

Gesundheit.

Lesen Sie die Aussagen und kreuzen Sie an.

	immer	meistens	oft	manchmal	selten	nie
1. Ich benutze den Aufzug.						
2. Ich fahre mit dem Auto zur Arbeit.						
3. Ich fahre mit dem Fahrrad.						
4. Ich gehe spazieren.						
5. Ich mache Sport.						
6. Ich bin ein Mitglied in einem Sportverein oder ich mache einen Fitnesskurs.						
7. Ich bewege mich regelmäßig am Arbeitsplatz.						
8. Ich ernähre mich gesund.						
9. Ich habe müde Augen.						
10. Ich mache regelmäßig Bildschirm-Pausen.						
11. Ich mache Augenübungen.						
12. Ich mache Gymnastik oder Körperübungen.						
13. Ich habe Kopf- und Rückenschmerzen.						
14. Ich gehe zum Arzt.						