

# **13.02.2026**

Immer wieder: pacing lernen!

---

# **25.01.2026: Beistand**

Pacing bei Long-Covid!

Wie umgedacht werden muss, um Betroffene zu verstehen!

---

# **16.01.2026**

Wollen und nicht können

---

# **12. Januar 2026**

Crashes bei Long-Covid: Ich habe zu wenig für mich gesorgt ...!

---

# 10.12.2025

Sichtbar oder unsichtbar

---

## Wachsamkeit und ,guter Schlaf‘

Wachsamkeit und ,guter Schlaf‘ – Zum ersten Advent.