

# Motivationsspritze

Beitrag von „s3g4“ vom 23. Juni 2025 15:14

[Zitat von state\\_of Trance](#)

[Schmidt](#) pack lieber dein Flame Shield aus, ich spüre schon die Kommentare kommen, dass deine Zeitangaben alle nicht passen würden. 😊

Ich mache das mal nach der Methode der Umfrage von neulich, die sich mit Außenwahrnehmung beschäftigt hat.

[Zitat von Schmidt](#)

Eine Woche hat 168 Stunden. Davon verbringt man durchschnittlich (ohne Kinder im Haus)

41 **25** mit Arbeit (morgens recht haben, nachmittags frei)

56 Stunden mit Schlaf

5 Stunden mit Fahrtwegen zur/von der Arbeit

5 **0** Stunden mit Hausarbeit (das macht die Haushaltshilfe, Standesgemäß)

10 **5** Stunden mit Essen und dessen Zubereitung (siehe oben)

Alles anzeigen

Also bleibe 77h, 3,2 Tage.