

FeelNow

- Anxiety-Tracker -

über uns..



back



E-Mail

Password

or

Create a account

Logo

Hast du gerade
eine Attacke?

Ja



Tipps & Tricks

Getrackte Attacken

Mein Konto

TIPPS & TRICKS

- ▷ wavy line
- ▷ wavy line
- ▷ wavy line

back

Name

Vorname

Alter

Geschlecht

NF-Kontakt

E-mail

Password

create

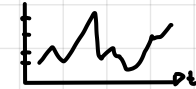
Datum: dd/mm/jg und Zeit: hh:min

NF-Kontakt informieren
→ Soforthilfe 147 ←

- Gefühlsalphabet: ← drop down zum Auswählen
- Körperliche Symptome: = = ← aus einer List. Auswählbar
- Gedanken: (Frei Text)
- ORT: (Frei Text) Auswahl aus drop down und Freitext
- Wer war dabei?: "
- Mögliche Trigger: "
- Stärke 1-10 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
- Dauer: h min → Drop down möglichkeit
- Beurteilung nach der Attacke: 1-10 System

Speichern

Meine Attacken



Übersicht/
Auflistung
der Attacken

So viele Tage
ohne Attacke
zuerst so! >

Was hat mir
geholfen

Datum: dd/mm/jg und Zeit: hh:min

NF-Kontakt informieren
→ Soforthilfe 147 ←

- Gefühlsalphabet: ← drop down zum Auswählen
- Körperliche Symptome: = = ← aus einer List. Auswählbar
- Gedanken: (Frei Text)
- ORT: (Frei Text) Auswahl aus drop down und Freitext
- Wer war dabei?: "
- Mögliche Trigger: "
- Stärke 1-10 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
- Dauer: h min → Drop down möglichkeit
- Beurteilung nach der Attacke: 1-10 System

Speichern