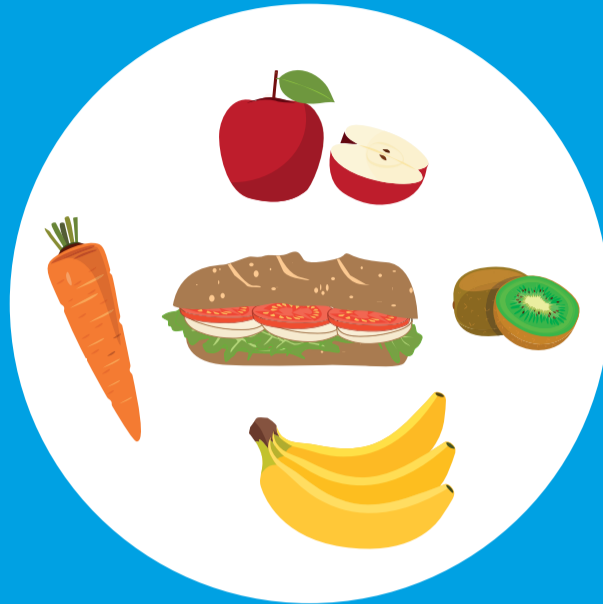


5 Tipps für ein starkes Immunsystem im Herbst und Winter



2 Vitaminreich
essen



1 Bewegen an der
frischen Luft



3 Genug trinken,
mindestens 1,5 Liter



5 Passend kleiden



4 Mindestens 7 Stunden
schlafen