

Allg. Frage: Wann geht ihr abends schlafen?

Beitrag von „Prusselise“ vom 25. Januar 2010 21:57

Das würde mich interessieren.

Ich benötige in der Regel viel Schlaf, aber ich komme gar nicht zum rechtzeitigen Schlafen, gehe selten vor 23 Uhr ins Bett, weil ich dann doch nochmal was arbeite oder hier schreibe 😊 Dann liege ich noch oft eine halbe Stunde bis 1 Std. wach, je nachdem, was am TAg passiert ist.

Eine Kollegin erzählte mal, dass sie selten länger als 20.15 Uhr aufbliebe und dann beim einem Film direkt am Anfang einschliefe.

Wann geht ihr so schlafen? Und wieviele Stunden reichen euch aus?

Erledigt ihr lieber abends noch was oder steht ihr eher mal früher auf um noch zu arbeiten?

Beitrag von „redfairy“ vom 25. Januar 2010 22:05

Ich geh so halb elf insbett, dann kann ich acht stunden schlafen.

weniger mag ich nicht 😊 (hab aber auch keine kinder)

Ich bin dann auch meist so müde, dass ich sofort einschlafe.

Spät abends erledige ich nicht so gerne was, dann lieber morgens.

Beitrag von „Schubbidu“ vom 25. Januar 2010 22:21

Ich schaffe es meistens auch nicht vor 23 Uhr ins Bett. Allerdings arbeite ich maximal bis 22 Uhr. Die letzte Stunde ist dann für den "gemütlichen Ausklang" reserviert.

Raus muss ich dann um 5 Uhr. In der Summe ist das wohl etwas zu wenig. Allerding kann ich auf dem Weg von und zur Schule noch jeweils eine halbe Stunde im Zug dösen.

Beitrag von „Schmeili“ vom 25. Januar 2010 22:33

Mein erster Gedankenblitz: Viel zu spät!

Meist ists zwischen 23 und 24 Uhr, um 6 Uhr stehe ich dann auf. Ab und an schaffe ich es dann aber nachmittags nochmal eine Stunde zu schlafen. Ansosnten schlafe ich am Wochenende immer länger..

Meist liegt es bei mir auch daran, dass ich noch etwas zu arbeiten habe oder durchs Netz surfe. Wenn ich z.B. bei meinem Freund bin und wir TV schauen, dann kanns auch bei mir passieren, dass ich um 21 Uhr auf der Couch schlafe. 😊

Beitrag von „NannyOgg“ vom 25. Januar 2010 22:51

Zu spät. Ich weiß es und kann doch nix dagegen tun.

Ganztagschule, Nachmittags/tw. abends Termine... selten vor 15 Uhr, eher um 17/18 Uhr daheim... tja...dann liege ich oft 'ne ganze Weile komatös auf der Couch. Nicht gut, aber momentan irgendwie nicht anders machbar. Meist rappel ich mich abends dann auf und meine hochkreative Phase habe ich dann gegen 9 oder 10 Uhr. Blöderweise bin ich anscheinend eine "Eule".

Wenn ich dann 'nen richtigen Arbeitsblattbastel- oder Kreativentwurfsflash habe, geht das durchaus mal bis 1 oder 2 - ich versuche das aber zu vermeiden und schaffe es mittlerweile meist so gegen Mitternacht ins Bett. Ob und wie schnell ich dann einschlafe hängt auch vom Gedankenkarussell ab, wie bei dir, Prusselise.

Ich arbeite dran (vor allem am gezielten Arbeiten und Nichtsovielverzetteln), glaube aber nicht dass ich mich komplett umstellen kann.

*Nanny*müdebinichkänguruh*Ogg*

Beitrag von „SunnyGS“ vom 25. Januar 2010 23:00

Auch hier: viel zu spät.

Ich muss gegen 6 raus und sollte daher zwingend spätestens um elf im Bett sein. Das wären dann 7 Stunden Schlaf. Schaff ich fast nie ... meist wird es gegen 12, gelegentlich noch später. Mein Kind geht meist so gegen 8 ins Bett, dann noch ein wenig Haushalt, Telefonate, Frühstück vorbereiten ... da wird es meist 21 Uhr ehe ich mit der U-Vorbereitung beginne.

