

Rätsel & Gewinne

Schaut!

**10 x
SUPER „COOLE“
KOCHBÜCHER
ZU GEWINNEN***



Kochen, Backen und Mixen auf die gesunde Tour – setzen Sie den richtigen Trend bei Ihren Kids, denn Bewegungsmangel und fal-

sche Ernährung sorgen dafür, dass unser Nachwuchs mit den Pfunden nur so wuchert. Die Langzeitfol-

gen sind gravierend: Herz- und Kreislaufkrankheiten und die so genannte Altersdiabetes schon in jungen Jahren. Eine gefährliche Entwicklung, die nicht nur für die

„Cool Cooking“ macht die Küche zur Party-Zone

betroffenen jungen Menschen, sondern auch für unser ganzes Gesundheitssystem mit massiven Risiken verbunden ist.

Genau hier setzt der Ernährungstrainer und Fitnesslehrer Frank Bauer mit seinem neuartigen Konzept an. Bauers Mission: die Kids zum Kochen bringen. Seine Methode: die Küche zur Partyzone erklären. Coole „Mucke“ (die Kids bringen ihre eigene Musik mit), coole Sprüche und jede Menge gute Laune – eine „Schluckimpfung“ der besonderen Art. Und es funktioniert!

Einige seiner besten und leckersten Rezepte hat der junge Ernährungsprofi nun in seinem ersten Kochbuch zusammengestellt.

„Cool Cooking – So macht Kochen mit Ihren Kids richtig Spaß“: für Eltern, die ihren Kindern in Sachen Ernährung mehr mit auf den Weg geben wollen als das Kleingeld für den nächsten Supermarkt. Das Buch kann in jedem Buchhandel oder bei amazon.de unter der ISBN 3-00-020187-4 bestellt werden.

