

Wie wachbleiben...

Beitrag von „Quesera“ vom 30. August 2006 21:19

ohne Kaffee und Cola (mag ich beides nicht)??

Nachdem ich am Sonntag bis 2.15 Uhr am Schreibtisch saß, gestern bis 1.30 Uhr, gestern Seminar und heute meine ersten eigenverantwortlichen Stunden hatte, bin ich jetzt gerade totmüde.

Ich muß heute noch so einiges für die vier Stunden morgen vorbereiten, nach der Schule ins Seminar etc.

Irgendwie muß ich bis zum Freitag vormittag wachbleiben... 😊 Aber gerade könnte ich auf der Stelle einschlafen. Dabei ist das Schuljahr erst drei Tage alt und die Arbeit wird sich noch um ein Vielfaches steigern.

Was hilft um wachzubleiben (außer - wie gesagt - Cola und Kaffee)??

Ich habe noch keinen Weg gefunden, um mit der Arbeit hinzukommen und dabei genug Schlaf abzubekommen. Nur irgendwie kann das doch auf die Dauer nicht gehen, oder?

Brauche Tips von "erfahrenen Hasen". 😊

Hundemüde Grüße 😞 ,
Quesera