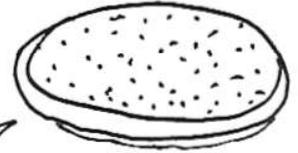
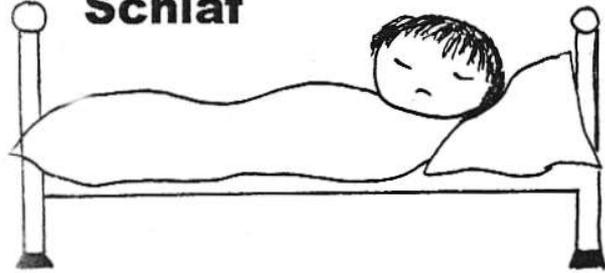


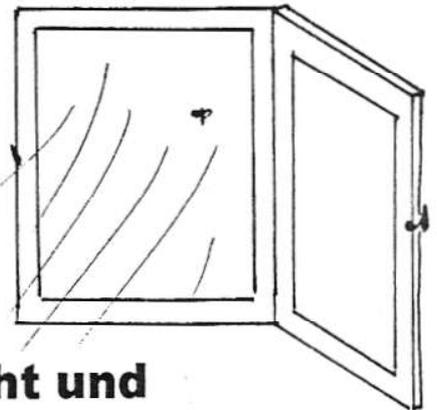
Zum Lernen brauchst du:

**ausreichend
Schlaf**



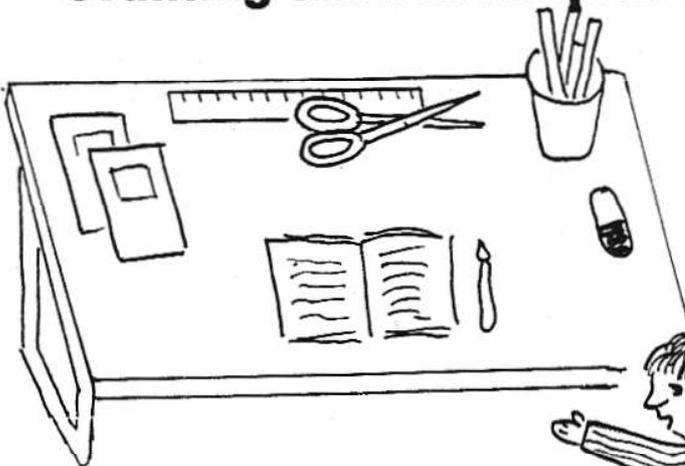
**viel zu trinken und
gesundes Pausenbrot**

Ruhe !

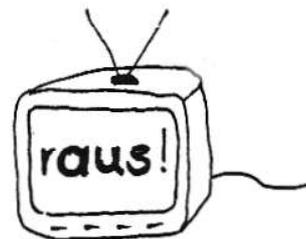


**Licht und
frische Luft**

**ordentliches Werkzeug,
Ordnung am Arbeitsplatz**



**ausreichend Zeit und
dazwischen kurze Pausen**



körperliche Bewegung; besser als zu viel Fernsehen

