

Bildnachweis

Alle Abbildungen stammen von den Autoren, der Ernährungs Umschau und bzw. den bei den Abbildungen angegebenen Quellen, soweit nicht nachstehend angegeben. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte ggf. an die Redaktion.

- Titel:** istock photo/©Liza McCorkle
- S. 434:** li. Fotolia/Lev-Olkha, mi. 5 am Tag, re. Bilderbox, u. Fotolia/Kzeno
- S. 435:** li. Max Tactic, mi. VDOE, re. Fotolia/Digitalpress
- S. 436:** o. Bilderbox, u. li. Bilderbox, u. 2. v. li. HR/Benjamin Knabe, 3. v. li. Fotolia/Robert Lerich
- S. 439:** Bilderbox
- S. 441:** Fotolia/Aliaksei Hintau
- S. 443:** o. re. 5 am Tag
- S. 447:** Techniker Krankenkasse
- S. 451:** Monkey_Business_Fotolia
- S. 461:** li. Fotolia/Max Tactic, re. Fotolia/Klaus Epele
- S. 462:** Fotolia/Erwinova
- S. 467:** li. Fotolia/Klaus Epele, mi. Fotolia/Erwinova, re. Fotolia/Max Tactic
- S. 469:** Bilderbox
- S. 470/471:** CNPPsupport. USDA Center for Nutrition Policy and Promotion, 3101 Park Center Drive Suite 1034, Alexandria, VA 22301. Mit frdl. Genehmigung
- S. 480:** VDO_E
- S. 482:** BDEM
- S. 488:** li. Kzenon/Fotolia, mi. Bilderbox, re. Fotolia/Christian Jung
- B 30:** Fotolia/Sebastian Kaulitzki
- B 31:** Fotolia/monkey business