

# Sommerloch

## **Beitrag von „VWe“ vom 2. August 2021 09:19**

Bei mir ist es wieder soweit, ich bin absolut im Sommerloch. Wie geht es Euch und wie geht ihr mit dem Sommerloch um?

Meine einzige Rettung momentan ist Olympia...

---

## **Beitrag von „s3g4“ vom 2. August 2021 09:48**

Hm mir wird irgendwie nie langweilig, ich finde immer eine Beschäftigung.

---

## **Beitrag von „Andrew“ vom 2. August 2021 09:54**

Ich habe da ehrlich gesagt auch eher keine Tipps. Mit Kids wird's nicht langweilig und sonst schnappe ich mir einen meiner Brüder oder Freunde und spiele ne Runde Fußball oÄ.

Vielleicht wäre das ja etwas um dich abzulenken: statt Sport zu gucken, setz dir einfach selbst ne Challenge was du erreichen willst (Handstand lernen, Bestzeit übertreffen etc) und dann arbeitest du daran?

---

## **Beitrag von „Fru\_SozPaed“ vom 2. August 2021 10:21**

### Zitat von VWe

Meine einzige Rettung momentan ist Olympia...

Das kenne ich nur zu gut...

Würde ich im Schulalltag kaum anschauen, jetzt ist es die Rettung!!!

Ich habe mich schon als Kind gefragt: "Warum 6 Wochen Sommerferien am Stück..." - die Zeit zwischen Weihnachten und Ostern ist soooo lang, da wären ein, zwei Wochen mal gut um abzuschalten!!!

Zum Glück unterrichte ich nicht in Österreich oder gar Italien (mit 3 Monaten Sommerferien 

---

### **Beitrag von „Fallen Angel“ vom 2. August 2021 10:35**

Ich gucke momentan auch viel Olympia und habe sonst nicht allzu viel zu tun. Ich wünsche mir Freibadwetter, dann wüsste ich, was ich tun würde.

---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 2. August 2021 11:41**

Ich habe hier im Haus und Garten genug zu erledigen, was in den letzten Monaten (wenn nicht sogar seit den letzten Sommerferien) liegen geblieben ist. Wer nichts zu tun hat und wem langweilig ist, sei herzlich eingeladen mir zu helfen!!! Ich räume dafür auch gerne erstmal das Gästezimmer auf .

Olympia schaue ich - nebenbei gesagt - auch hin und wieder (aber das tue ich immer wieder gerne - schon seit meiner Jugendzeit - und freue mich, dass die Olympischen Spiele dieses Jahr so passgenau in unsere Sommerferien fallen .

---

### **Beitrag von „Lehrerin2007“ vom 2. August 2021 11:46**

Ich sortiere in der ersten Wochen erstmal meinen ganzen Schulkram, alles was ich noch an Papierstapeln rumliegen hatte, aussortieren, abheften, digitalisieren, Daten sichern, damit bin ich erstmal beschäftigt.

Außerdem stehen ein paar reguläre Arzttermine an (Zahnarzt, Kieferorthopäde/Kind etc.), die ersten 1-2 Wochen sind wir gut beschäftigt.

Aber grundsätzlich kenne ich dieses Sommerloch-Gefühl, wobei mich das eher gegen Ferienende "befällt". Auch, wenn ich wahrscheinlich auf viel Unverständnis stoße, aber mir sind die Sommerferien etwas zu lang. 4 Wochen täten es auch 😊

---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 2. August 2021 11:49**

Stimmt, zwei Arzttermine habe ich auch noch im August.

Das "Sommerloch-Gefühl" hatte ich aber zuletzt als Kind. Ich finde die sechs Wochen Sommerferien genau richtig. Eine Zeitlang bin ich gut mit Aufräumen und Aussortieren beschäftigt (s. o.), gegen Ende der Ferien bereite ich schon wieder für's neue Schuljahr vor und zwischendurch sind - wenn möglich - eine bis zwei Wochen Urlaubsreise angesagt.

