

Laufzettel

Stationenlernen

Bitte tragen Sie auf diesem Laufzettel die Namen Ihrer Gruppenmitglieder ein:

.....

.....

.....

.....

Wenn Sie die Arbeit an einer Station beendet haben, haken Sie dies unter „erledigt“ ab.



Foto: Fotolia/Robert Kneschke

Stationsnummer	erledigt ✓
Station 1 Das macht Stress	
Station 2 Stressalarm: mögliche frühe Warnsignale	
Station 3 Am Limit: eine Stressgeschichte	
Station 4 Komm mal runter: Tipps für den Akutfall	
Station 5 Relax: So manage ich meinen Stress besser	
Station 6 Alles im Einklang?	