

"Das starke Kind": die besten Rezepte für ein starkes Immunsystem



Allergische Reaktionen und Lebensmittel-Unverträglichkeiten nehmen auch schon bei Kleinkindern zu. Eine ausgewogene, naturbelassene Ernährung stärkt das Immunsystem und beugt Allergien und Krankheiten vor.

Das Kochbuch zeigt, wie Kinder – von der Geburt bis zur Pubertät – natürlich gestärkt werden. Mit vielen Tipps, Erklärungen und den besten "Starkmacher-Rezepten", die auch noch richtig gut schmecken. Die Rezepte sind gegliedert nach den Themen: Start in den Tag,

für Pause und Park, für Mittag und Abend. Auch Tipps, wie man selbst Gemüseverweigerer zu einer gesunden Ernährung motivieren kann, finden sich im Buch "Das starke Kind".

"Das starke Kind" von Dr. Claudia Nichterl

erschieden bei avBuch

Preis: EUR 19,90



Martina Limlei

Martina ist die Gründerin von Women30plus und weiß aus eigener Erfahrung, wie schwer es ist, Job, Familie und die eigenen Bedürfnisse unter einen Hut zu bringen.

Mehr über [Martina](#)

Ähnliche Beiträge



Eisgenuss ohne Reue

Cookies



Schick mir die Empowerment-News!

Ich möchte über folgende Themen informiert werden:

- Frische Ideen fürs Business
- Tipps zu Freizeit, Familie, Nachhaltigkeit
- Alles rund um Body & Mind

Du erklärst dich mit der Analyse durch individuelle Messung, Speicherung und Auswertung von Öffnungsraten und der Klickraten in Empfängerprofilen einverstanden. Eine Abmeldung ist selbstverständlich jederzeit möglich. Mehr Infos in der [Datenschutzerklärung](#).

Her damit!

NEUESTE BEITRÄGE

Die schönsten Bikinis und Badeanzüge

Gewinnspiel: heat_it – das smarte Gerät zum Behandeln von Insektensticken

Beauty Tipps gegen Rosazea

Scheidungsgrund: Kein Sex mehr in der Ehe

Duscharmatur: was du bei der Auswahl beachten solltest

Das möchtest du nicht verpassen!

Die beliebten Women30plus News informieren dich über frische Beiträge, Neuigkeiten, Gewinnspiele und Angebote. Sei dabei und immer top informiert!

Wähle aus, für welchen Themenschwerpunkte du dich am meisten interessierst, damit wir dich punktgenau informieren können.



Wir freuen uns auf dich!

*Pflichtfeld

Ich möchte über folgende Themen informiert werden:

- Frische Ideen fürs Business
- Tipps zu Freizeit, Familie, Nachhaltigkeit
- Alles rund um Body & Mind

Du erklärst dich mit der Analyse durch individuelle Messung, Speicherung und Auswertung von Öffnungsraten und der Klickraten in Empfängerprofilen einverstanden. Eine Abmeldung ist selbstverständlich jederzeit möglich. Mehr Infos in der [Datenschutzerklärung](#).

Her damit!

WORK

Bewerbung
Karriere
Wiedereinstieg
Selbständigkeit
Finanzen

LIFE

Wohnen
Partnerschaft
Familie
Schwangerschaft
Freizeit
Shopping
Nachhaltigkeit

BALANCE

Beauty
Ernährung
Gesundheit
Urlaub
Fitness
Wellness

ACADEMY

Work
Life
Balance

EXTRAS

Gewinnspiele
Reviews