---

### **Beitrag von „Palim“ vom 2. August 2021 14:16**

#### Zitat von Humblebee

Eine Zeitlang bin ich gut mit Aufräumen und Aussortieren beschäftigt (s. o.), gegen Ende der Ferien bereite ich schon wieder für's neue Schuljahr vor und zwischendurch sind - wenn möglich - eine bis zwei Wochen Urlaubsreise angesagt.

Da wird das Sommerloch sehr, sehr klein.

Mich befällt es manchmal, aber es ist vielleicht auch ein gutes Zeichen, weil man wirklich abschaltet und Kraft tankt.

Außerdem folgt einem ekelig-doofen-Langeweile-Tag in der Regel eine sehr kreative Schaffensphase - in ganz unterschiedliche Richtungen.

---

### **Beitrag von „Conni“ vom 2. August 2021 15:21**

1,5 Wochen alten Kram wegräumen, 1 Woche verreisen, 1,5 Wochen rumhängen mit ab und zu Sport, 1 Woche verreisen... Ich bin jetzt mitten in der Vorbereitungspanik und drucke wie blöd Namensschilder und Klebchen und so einen Mist. Nächsten Montag muss ich unterrichten.

---

### **Beitrag von „Frechdachs“ vom 2. August 2021 18:06**

Ich genieße meine 2 Monate Ferien ☺

---

### **Beitrag von „state\_of\_Trance“ vom 2. August 2021 18:21**

Ich würde auch 3 nehmen, ich verstehe das oben genannte Problem nicht ansatzweise.

---

### **Beitrag von „Schmeili“ vom 2. August 2021 20:07**

#### Zitat von VWe

Wie geht es Euch und wie geht ihr mit dem Sommerloch um?

Ich trage mir mit leuchtendem Textmarker die Ferien des kommenden Schuljahres in meinen Lehrerplaner ein. 😎

---

### **Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 2. August 2021 20:09**

Ich programmiere für unsere Schulhomepage. Praktischerweise dauert es mit einem Arm doppelt so lange. 😊

---

## **Beitrag von „pepe“ vom 2. August 2021 20:12**

### Zitat von Schmeili

Ich trage mir mit leuchtendem Textmarker die Ferien des kommenden Schuljahres in meinen Lehrerplaner ein.

---

So etwas mache ich auch immer als erstes, schön deutlich am Schuljahres-Wandkalender... Auch alle anderen Tage, an denen ich in der Schule nicht "präsent" sein muss, werden hervorgehoben. Dann kann die weitere Planung beginnen. Aber Sommerloch-Probleme habe ich nicht.

---

## **Beitrag von „CDL“ vom 2. August 2021 23:00**

"Sommerloch" kenne ich nur aus den Medien. Schon als Kind waren diese 6 Wochen am Stück eine kleine magische Zeit, die nur mir gehört hat (egal, wie viele Freunde ich getroffen habe oder wie viel ich mit der Familie gemacht habe) und wo ich die wundersamsten Abenteuer erleben und verwunschene Orte entdecken konnte. Langeweile gibt es da nicht, egal ob ich gemütlich im Garten liege und lese oder etwas Dynamischeres unternehme. Der Sommer gibt mir die Kraft das nächste Schuljahr zu schaffen und wieder mein Bestes geben zu können, weil ich die Zeit hatte mich ganz auf mich zurück zu besinnen, mir wieder zuzuhören, meine Bedürfnisse wieder glasklar wahrzunehmen und ernstzunehmen. Kürzer dürfte das wirklich nicht sein, auch wenn in der letzten Woche immer schon die Hummeln ihr "Unwesen" treiben.

---

## **Beitrag von „Mara“ vom 3. August 2021 08:49**

Ich würde mir ehrlich wünschen, mal wieder Langeweile zu verspüren. Das Gefühl habe ich fast vergessen. Die Ferien gehen immer viel zu schnell vorbei.

Wenn ich es mir allerdings aussuchen könnte, würde ich eine Woche der Ferien in den Mai schieben. Damit ich hoffentlich nicht jedes Jahr fix und fertig in die Sommerferien schlittere.

