

# Wie haltet ihr euch wach/ stellt ihr eure Leistungsfähigkeit wieder her?

**Beitrag von „Hermine“ vom 8. September 2005 14:33**

\*Melosine mal schnell einen Beruhigungstee koch und rüberreich\*

Komm, Melo, das packst du doch locker!

In ein paar Tagen hast du den ganzen Quark hinter dir und festgestellt haben, dass man das durchaus überleben kann.

Gönn dir eine warme Schaumbad-Badewanne zum Einschlafen und vielleicht ein bisschen Tee zur Beruhigung.

Das wird schon!

Eine ganz dicke Umarmung!

Hermine