

Sonntag, 30. März 2008

## **Sommerzeit**

Jedes Jahr derselbe Stress! Kaum hat man sich mit der Winterzeit und dessen gesundheits-schädlichen Folgen auf das vegetative Nervensystem arrangiert, muss man die Uhren schon wieder auf Sommerzeit umstellen. Dass in Bayern die Uhren anders gehen, wissen wir. Nicht wahr? Beckhuber! Aber wie war das gleich noch mal? Eine Stunde vor oder eine Stunde zurück? Das ist ja auch zu blöd. Also logisch vorgehen. Energie sparen wollte man damals. Wieder so ein grüner Plan, der nicht aufging, aber gleichwohl zu mehr Lebensqualität beiträgt. Überlegen wir doch mal. Eine Stunde zurück? Dann wird's früher dunkel und eher hell. Die Bäcker brauchen also weniger Licht am Morgen und die Studenten, die auf dem Nachhauseweg sind, auch. Hier wird also Energie gespart. Wenn es früher dunkel wird, gehen die Menschen eher ins Bett. Auch das spart Energie. Vorausgesetzt, es wird auch geschlafen. Also eindeutig eine Stunde zurück? Oder eine Stunde vor? Es bleibt länger hell. Alle sind länger auf und verbrauchen dabei mehr Strom, fürs Fernsehen, für den Computer oder für die AirCon, wenn heiß die Sonne ins Büro brennt. Oder doch weniger, weil weniger Licht eingeschaltet wird? Aber morgens um 05:00 Uhr ist die Welt nicht nur in Ordnung, sondern auch wieder dunkel, was mehr Licht benötigt. Brauchen wir jetzt abends mehr Strom als morgens oder weniger, oder Dienstags im Freien? Und wer hat überhaupt überall all diese kleinen Uhren eingebaut, die wir jetzt umstellen sollen! Im Fax ist eine Uhr, im Radiowecker und sogar im Herd finde ich eine. Ja, wer braucht denn alle diese Uhren? Und wo finden sich die Bedienungsanleitungen dazu? Wenn selbst die Uhr im Tachometer der KFZ-Meister nicht stellen kann? Wisst Ihr was? Jetzt sind beim Transrapid, dem Stoibertrain, die Lichter aus, dann kann ich meine Uhren auch lassen, wie sie sind. Dann stimmen sie wenigstens im Oktober wieder. Was man von der CSU nicht unbedingt wird behaupten können.

Geschrieben von Kai Falkenberg in Deutschland ein Sommermärchen um 12:00

Fakt ist, dass durch die Umstellung, wenn man eher der Feinfühlige ist, eine Menge Energie verloren geht. Durch gute Büroorganisation kann man den Stress verringern. Meist ist man auch durch die Zeitverschiebung so müde, dass man den Alltagsstress nicht richtig bewältigen kann. Man sollte Ruhe bewahren und den Tag einfach vorsichtig beginnen, so als wäre er, wie jeder andere. Erstmal Büroorganisaton schaffen. Lernen Sie, wie man  
Anonym am Mai 21 2008, 18:32