Aber jetzt, jetzt geh ich ... dann komm ich heute zumindest auf knapp 7 Stunden.

Somit: Gute Nacht in die Runde! 

LG

Sunny

Beitrag von „Unnu“ vom 25. Januar 2010 23:26

 Jaja, der liebe Schlaf...

Also ich versuche das so zu timen, dass ich Minimum meine 5einhalb Stunden Schlaf habe, das passt. Wird es dauerhaft weniger, zeigt mir mein Körper nen Vogel und ich pfeff schon mal auf Moses, meinem Schreibtischstuhl, ein. Und falls hier jemand Moses kennen sollte, der weiss wovon ich spreche, da muss man wirklich schon kurz vor scheintot sein.

Ich weiss, 5einhalb Stunden sind nicht viel, aber irgendwie hat sich das so als relativ optimal eingependelt. Klar schlafe ich wenns geht auch mal länger, aber ich eben auch eher ne Nachteule und werde spät abends grad noch mal richtig fit. Dafür hab ich Mittags immer nen üblen toten Punkt.

Und wenn ich mich vor müde ins Bett quäle bringt eh nichts, weil ich nicht einschlafen kann.



Beitrag von „Ummon“ vom 26. Januar 2010 00:48

Ich gehe durchschnittlich um 0 Uhr ins Bett, wenn ich zur ersten Stunde raus muss (d.h. 6:30 aufstehen).

Normalerweise lese ich dann noch bis 0:15 oder auch länger, schlafe dann aber recht schnell ein.

Wenn ich später raus muss, gehe ich auch später ins Bett.

Ich bin wohl auch eher Nachteule und habe oft spät abends kreative Ideen, beschränke das Arbeiten am Unterricht dabei aber nicht auf abends, sondern einfach, "wann es mich packt" und ich Lust habe. Eines der Dinge, die ich an unserem Beruf mag 

Ich brauche 6 1/2 Stunden Schlaf, wenn es weniger sind, packt mich oft am nächsten Tag nach dem Arbeiten, meist nach dem Essen, die Müdigkeit und ein (Nach-)Mittagsschlafchen ist fällig. Und mehr als 6 1/2 kriege ich eigentlich nur am Wochenende

Beitrag von „Anja82“ vom 26. Januar 2010 10:19

Seit ich meine Tochter (2,5) habe, bin ich immer müde. 😊

Da der Nachmittag meiner Tochter gehört, kann ich nur abends ab 8 arbeiten. Ich arbeite aber maximal bis 10, denn ich brauche meine 8 Stunden Schlaf. Nachmittags hinlegen ist mit Kind leider nicht mehr wirklich.

LG Anja

Beitrag von „Friesin“ vom 26. Januar 2010 10:45

gehe gegen 22.30 schlafen und stehe um 6.15 auf.

Mittags schlafe ich nicht, nicht nur, weil wir Ganztagsbetrieb haben, sondern weil ich es nicht brauche.

Kann es sein, dass ich im Winter mehr Schlaf brauche als im Sommer ?

Beitrag von „Herr Rau“ vom 26. Januar 2010 13:21

Schlafe gegen 22.30 ein, stehe um 6.00 Uhr auf.

Beitrag von „*Stella*“ vom 26. Januar 2010 13:23

Ich sollte auch spätestens um 23.15 Ihr schlafen, aber das schaff ich meistens nicht. Morgens muss ich gegen 06.15 Uhr raus.

An sich bräuchte ich so 8h Schlaf, damit ich richtig fit bin, aber das schaff ich noch nicht mal am WE.

Aber beruhigend, dass es fast allen hier so geht.

Und die, die mit 5 1/2h Schlaf auskommen, bewundere und beneide ich zutiefst, da hat man ja viel mehr Lebenszeit.. 😊

Beitrag von „Unnu“ vom 26. Januar 2010 13:35

😂 Ja, das rede ich mir dann auch immer ein. Das hatte sich halt mal so eingebürgert und erwiess sich in der Zeit vom 1.StEx (Examensarbeit und Prüfungen) als äußerst praktisch. Da bin ich halt nebenher noch voll arbeiten gegangen, hatte noch zwei Seminare zu machen, ein Praktikum brauchte ich auch noch (wobei mir dessen Sinn bis heute verschlossen bleibt) und lernen und schreiben mussten halt auch zwischendurch mal sein. 😊

Kann schon sein, dass man im Winter mehr Schlaf braucht. Wenn man sich so umschaut, hängen da doch die meisten Menschen irgendwie durch. Zu wenig Sonne?

