

Fast umgekippt im Unterricht!

Beitrag von „carla-emilia“ vom 30. November 2005 22:04

Hallo,

vielen Dank für eure Antworten!

Ich denke, es war eine Mischung aus Dehydrierung (zu wenig getrunken, vor allem am Vortag, wo wir bis weit in den Nachmittag Konferenz hatten), chronischem Schlafmangel (pro Nacht max. 6 Std. - ich bräuchte mind. 8) und Stress.

Hoffentlich bin ich morgen wieder fit - ich habe nämlich erst vor ca. drei Wochen eine ganze Woche lang gefehlt, weil ich krank war.

Liebe Grüße,
Carla-Emilia