

# Belastung zu hoch? Achte auf Dich!



«Ich bin bei der Arbeit oft unkonzentriert.»

«Ich reagiere teils gereizt und bin schlecht gelaunt.»

«Ich schlafe häufig unruhig.»

**Nimm die Signale Deines Körpers ernst! Such das Gespräch mit  
Deinem Vorgesetzten. Deine Gesundheit liegt ihm am Herzen.**