

Wie bleibe ich gesund und fit im Homeoffice?

Nutzungshinweis: Während du dem Video zuhörst, empfehlen wir dir deine Notizen auf dieser Liste festzuhalten. Während du deine Augen entlang der Buchstaben bewegst und zuhörst, verknüpft dein Gehirn das Gesprochene mit Worten. Du wirst wie von Geisterhand Assoziationen bilden und an einem Buchstaben hängen bleiben, weil dein jetziger Gedanke bzw. das was du vom Gesprochenen aufgenommen hast, mit diesem Buchstaben beginnt. Trage dazu einfach Stichpunkte in die jeweilige Zeile ein. Starte bitte jetzt das Video. Du kannst es auch zwischendrin stoppen, um deinen Gedanken zu beenden.

A	
B	
C	
D	
E	
F	
G	
H	
I	
J	
K	
L	
M	
N	
O	
P	
Q	
R	
S	
T	
U	
V	
W	
X/Y	
Z	