LG
Unnu

Beitrag von „Antigone“ vom 26. Januar 2010 14:08

Ich gehe spätestens um halb 10 ins Bett, wenn ich zur 1. Stunde unterrichten muss und daher um halb 6 raus muss. Dann lese ich noch bis 10, schlafe danach auch meist direkt ein. Wenn ich weniger als 7 Stunden Schlaf hatte, bin ich nicht richtig fit. Das frühe Schlafengehen nervt mich allerdings sehr, weil ich kaum einen Film im TV zuende gucken kann, mir meine Tage imemr so kurz erscheinen und ich sowieso kein Frühaufsteher bin. In den Ferien gehe ich nie vor 1 Uhr schlafen und stehe nie vor 9 Uhr auf (zum Glück sind Mann und Kind auch von jeher Langschläfer). Ich lebe also eigentlich ganz gegen meinen persönlichen Rhythmus, aber das gilt wahrscheinlich für die meisten. Was mich am meisten anlatzt ist der Unterrichtsbeginn an meiner Schule um 7.30. Finde ich angesichts der Schulzeitverkürzung, dem damit verbundenen halben oder regelrechten Ganztags komplett unzeitgemäß und weder schüler- noch lehrerfreundlich. Da können wir uns von anderen europäischen Ländern mal wieder ´ne Scheibe abschneiden.

Beitrag von „flocker“ vom 26. Januar 2010 15:27

Unterrichtsbeginn um neun wäre ein Traum für mich. Ich brauche morgens eine Weile, um fit zu werden.

Derzeit gehe ich auch meist zwischen elf und halb zwölf schlafen, um 6 klingelt der Wecker. Theoretisch bräuchte ich 7 Stunden schlaf um fit zu sein, aber eher ins Bett gehen funktioniert nicht, sonst sehe ich meinen Freund gar nicht mehr, der kommt immer erst um zehn heim...

Beitrag von „lordhelmchen21“ vom 26. Januar 2010 16:18

Ich habe immer ein Tief zwischen 19 und 20 Uhr. Manchmal gehe ich dann tatsächlich um 20.30 ins Bett. Sonst irgendwann zwischen 21 und 22 Uhr, selten später. Aufgestanden bin ich vorm Mutterschutz immer um 05.40.

Beitrag von „Prusselise“ vom 26. Januar 2010 16:35

Ich habe ab und zu auch die Möglichkeit ein bisschen früher schlafen zu gehen.

Wenn ich aber zeitig gehe, wache ich um 1 oder 2 Uhr nachts auf und fühle mich ausgeruht.

Um sechs bin ich dann wieder müde 

Und wenn ich - wie jetzt- viel Stress habe, dann wache ich jede Nacht ein bis zweimal auf. Manchmal schlafe ich wieder an, manchmal nicht.

Das ist nur in der Schulzeit so, in der ununterrichtsfreien Zeit schlafe ich wie ein Stein. Immer.

Beitrag von „Kiray“ vom 26. Januar 2010 16:42

Prusseliese: Unser Schlafverhalten ist absolut identisch...

Beitrag von „Prusselise“ vom 26. Januar 2010 16:57



Beitrag von „Steffchen79“ vom 26. Januar 2010 17:23

Ich gehe meistens so gegen 22 Uhr ins Bett und lese dann noch ein bißchen.

Mehr als 7 Stunden Schlaf sind bei mir aber nie drin. Stehe um 5.15 Uhr auf, gehe mit dem Hund raus und mache mich dann auf den einstündigen Schulweg 😞

Beitrag von „nofretete“ vom 26. Januar 2010 21:29

Habe mich hier in vielen Beiträgen wieder gefunden. 😊

Bin eine Nachteule, komme nie vor 23Uhr ins Bett, eher später (meist erst nach 24Uhr), stehe dann um 6.15Uhr auf. Normal komme ich mit 6Std. Schlaf aus, kann auch weniger sein (das geht aber nur ein oder zwei mal nacheinander). Am WE schlafe ich dann mehr, bin freitags auch immer vor 23Uhr müde.

