

# **Seid Ihr öfter oder anders krank seit Corona?**

**Beitrag von „treasure“ vom 20. Februar 2025 14:21**

chemikus08

Ich danke dir für deine Warnung und deine Gedanken dazu. Tut mir leid, dass du diese Erfahrung machen musstest, geht es dir jetzt wieder komplett gut oder musst/willst du aufpassen?

Ich denke nicht, dass ich ein Stress-Junkie bin. Ich habe gern zu tun, das schon, aber ich habe nur eine Vier-Tage-Woche, weil ich dann gerne ein Wochenende habe, an dem ich total entschleunige. So beuge ich jeglichem Burnout oder zu dollem Stress vor. Am Wochenende mache ich dann viele Dinge, die mir Spaß machen - oder auch mal überhaupt nichts, um einfach nur Ruhe und Frieden zu tanken. In der Regel passt diese Balance ganz gut und ich nehme an, du hast dann wesentlich mehr durchgezogen, oder?

Bei mir ist es einfach nur die Rechnung: ich möchte auch noch Tage ohne Fremdbestimmung haben (oft genug sind ja auch Auftritte am Wochenende, das wäre dann ohne den Freitag sofort wieder rum), dafür muss ich aber die anderen Tage dann ranklotzen. Und heute nach Hause zu kommen und zu wissen: "Nach dem Klaviernachmittag nachher ist Wochenende", ist schon auch echt klasse. Ich hoffe daher, nicht gefährdet zu sein, aber man kann das ja mal kontrollieren lassen, ob das Herzerl in Ordnung ist. =) Danke für den Tipp!