

Seid Ihr öfter oder anders krank seit Corona?

Beitrag von „Kathie“ vom 23. Dezember 2024 15:44

Und wenn man akzeptiert, dass es Zeiten gibt, wo außer Spazierengehen auf dem Weg zur Kita oder ein bisschen Bewegung hinter dem Kinderwagen / am Spielplatz nicht drin ist, und dass wieder andere Zeiten kommen (zu denen man dann zugegebenermaßen seinen Schweinehund überwinden muss - was man aber sowieso tun wird, wenn einen die gezwungenermaßen sportlose Zeit nervt), dann geht es einem wahrscheinlich besser, als wenn man sich völlig utopische Ziele setzt, die rein nüchtern betrachtet nicht umsetzbar sind und die einen täglich an sich selbst zweifeln lassen.