Leider ist es bei mir so, dass ich nachmittags nach der Schule einen Tiefpunkt habe, wenn ich kann, schlafe ich dann 20Min., mehr darf es nicht sein, sonst werde ich wieder müde.

Dann bin ich aber abends nicht müde und um 24Uhr noch topfit, das Einschlafen klappt dann nicht immer schnell.

Wenn es nach meinem persönlichen Biorhythmus ginge, würde die Schule um 9Uhr, eher um 10Uhr anfangen, vor 9Uhr bin ich nicht fit.

Meine Hochphase, d.h. meine kreative Phase habe ich auch abends. :tongue:

Beitrag von „webe“ vom 27. Januar 2010 16:26

9 Uhr Schulbeginn wäre mein Traum und würde, meines Erachtens, auch dem Biorhythmus der meisten Heranwachsenden (vielleicht wachse ich ja auch noch...) entsprechen. Unsere Schüler müssen teilweise schon um kurz vor 7 den Schulbus besteigen, der über die Dörfer tuckelt.

Schulbeginn ist 7:45, an der Nachbarschule sogar schon 7:25.

Als ich im Lehrerzimmer einmal meinen Wunsch nach einem späteren Schulbeginn äußerte, wurde ich fast gesteinigt. Schließlich sei man dann ja NOCH später zu Hause (6. Stunde endet um 13:05...)

Ich komme selten vor 23 Uhr ins Bett. Meist stehe ich um 5:30 auf. Das habe ich mir mühsam antrainiert, da ich früher, als ich um kurz vor 7 aufstand duschte und mich quasi sofort ins Auto setzte, immer noch müde in der Schule ankam. Heute bin ich dann schon wach. Am Wochenende hole ich dann den Schlaf nach.

In irgendeiner Fernsehsendung sah ich letztens einen Schlafforscher der die Meinung vertrat, dass 6-8 Stunden Schlaf pro Nacht ausreichend seien und man tatsächlich - in begrenztem Umfang - auch nachschlafen könne. Das hat mich sehr beruhigt.

Beitrag von „Kinskiinger“ vom 27. Januar 2010 17:12

Ich schlafe meist so gegen 23 Uhr ein und stehe um 06:15 Uhr auf.

Spätestens um 20 Uhr (zur Tagesschau) ist bei mir mit Vorbereitung Schluss...es kann ja wohl nicht sein, sein ganzes Leben nach dem Beruf zu richten...dann noch ein wenig entspannen, mal zum Sport gehen oder eine gescheite warme Mahlzeit [die zweite am Tag 😊]...das passt.

Beitrag von „baum“ vom 27. Januar 2010 18:04

...und ich dachte schon, ich wäre die einzige die "viel zu spät" schlafen geht.

Ich komme meist gegen 17.00 von der Schule heim und brauche dann erstmal Zeit für den alltäglichen Kleinkram und zum Runterkommen oder Sporteln. Gegen 20.00 setz ich mich dann gerne wieder an den Schreibtisch und nutze die ruhigen Abendstunden - da bin ich dann wieder fit und kreativ.

Wenn es in der Schule relativ ruhig zugeht ist bei mir gegen 23 Uhr Bettgehzeit, gelesen wird dann oft bis +/- Mitternacht. Am nächsten Tag steh ich gegen 5.45 auf.

Allerdings passiert es mir auch oft, dass ich gegen 22 Uhr noch ne Idee für ne Stunde habe (oder im Internet über tolles Material stolpere), das gipfelt dann regelmäßig in einer nächtlichen

Bastel- und Laminiersession. Oder ich habe gerade einen Lauf und konzipiere gleich mal die nächste Sequenz - dann kann es gerne später werden.

Und manchmal ist das Buch sooooo spannend - da kann ich dann wirklich nicht der Schule die Schuld für wenig Schlaf geben. 😊

Wenn ich 1 oder 2 Nächte nur 5 Stunden schlaf macht mir das nicht viel aus - das gleiche ich wie einige hier durch einen Freitagnachmittagschlaf aus. Außerdem starte ich Donnerstags und Freitags an einer näher gelegenen Einsatzschule und stehe dann auch eine halbe Stunde später auf...