---

## **Beitrag von „Meer“ vom 3. August 2021 09:36**

Äh ja, ich bereite meine UPP vor, soviel zum Thema 😊

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 3. August 2021 10:50**

#### Zitat von Meer

Äh ja, ich bereite meine UPP vor, soviel zum Thema 😊



Toll, dass du an dem Punkt bist.

---

### **Beitrag von „Fru\_SozPaed“ vom 3. August 2021 11:28**

Natürlich kann man sich auch "Aufgaben" suchen und schon alleine AUSSCHLAFEN ist göttlich und ein Luxus, aber 6 Wochen am Stück sind einfach nicht clever gewählt...

Für eine komplette Erholung im Sinne von Stress bedarf es mehrerer Wochen...somit entweder kürzer 😊 oder länger 😢 die Sommerferien 😊

---

### **Beitrag von „Kiggle“ vom 3. August 2021 11:29**

#### Zitat von Meer

Äh ja, ich bereite meine UPP vor, soviel zum Thema 😊

Hoffe du erholst dich trotzdem auch genug! Viel Erfolg bei der Vorbereitung, auf dass alles so abläuft, wie du es planst 😊

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 3. August 2021 12:22**

### Zitat von Fru\_SozPaed

Natürlich kann man sich auch "Aufgaben" suchen und schon alleine AUSSCHLAFEN ist göttlich und ein Luxus, aber 6 Wochen am Stück sind einfach nicht clever gewählt...

Für eine komplette Erholung im Sinne von Stress bedarf es mehrerer Wochen...somit entweder kürzer  oder länger  die Sommerferien 

---

Ich muss mir keine Aufgaben suchen, nur um die Sommerferien zwanghaft gefüllt zu bekommen, die Zeit ist auch so wunderbar und niemals zu lang.  Angeblich beginnt die komplette Erholung ab der dritten Ferienwoche, insofern sind die Sommerferien doch eine gute Zeitspanne, um tatsächlich runterfahren zu können und dennoch genügend Zeit in der letzten Ferienwoche zu haben für die ersten Konferenzen, Vorbereitungen, etc. Kürzer dürften sie keinesfalls sein.

---

### **Beitrag von „Meer“ vom 3. August 2021 13:47**

#### Zitat von Kiggie

Hoffe du erholst dich trotzdem auch genug! Viel Erfolg bei der Vorbereitung, auf dass alles so abläuft, wie du es planst 

---

Ich geb mir Mühe  .Wir waren ja auch eine Woche im Urlaub. Ich sitze aktuell so 3-4 Stunden am Stück konzentriert an den Entwürfen. Da bleibt genug Zeit zum ausruhen. Die Entwürfe sind in einer ersten Version fast fertig, einige Materialen für den Anhang müssen noch erstellt werden. Also wohl alles im Plan hoffe ich.

---

### **Beitrag von „Ratatouille“ vom 3. August 2021 16:38**

Tja, ich bin alleinerziehend, wenn auch im Endspurt. Ich könnte locker drei Sommerferien mit Dingen füllen, die ich schon seit Jahren erledigen möchte. Das Gefühl von Langeweile habe ich bei der Kleinkinderbeteiligung überhaupt erst kennengelernt, obwohl es mir auch Spaß gemacht hat. Aber manchmal wars wirklich zäh. Wenn ich machen kann, was ich will, kann ich mich tagelang mit Genuss treiben lassen und dies und das tun, bis ich mich plötzlich in eine intensive

Arbeit stürze. Körper und Seele machen das von ganz alleine. Einen Olympiasommer hatte ich aber auch mal. Da saß ich auf gepackten Koffern, um meine Planstelle anzutreten, hatte aber noch keine Wohnung und war in einer nervigen Umbruchssituation.

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 3. August 2021 16:46**

#### Zitat von s3g4

Hm mir wird irgendwie nie langweilig, ich finde immer eine Beschäftigung.

Was machst du denn so alles?

#### Zitat von VWe

Wie geht es Euch und wie geht ihr mit dem Sommerloch um?

Campen 😊 Es gibt nichts Erholsameres als auf unbequemen Matten zu nächtigen und bei Sonnenaufgang sein Lieblingsgetränk im taufeuchten Gras zu schlürfen.

