

Überlastung

Beitrag von „state_of_Trance“ vom 28. April 2025 20:52

Ich habe auch als ich extrem auf meine Ernährung geachtet habe bei Freunden und im Restaurant gegessen, was ich wollte. Ich habe an solchen Tagen einfach zuhause unfassbar vernünftig gegessen, um das auszugleichen.