Aber ich werd auch alt... als LAA hatte ich in Hochphasen meine "3x3" Regel: Drei Nächte hintereinander mit mindestens 3 Stunden Schlaf waren gerade noch vertretbar - heute würde ich da vor der Klasse einschlafen...

Beitrag von „Provencaline“ vom 2. März 2010 20:34

Ich gehe mittlerweile gegen halb 10 ins Bett (in mein neues Wasserbett!) und schlafe relativ schnell ein. Nach den Ferien fällt mir die Umstellung von "solange aufbleiben wie ich will" auf "ich brauche genügend Schlaf für die Schule" immer schwer, aber irgendwann nach spätestens 3 oder 4 Tagen bin ich wieder im frühzubettgeh-Modus. Ich brauche das einfach, sonst bin ich ein Zombie, schlecht gelaunt und müde korrigieren versuche ich gar nicht mehr :O

Beitrag von „Peselino“ vom 4. März 2010 15:59

Ich geh' im Verhältnis zur Aufstehzeit viel zu spät ins Bett, aber sonst würde ich meinen Mann zu wenig sehen.

Dafür habe ich mir angewöhnt, wenn es eben machbar ist, nachmittags (arbeite an einer Ganztagschule) eine kleine Sofaeinheit einzulegen.

Beitrag von „frewen“ vom 4. März 2010 16:41

Und noch eine Nachteule...

Ich sollte ganz sicher mehr schlafen, zähle aber auch zu den Lehrermenschen, die abends (ab ca. 19.00 Uhr) besonders gut arbeiten können. Nachmittags geht selbst bei gutem Willen selten sehr viel. Später am Abend funktioniere ich dann aber umso besser und arbeite auch viel zielstrebiger - vielleicht weil ich den Zeitdruck mehr spüre. Gerade korrigieren kann ich abends besonders gut und mache dann eigenartigerweise auch weniger Pausen.

Meistens brauche ich nach getaner Arbeit (die ich spätestens um elf Uhr wegzulegen versuche) aber noch ein bisschen "me-time". Da ich sehr gerne schreibe und das auch als äußerst entspannend empfinde, gehört die letzte halbe bis ganze Stunde am PC nur mir und meinen Geschichten. Dadurch bin ich allerdings selten vor Mitternacht im Bett, wobei der Wecker um sechs Uhr früh klingelt, wenn ich zur ersten Stunde Unterricht habe. Mein momentaner Plan gönnt mir den Luxus eines späten Mittwochs (erst zur 5. Stunde in die Schule - hurra!), was wirklich optimal ist.

Mittagsschlaf geht gar nicht, weil mir dann immer kalt wird, auch unter der Wolldecke. Und wenn das passiert, bin ich nach dem Aufwachen für den Rest des Tages knatschig und unausgeglichen. Dafür schlafe ich am Wochenende gerne lang. Ohne Wecker (und der wird nur in Ausnahmesituationen gestellt) wache ich da selten vor halb zehn am Morgen auf. Schlafprobleme kenne ich aber praktisch seit dem Referendariat nicht mehr, denn ich schlafe wie der sprichwörtliche Stein und fühle mich morgens auch immer erholt.

Beitrag von „SirToby“ vom 6. März 2010 12:54

Hm, das ist bei mir eine echte Baustelle. Ich war immer schon ein Nachtmensch, konnte schon als Schüler meine Hausaufgaben am konzentriertesten zwischen ca. 22:00 und 1:00 machen, das ist auch noch heute so, mit dem feinen Unterschied, dass heute 1:00 oft noch nicht Schluss ist, und da bin ich nicht stolz drauf 😊

Nachmittags so zwischen ca. 16:00 und 19:00 Uhr (= die Zeit, zu der ich häufig nach Hause komme) habe mein absolutes Leistungstief (auch das war eigentlich schon immer so), da kriege ich, wenn ich am Schreibtisch sitze (egal ob ausgeschlafen oder unausgeschlafen), gar nichts auf die Reihe, wenn der Stress nicht gerade so groß ist, dass allein verdreifachte Adrenalinwerte oder die nackte Angst mich wach halten.

