

Auflösung zum Trinktypen-Quiz

Sie haben 21 bis 25 Punkte

Sie wissen genau, was Sie tun!

Herzlichen Glückwunsch, beim Thema Wasser trinken macht Ihnen keiner etwas vor. Sie trinken nicht nur ausreichend und über den Tag verteilt – Sie verstehen gleichzeitig auch, warum dies so wichtig für Sie und Ihren Körper ist.

Behalten Sie dies bei und machen Sie genauso weiter! Zusätzlich können Sie Ihr Wissen und Ihre Vorbildfunktion nutzen, um Kollegen oder Freunden, die gerne einmal vergessen, genügend Wasser zu trinken, zu helfen und diese daran zu erinnern, welche positive Effekte genügend Flüssigkeit für den Körper hat.