Wenn du weder Kind noch Kegel hast, wäre vielleicht ne Städtetour was? Berlin hat mehr Museen als Regentage, las ich kürzlich in einem Flyer.

---

### **Beitrag von „Ratatouille“ vom 3. August 2021 17:30**

Erstmal ein paarmal Wandern, um Kraft zu tanken. Es gibt immer mehr schöne Premiumwanderwege (3 bis 4 Stunden lang, wirklich gemütlich), die auch der ferienreifste Lehrer im Trance noch ablaufen kann, ohne sich zu verirren, da idiotensicher ausgewiesen. Denken unnötig, Sommerwetter im Wald auch. Danach geht wieder vieles.

---

### **Beitrag von „alpha“ vom 3. August 2021 17:54**

Wenn es nach mir geht, dürfen es auch 52 Wochen Ferien im Jahr sein. Eigentlich stört die Schule nur.

Mir ist es absolut schleierhaft, wie man sich langweilen kann. Der Satz "Mir ist langweilig" ist mir noch nie über die Lippen gekommen.

Irgendetwas ist immer zu tun: z.B. Verreisen, Garten (der Apfelbaum braucht Hilfe), Haus (der Hof muss dringend neu gepflastert werden, das Arbeitszimmer muss renoviert werden), Lesen und natürlich bei mir Mathematik. Leider kann man gar nicht alles lesen/verstehen/lernen, was einen interessiert. Eigentlich würde ich auch gern mal wieder ein Computerprogramm schreiben. Bisher keine Zeit.

Und selbst im TV kommen so viele interessante Tier- und Landschaftsbeiträge. Nicht zu reden vom Internet.

Darüber hinaus gibt es wirklich gute Filme und Serien, die man sehen muss. Im Moment sehr ich die Serie "Zoo". Sehr interessant und leicht verstörend.

Ich kann auch mal mein Teleskop aufbauen, dass seit 2 Jahren "verstaubt", und mir abends stundenlang den Mond, die Planeten oder die Sterne ansehen (Doppelsterne sind interessant!).

Im Bücherschrank warten Unmengen von Büchern, die erneut gelesen werden wollen.

Es sind Tausende Fotos neu zu ordnen, die seit Jahren darauf warten.

Meine Internetseite braucht auch jeden Tag etwas Pflege.

Und da ich alt bin, weiß ich auch noch, dass Briefmarkensammeln sehr interessant und lehrreich ist. Wie viele Marken noch sortiert werden wollen, kann ich gar nicht schätzen.

Fest vorgenommen habe ich mir, wenn ich in 362 Tagen Rentner bin, endlich meinen großen Traum zu verwirklichen. Dann wird wieder eine H0-Modelleisenbahnanlage aufgebaut.

Und wenn dann meine Enkeltochter da ist, werde ich gar keine Zeit mehr haben.

Langeweile ? Was ist das ?

---

## **Beitrag von „Fallen Angel“ vom 3. August 2021 17:57**

Zitat von alpha

Wenn es nach mir geht, dürfen es auch 52 Wochen Ferien im Jahr sein. Eigentlich stört die Schule nur.

Erinnert mich an den Spruch: Schule ist schon okay, nur die Zeit zwischen den Pausen nervt.



---

### **Beitrag von „yestoerty“ vom 3. August 2021 21:04**

#### Zitat von Fallen Angel

Erinnert mich an den Spruch: Schule ist schon okay, nur die Zeit zwischen den Pausen nervt. 😊

Ich dachte der geht so: Schule ist schon ok, wenn nur die Schüler nicht wären...

---

### **Beitrag von „EffiBriest“ vom 4. August 2021 07:14**

#### Zitat von Schmeili

Ich trage mir mit leuchtendem Textmarker die Ferien des kommenden Schuljahres in meinen Lehrerplaner ein. 😎

Lehrerplaner .. da war was. Danke Schmeili für's Erinnern.

Zum Thema Sommerloch: Was bitte ist das?

