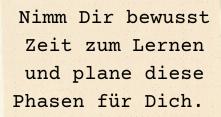
//////

Je intensiver Du mit dem Lernstoff arbeitest, desto mehr behältst Du.

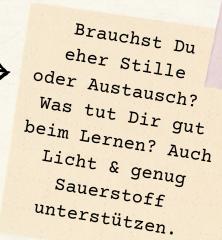


Verwende die passenden Lernstrategien.





Gestalte
Deinen
Lernraum nach
Deinen
Bedürfnissen.





Was sind Deine
Stärken? Wann und
wie kannst Du gut
lernen? Wann lief
es mal besser?
Oder gut? Was
hilft Dir?



Kenne und nutze Deine Stärken und Ressourcen.



Dein Lernen

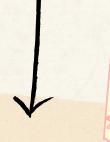
positiv beeinflussen



Achte darauf, dass Du genug trinkst und Dich gesund ernährst.



Plane
ausreichend
Wiederholungen
ein, sie
festigen das
Gelernte.



Ein für Dich kraftvolles Motto oder ätherische Öle (Zitrusfrüchte und Minze) fördern die Motivation. Ausreichend
Schlaf und Pausen
sind wichtig Dein Körper
braucht Erholung
und Entspannung.