

“Wasser als Lebenselixier” - das Quiz zum Gesundheitstag

Gewinnt
tolle
Preise

Duschen, trinken, Zähne putzen:
Wie viel Wasser verbraucht ein
Mensch in Deutschland
durchschnittlich an einem Tag?

A 12,5 Liter

B 125 Liter

C 450 Liter

Wie viel Liter Wasser verliert ein
Erwachsener ohne körperliche
Belastung täglich?

A Etwa 1 Liter

B Etwa 2,5 Liter

C Etwa 3,5 Liter

Welche Symptome weisen auf
einen Flüssigkeitsmangel hin?

A Kopfschmerzen,
Schwindel, dunkler Urin

B Trockene Augen,
Bauchschmerzen

C Heiserkeit, juckende
Haut, Sodbrennen

Wie viel Liter Wasser sollte ein
Erwachsener am Tag mindestens
trinken?

A 1 Liter

B 1,5 Liter

C 3 Liter

Wie viele Kalorien kann man
sparen, wenn man einen Liter
Wasser statt Cola oder Limo trinkt?

A Mehr als 200
Kilokalorien

B Mehr als 400
Kilokalorien

C Mehr als 600
Kilokalorien

In **welchen** Körperbestandteilen
ist der Wasseranteil am
niedrigsten?

A Muskeln

B Blutplasma

C Körperfett

Welchen Anteil besitzt Wasser
ungefähr im Körper?

A Die Hälfte bis zwei
Drittel

B Rund 40%

C Mehr als drei Viertel

Welcher Prozess führt, neben der
Ausscheidung von Urin und
Schwitzen, zu Flüssigkeitsverlust?

A Essen

B Sprechen

C Einatmen

Mit mindestens sechs richtigen Antworten kommen Sie in den Lostopf und erhalten bei Gewinn eine Information zur Abholung Ihres Preises von uns.