---

### **Beitrag von „Fru\_SozPaed“ vom 4. August 2021 11:42**

Wie halt in allen (zwischen)menschlichen Aspekten...es gibt die Meinung und die andere Meinung!

Gut, dass wir nicht alle gleich sind und somit wird es immer pro vs. contra "Sommerloch-Empfindungen" geben 😊

---

### **Beitrag von „O. Meier“ vom 4. August 2021 12:39**

@alpha

Da ist's mir doch sehr ähnlich, ich habe aber kein Teleskop.

In den Sommerferien was für die Schule machen. Pfft. Niemals.

Ich erhole mich pflichtgemäß. Ich habe nur E-Mails gelesen, um festzustellen, dass ich in der Bereitschaftswoche nicht gebraucht werde.

Verwandtenbesuche sind erledigt. Mit Ausschlafen und 'Rumgammeln habe ich schon mal reichlich zu tun. Jeden Tag etwas Sport, gerne auch mal Outdoor als Ausflug.

Ich bin schon so etwas von erholt.

Diese Woche ist das Wetter suboptimal. Also Sport im Verein indoor. Nächste Woche geht's an die Talsperre.

Am ersten Schultag räume ich den Schreibtisch auf und am zweiten fange ich mit den Vorbereitungen an.

Macht euch doch keine Probleme, wo keine sind.

---

### **Beitrag von „DeadPoet“ vom 4. August 2021 12:45**

Neee, noch kein Sommerloch. Ich hab ja noch nicht einmal eine Woche Ferien. Ich hab schon gemerkt, dass ich dringend Ruhe / Erholung brauche ... ich lese mehr, höre in Ruhe mehr Musik, will auch wieder mehr Musik selber machen (da hab ich mir schon Ziele gesteckt) ... und hab wieder Zeit für andere Hobbies. Dann noch mit Familie wenigstens einen Kurzurlaub irgendwo in Deutschland planen ...

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 4. August 2021 12:47**

Stimmt, Schreibtischchaufräumen wäre mal ne Maßnahme. Und Abrechnungen  Maaaaan, jetzt bin ich wieder auf dem Boden der Realität angekommen.

---

### **Beitrag von „Humblebee“ vom 4. August 2021 13:28**

#### Zitat von O. Meier

In den Sommerferien was für die Schule machen. Pfft. Niemals.

#### Zitat von O. Meier

Am ersten Schultag räume ich den Schreibtisch auf und am zweiten fange ich mit den Vorbereitungen an.

Tja, wenn du das zeitlich so hinbekommst... Ich nicht! (Aber das kannst du gerne mein "Problem" sein lassen  - ich empfinde das auch gar nicht unbedingt als Problem.)

#### Zitat von O. Meier

in der Bereitschaftswoche

Was ist das? Sowas gibt es bei uns nicht.

---

### **Beitrag von „EffiBriest“ vom 4. August 2021 13:47**

#### Zitat von samu

Stimmt, Schreibtischchaufräumen wäre mal ne Maßnahme. Und Abrechnungen  Maaaaan, jetzt bin ich wieder auf dem Boden der Realität angekommen.

So geht es mir auch. Hätte ich es bloß nicht gelesen.

---

### **Beitrag von „DeadPoet“ vom 4. August 2021 15:28**

Meine Tochter hat vor vielen Jahren als es ums Aufräumen ihres Zimmers ging meinen Schreibtisch mit einer archäologischen Ausgrabung verglichen ... da wird nix aufgeräumt, immer nur tiefer gegraben ...

---

### **Beitrag von „Conni“ vom 4. August 2021 15:58**

Schreibtischaufräumen ist sinnlos, das hält höchstens 2 Tage.

---

### **Beitrag von „Palim“ vom 4. August 2021 17:41**

#### Zitat von DeadPoet

Meine Tochter hat vor vielen Jahren als es ums Aufräumen ihres Zimmers ging meinen Schreibtisch mit einer archäologischen Ausgrabung verglichen ... da wird nix aufgeräumt, immer nur tiefer gegraben ...

Lasagne-Taktik,

beherrschen einige Schüler auch, da kann man mittags noch sehen, womit morgens begonnen wurde.

