

Verbeamtung trotz Übergewicht? Gehalt ohne Verbeamtung?

Beitrag von „CDL“ vom 12. März 2025 21:07

Zitat von Adonna

Das tue ich. Ich habe eine Körperfettwaage und messe auch regelmäßig. Es ist erstaunlich, was der Körper alles so für Veränderungen durchmacht. Aber nichtsdestotrotz muss das Gewicht ja auch runter. Und für mich war es halt ein Schock und ein Stück weit Erleichterung zugleich zu hören, dass mein Körper da aktiv gegen mich arbeitet. Einerseits erleichtert, dass es dann wohl doch nicht mein eigenes Versagen ist, andererseits geschockt, dass es für mich einfach doppelt und dreifach so hart sein wird mein Ziel zu erreichen. Naja.. muss ich jetzt durch.

Ich weiß, wie sich das anfühlt, wenn der Körper nicht so mitzieht beim Abnehmen, wie erhofft, habe ja selbst diesbezüglich ein Hindernis mit der Fettverteilungsstörung. Nachdem ich den Teil nicht ändern kann, konzentriere ich mich stattdessen auf das, was ich ändern kann. Halt dich an dem Teil , den du ändern kannst fest und mach weiter für dich, dann erreichst du deine Ziele einfach mit etwas mehr Zeit. Und nicht vergessen: Zwischendurch einfach auch stolz auf dich sein, weil du dir den langen Weg wert bist und dauerhaft etwas geändert hast.