

# **Tipps, wie man ermüdfrei durch den Arbeitstag kommt**

**Beitrag von „lamaison“ vom 20. November 2019 21:07**

Bei uns ist es auch erlaubt. Manchmal sage ich auch zu meinen Erstis: 5 Minuten Trinkpause. Wir haben erst nach 3 Schulstunden Hofpause.