

die letzte nacht in den ferien bzw. die nacht vor dem arbeitsbeginn

Beitrag von „klöni“ vom 13. Januar 2009 13:35

Wir Kurzsichtigen haben einen kleinen Vorteil. Morgens einfach nicht sofort die Brille aufsetzen, sondern sich erst einmal im Halbdunkel der Dioptrienblindheit zur Kaffeemaschine oder den Teebeuteln tasten. Das kann helfen, den Schrecken des frühmorgendlichen Aufstehens und v.a. des ersten Blickes in den Spiegel zu mildern.

Bei mir steht eine Ikea Storm Tischleuchte mit beigefarbenem Pergamentpapier am Bett. Die Energiesparlampe braucht einiges an Zeit, um hell zu leuchten, nachdem sie eingeschaltet wurde...

Aber dieses Wake-up Light muss ich mir merken. Ist da trotzdem ein akustisches Signal zu hören?