

MEIN RUHEPLATZ

HIER IST MEIN PLATZ

Wo möchtest du dich zurückziehen?

SO FÜHLT ES SICH FÜR MICH GUT AN

Kreuze an, ergänze oder lass offen, was für dich passt.

- | | | | | |
|------------------|------------------------------|--|-----------------------------------|------------------------------|
| Licht | ☐ hell | ☐ gedimmt | ☐ Tageslicht | ☐ anders |
| Geräusche | ☐ Stille | ☐ leise Musik | ☐ gleichmäßig | ☐ anders |
| Unterlage | ☐ weich | ☐ fest | ☐ glatt | ☐ anders |
| Nähe | ☐ allein | ☐ jemand in der Nähe | ☐ Tür offen | ☐ anders |

Das ist mir außerdem wichtig:

SO ZEIGE ICH, DASS ICH EINE PAUSE BRAUCHE

Ein Satz oder ein Zeichen, das andere verstehen können.

DAS PROBIERE ICH ALS ERSTES AUS

