

# ZU WARM? ZU KALT?

## DER NACKENTEST

warm u. feucht: - Kleidung  
kühl: + Kleidung  
warm u. trocken: OK

## DER HAUTTEST

marmoriert: + Kleidung  
blass/bläulich: + Kleidung  
rot gefleckt: - Kleidung

## DER FUSSTEST

kalt: + Kleidung

## DER SCHLAFTEST

unruhig: + Kleidung

