

NUR noch krank - wie habt ihr euch abgehärtet?

Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 18. Februar 2024 21:22

[Zitat von treasure](#)

Mein Vitamin-Spiegel

Vitamin D?

Ich lasse meinen Spiegel 1x im Jahr bestimmen und nehme in den Wintermonaten auch Vitamin D, da der Spiegel oft (deutlich!) zu niedrig ist.