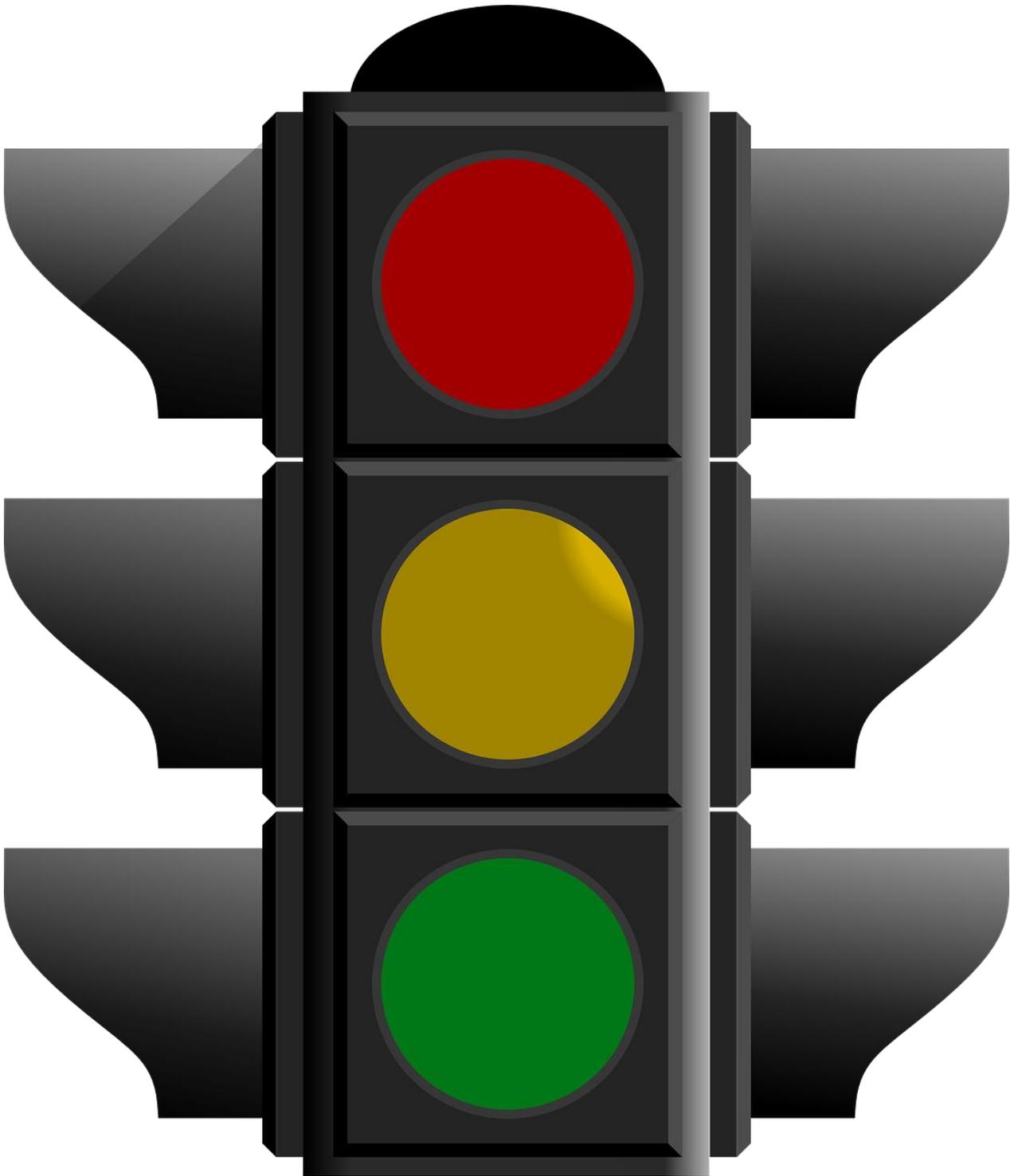

Die Gefühlsampel



Wie groß ist deine aktuelle (Stress-)belastung?

Grüner Bereich = volle Arbeitsfähigkeit, keine Pause notwendig

Gelber Bereich = Konzentration lässt nach, eine Pause wäre sinnvoll

Roter Bereich = Leistungsfähigkeit stark belastet, eine Pause ist zwingend erforderlich