

Self-Care im Lehrerberuf

Beitrag von „MrsPace“ vom 13. Juni 2021 00:02

Ich übe ein recht aufwändiges Ehrenamt aus. Zeitaufwand ca.10-12 Stunden pro Woche. Außerdem bin ich (zusätzlich) jeden Tag mind. 1,5 Std an der frischen Luft.