

Depressive Verstimmung oder so

Beitrag von „Piksieben“ vom 1. März 2024 19:50

Ja, Vitamin D-Mangel ist weit verbreitet. Wobei ich trotzdem glaube, dass das nicht alles ist. Ich merke es gerade heute, es war endlich mal ein bisschen sonnig und sofort geht es mir besser, ich bin draußen und aktiv und die Müdigkeit ist wie weggepustet.

Der Februar ist immer so ein doofer Monat, man hat den Winter satt und alles zieht sich. Bin froh, dass es anderen auch so geht, ich dachte schon, ich werde alt 🤖

Für die nächsten Tage ist auch Sonne angesagt 🙌 Habt ein schönes Wochenende!