

# **Schulpause und Entspannung- wie möglich?**

**Beitrag von „Fraggles“ vom 11. Januar 2020 15:09**

Ps. Ich kann nur jedem raten, auf Toilettengänge nicht zu verzichten. Das Verkneifen kann zu irreversiblen Blasenausweitungen führen. Inklusive Folgeproblemen, vor allem bei Männern. Jetzt denkt der Leser: fraggles, das ist aber sehr direkt.

Ja, manches muss man direkt sagen.

Und ich übe auch, den Schritt zu verlangsamen und bewusst zu gehen, wenn die Zeit mal wieder besonders knapp ist.

Vielelleicht sollte ein Gros der Kollegen beim Mühlen-Spiel nicht mitspielen. Die Schule funktionierte ohne Stechschritt sicherlich auch.