

# **macht ihr nach der schule ein mittagsschlafchen?**

## **Beitrag von „schlauby“ vom 19. November 2008 19:16**

mittagsschlaf lieber nicht (wäre den restlichen tag matschig)... aber 2 stunden brauch ich locker zum runterkommen. in dieser zeit läuft bei mir gar nichts intellektuelles (ablage sortieren, hörspiele, ausgiebig kochen, manchmal auch glotze, internet, etc.).

aber am freitag nachmittag fall ich mitunter in einen "ohnmachtsschlaf". mein ganzer körper schreit danach, sonst kann ich den freitagabend nicht genießen!

p.s. mittagsschlaf ist wohl ohnehin ein grundschulspezifischer luxus. ich könnte mit voller stelle (29 stunden unterricht) einen mittagsschlaf einrichten, wenn ich es wollte. ist von daher wohl echt nur ein thema für uns primarstufenlehrer ohne (klein-)kind. aber ich fände es völlig okay, wenn jemand sagt, ihm geben diese schlummerminuten power für den restlichen tag. hab mal von einem rathaus gehört, dass für seine beamten einen schlummerraum eingerichtet hat...