

Covid-19: Was ich nicht kontrollieren kann

(Also kann ich diese Dinge außer Acht lassen)



Was ich kontrollieren kann

(Also werde ich mich darauf fokussieren)



wie andere reagieren



vorhersagen, was passieren wird



die Maßnahmen meines Arbeitgebers



ob andere sich an die Regeln der sozialen Distanzierung halten



meine positive Einstellung



wie ich den Tag gestalte



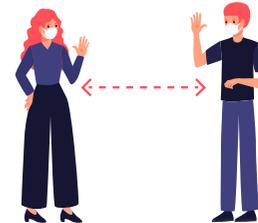
wie ich die Empfehlungen des RKI befolge



Die Nachrichten ab und zu ausschalten



für mich nach Lösungen suchen



wie ich mit anderen umgehe



wie lange das Ganze dauern wird



die Maßnahmen der Politik



die Menge an Toilettenpapier im Supermarkt