Ich hab mich inzwischen halbwegs eingerichtet; es funktioniert einigermaßen, indem ich nachts gewöhnlich schlicht zu wenig schlafe, meistens so um die 5 Stunden und mich dann in der o.g. Nachmittagszeit nochmal 1-2 Stunden hinlege. Mit den insgesamt 6-7 Stunden komme ich dann

ganz gut aus. Falls es mal einmal nur 5 Stunden oder weniger werden, überstehe ich das auch, mehrere Tage hintereinander sollte das aber möglichst schon nicht passieren.

Trotzdem bastele ich immer wieder mal an dem guten Vorsatz, abends eine absolute "Schallgrenze" einzurichten, hab es aber bisher noch nicht geschafft, ihn langfristig durchzuhalten... 

Beitrag von „Nuki“ vom 6. März 2010 13:45

Ich gehe zwischen 21:30 und 23h ins Bett. Meistens so gegen 22:00h.

Aufstehen muss ich um 6:15h. Seit ich jedoch einen Lichtwecker habe, bin ich auch immer schon um 6h wach. Ich kann jedem nur so einen Wecker empfehlen, ich hatte zwar nie in Problem mit dem Aufstehen- ich bin so der Typ Wecker klingelt- wach- sofort raus aus dem Bett und fit, egal wie lange ich geschlafen habe- aber seit ich den Lichtwecker habe ist es einfach ein schöneres und qualitativ besseres Aufstehen. Es ist ganz sanft und macht mir viel mehr Spaß.

Ich bin- wie ich schon immer schrieb- immer gleich fit und wach, aber habe gerne einen ruhigen Tagesrhythmus. Daher gehe gucke ich immer, dass ich gut schlafe. Ich liebe es mich ins Bett zu kuscheln und ganz gemütlich noch eine Tasse Tee zu trinken und zu lesen und dann einzuschlafen.

Wenn ich erst spät ins Bett komme, dann ist da weniger Zeit für mein "Ritual" 

Beitrag von „Prusselise“ vom 6. März 2010 14:32

Zitat

Original von Nuki

Ich kann jedem nur so einen Wecker empfehlen

Welchen hast du denn?

Beitrag von „Nuki“ vom 6. März 2010 15:15

Diesen hier:

[http://www.amazon.de/Philips-HF3490-01-inklusiv-Dockingstation/dp/B002G1Y8RM/ref=sr_1_6?ie=UTF8&s=kitchen&qid=1267884879&sr=8-6&tag=lf-21 \[Anzeige\]](http://www.amazon.de/Philips-HF3490-01-inklusiv-Dockingstation/dp/B002G1Y8RM/ref=sr_1_6?ie=UTF8&s=kitchen&qid=1267884879&sr=8-6&tag=lf-21 [Anzeige])

(Darf ich den Link posten oder ist das auch Werbung?)

Beitrag von „Prusselise“ vom 6. März 2010 15:17

Ich hab ihn schon, danke (falls sie ihn löschen sollten).

Ganz schön teuer das Schätzchen 

Ich überleg mal. Sanft wach werden finde ich eine gigantische Inaussichtstellung 

Und das geht auch gaaaanz sanft los? Also bei "fast keinem" Licht?

Beitrag von „Avantasia“ vom 6. März 2010 15:52

Das gibts auch ohne IPod-Andockstation, dann ist er wesentlich günstiger:

[http://www.amazon.de/Philips-HF3470-01-inklusiv-digitalem/dp/B002ECN3E2/ref=sr_1_3?ie=UTF8&s=kitchen&qid=1267887009&sr=1-3&tag=lf-21 \[Anzeige\]](http://www.amazon.de/Philips-HF3470-01-inklusiv-digitalem/dp/B002ECN3E2/ref=sr_1_3?ie=UTF8&s=kitchen&qid=1267887009&sr=1-3&tag=lf-21 [Anzeige])

Klingt schon ganz verlockend. Andererseits weckt das Licht ja nicht nur mich, sondern auch meinen Freund...

