickmacher“ tourt mit ihren erfolgreichen Kinderprojekten durch Österreich (Veranstaltungen auch für Buchhandlungen möglich) und hilft hunderten jungen Menschen bei ihren Fragen zu Ernährung, Essverhalten und Abnehmen. Sie lebt mit ihrem Mann und vier Söhnen in Maria Lanzendorf bei Wien. <http://www.fit10.at>

