

# Der berühmte Lehrermittagsschlaf

**Beitrag von „Hermine“ vom 23. November 2003 13:54**

Also, da kann ich nur einen Tipps geben:

Schauen, zu welchem Zeitpunkt Zug an deiner Station anhält und dann Handywecker danach stellen.

Bei mir ist das kein Problem, weil ich immer wieder vom Ruckeln des Zuges geweckt werde und das zum Glück meistens zwei Station bevor ich rausmuss....

Einen guten Schlaf und geh doch heute mal früher ins Bett- ohne Wenn und Aber und ich muss aber doch noch- ab und zu braucht man das einfach!

Lg, Hermine