À+

Beitrag von „Nuki“ vom 6. März 2010 16:11

Ich denke jeden Morgen, dass sich jeder investierte Euro gelohnt hat



Dadurch, dass man schon durch das Licht wach wird ist es als würde halt die Sonne reinscheinen. Ich glaube, dass andere dabei weiterschlafen könnten. Meistens geht bei mir der Ipod gar nicht an.

Ja, man kann einstellen wie hell es werden soll. Es geht bei mir ganz ganz sachte los. Und meistens bin ich bei Stufe 10 schon wach, aber so angenehm dösig wach. Es geht bis Stufe 20 von der Helligkeit her. Das ist dann wie eine Lampe mit hellem Glasschirm. Also auch kein unangenehm künstliches Strahlerlicht.

Beitrag von „Nuki“ vom 6. März 2010 16:14

Ach ja, und ein nettes Geburtstags-/ Weihnachtsgeschenk ist es ja auch falls man selber es nicht kaufen wollte.

Ich habe in der Weihnachtszeit zugeschlagen, da war der Wecker einen Tag günstiger, weil er das "Adventstürchen" war.

Beitrag von „neleabels“ vom 6. März 2010 16:51

Vielleicht ist es die präsenile Bettflucht, aber ich benötige mittlerweile keinen Wecker mehr, um aufzuwachen. In der Regel bin ich einige Minuten vor dem Weckerklingeln wach und stelle ihn dann rechtzeitig aus, damit er die Katzen nicht nervt. Ich schlafe allerdings nicht so gut, wenn ich keinen Wecker habe - ich werde dann des öfteren in der Nacht wach und muss die Zeit überprüfen.

Wann gehe ich ins Bett? So um 10 Uhr abends - das liegt daran, dass das Ehepaar nach Düsseldorf pendelt und alltags der Wecker um 4.45 klingelt. Mittlerweile gefällt mir das aber - ich sitze dann von fünf bis sieben am Schreibtisch und erledige einen großen Teil meiner Arbeit, dass ich des öfteren schon am Nachmittag den Bleistift fallen lassen kann.

Nele

Beitrag von „Schubbidu“ vom 6. März 2010 18:47

Zitat

Original von neleabels

- das liegt daran, dass das Eheweib nach Düsseldorf pendelt

Wie doch mit nur einem Satz ganze Vorstellungswelten zusammenbrechen können. Jetzt lese und schreibe ich hier ja nun schon seit einigen Monaten und immer bin ich davon ausgegangen, das hinter dem Namen Nele eine Frau steckt. 😊

Beitrag von „Avantasia“ vom 6. März 2010 19:24

Zitat

Original von Schubbidu

Wie doch mit nur einem Satz ganze Vorstellungswelten zusammenbrechen können. Jetzt lese und schreibe ich hier ja nun schon seit einigen Monaten und immer bin ich davon ausgegangen, das hinter dem Namen Nele eine Frau steckt. 😊

Kann doch trotzdem sein... *schulterzuck*

À+

Beitrag von „Schubbidu“ vom 6. März 2010 19:58

Zitat

Original von Avantasia

Kann doch trotzdem sein... *schulterzuck*

À+

Stimmt. Wie konnte ich nur in eine so konventionell-konservative Denkweise verfallen.
kopfschüttel

Beitrag von „Prusselise“ vom 6. März 2010 22:10

(gelöscht)

Beitrag von „Avantasia“ vom 6. März 2010 22:12

Zitat

Original von Schubbidu

Stimmt. Wie konnte ich nur in eine so konventionell-konservative Denkweise verfallen.
kopfschüttel

Echtma! Welche echten Männer gehen denn heutzutage noch zur Bundeswehr? Tsetse! 😊

Beitrag von „neleabels“ vom 6. März 2010 22:18

Zitat

Original von Avantasia

Echtma! Welche echten Männer gehen denn heutzutage noch zur Bundeswehr? Tsetse!



Wir reden hier immerhin über 1987... :tongue:

Nele

P.S. Wie weiblich ist eigentlich das Auge da links?

Beitrag von „Schubbidu“ vom 6. März 2010 22:38

Zitat

P.S. Wie weiblich ist eigentlich das Auge da links?

Jaaaa, über das Auge habe ich auch gelegentlich schon nachgedacht aber der Name hat da mein Wahrnehmung einfach dominiert. Aber gut, dass das geklärt wurde... 😂