

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

**Beitrag von „Maria Leticia“ vom 8. September 2005 06:47**

Wenns nicht mehr geht Schlafen gehen, und sei es auch nur für ein paar Stündchen. Danach arbeite ich viel effizienter.

LG

Maria Leticia