

# Schulfreier Tag möglich?

**Beitrag von „Krabappel“ vom 17. Januar 2018 16:57**

## Zitat von Pausenbrot

... keine Vorbereitungen, auch keine E-Mails checken usw. Aus reinem Selbstschutz.  
Manche würden es vielleicht auch Achtsamkeit nennen.

Genau genommen heißt Achtsamkeit, dass man das, was man tut, bewusst tut, ohne an etwas anderes zu denken. Auch die Arbeit könnte man achtsam begehen...

Zum anderen Teil der Frage: selbstverständlich sollte man einen zusätzlichen freien Tag nehmen, wenn man Teilzeit arbeitet, sonst kann man sich die Teilzeit sparen.

Ich arbeite Vollzeit und mache samstags garnix für Schule. Da ist sowieso Putz- und Einkaufstag  


Ich will gepflegt rumhängen und mit meiner Familie was machen. Ab und an komplett Abzuschalten finde ich lebenswichtig.