

**Gesundheits-Protokoll** von .....Wochen .....

Stunden	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Schule														
Sitzen														
Sport														
Unterwegs														
Medien														

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Frühstück														
Pause														
MittagsMZ														
Snack														
AbendMZ														
Süßes														
Getränke														

*geschätzte Menge: xxx viel xx mittel x wenig*

zu viel														
zu wenig														
Smiley.....														

*zu viel: ich hätte weniger gebraucht zu wenig: ich hätte mehr gebraucht*

Stimmung:

