



### Hinweise für die Kursleiterin / den Kursleiter:

Teilen Sie die Tabelle an Ihre TN aus. Jede/r TN notiert zunächst in Stillarbeit Tipps. Diese können dann in Kleingruppen zusammengetragen und ergänzt werden, bevor sich die Gruppen gegenseitig befragen.

sich müde fühlen						
oft erkältet sein						
sich nicht wohl fühlen						
sich oft ärgern						
sich nicht konzentrieren können						

