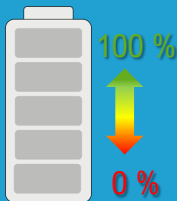




Energiehaushalt – Energielieferanten und –räuber identifizieren

Die Identifizierung
persönlicher Energieräuber
und Energielieferanten ...



hilft dabei,

- das eigene Energielevel im Blick zu behalten.
- auch in stressigen Situationen fit und leistungsfähig zu bleiben, indem Sie bei Bedarf wieder auftanken.
- Ressourcen effizient aufzuteilen.





Identifizieren Sie Ihre Energieräuber
und Energielieferanten.



Meine Energieräuber
(Aspekte, die mir Energie nehmen)



Meine Energielieferanten
(Aspekte, die mir Energie geben)



Hier geht's zu den
Arbeitsblättern & Videos!