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 4. August 2021 19:16**

#### Zitat von Palim

Lasagne-Taktik,

beherrschen einige Schüler auch, da kann man mittags noch sehen, womit morgens begonnen wurde.

Bigott ist, dass ich meine SuS ständig zum Aufräumen anhalte und was von Ordnung im Material und der Korrelation zur Ordnung im Kopf fassele. Wasser predigen...

---

## **Beitrag von „O. Meier“ vom 4. August 2021 19:53**

[Zitat von Conni](#)

Schreibtischchaufräumen ist sinnlos, das hält höchstens 2 Tage.

Nö.

---

## **Beitrag von „DeadPoet“ vom 4. August 2021 20:03**

wie sagte einer meiner Oberstufenschüler vor zwei Jahren (oder so): "Ordnung ist etwas für Kleingeister - das Genie überblickt das Chaos". Wo immer er das gelesen hat ...

---

## **Beitrag von „Palim“ vom 4. August 2021 20:51**

[Zitat von DeadPoet](#)

- das Genie überblickt das Chaos". Wo immer er das gelesen hat ...

Hängt über meinem Schreibtisch... habe ich mal geschenkt bekommen von einer sehr lieben Person, die mich sehr gut kennt.

---

## **Beitrag von „alpha“ vom 4. August 2021 21:40**

[Zitat von DeadPoet](#)

wie sagte einer meiner Oberstufenschüler vor zwei Jahren (oder so): "Ordnung ist etwas für Kleingeister - das Genie überblickt das Chaos". Wo immer er das gelesen hat ...

Im Original heißt es:

"Ordnung ist etwas für Primitive, das Genie beherrscht das Chaos."

und ist von Einstein.

---

### **Beitrag von „s3g4“ vom 5. August 2021 08:48**

Zitat von samu

Was machst du denn so alles?

Ich spiele mit meinen Kindern, koche Essen, spiele ein paar Videospiele, kümmere hin und wieder um Personalrats Angelegenheiten, kümmere mich um meine Miner, schaue Youtube videos, Besuchen Freunde und Familie, mache Ausflüge, gehe Sport machen und noch mehr was mir jetzt nicht direkt einfällt.

---

### **Beitrag von „state\_of\_Trance“ vom 5. August 2021 11:20**

Zitat von s3g4

koche Essen

Das ist so eine geniale Beschäftigung, keine Ironie. Man suche sich eine beliebige Küche aus, die man nicht kennt (kann auch die deutsche sein, man hat vieles sicherlich noch nicht selbst gemacht), schaut nach Rezepten und probiert einfach neue Dinge von Grund auf aus.

(Daher mein Wink mit dem Asia-Markt, so viele Algen hatte ich noch nie zuhause :D)

---

### **Beitrag von „Sarek“ vom 6. August 2021 23:23**

Darum habe ich heute beim Metzger spontan drei Rouladen mitgenommen und sie am Abend gefüllt und zubereitet. Mit guuuter Soße. Eine gegessen, der Rest wird eingefroren. Heute früh wusste ich noch nichts davon und war abends eine Weile damit beschäftigt. ☺️

Sarek

---

### **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 8. August 2021 16:45**

Der Syrer bei uns macht meeega leckere Sachen. Das meiste davon ist sogar vegan. Ich hab schon überlegt, in die Lehre zu gehen, aber ich fürchte, die verraten ihre Rezepte nicht 😊

---

### **Beitrag von „pepe“ vom 8. August 2021 19:19**

Ente! Da haben wir uns lange nicht rangetraut. Das gab es gerade mal wieder, auf Bulgur. Vegan war nur der Bulgur...

---

### **Beitrag von „Palim“ vom 8. August 2021 21:13**

#### Zitat von pepe

Vegan war nur der Bulgur...

Aber die Ente hat vermutlich auch vegan gelebt.

---

### **Beitrag von „alpha“ vom 8. August 2021 21:20**

#### Zitat von Palim

Aber die Ente hat vermutlich auch vegan gelebt.

Vermutlich nicht, denn ...

Zum Nahrungsspektrum [einer Ente] gehören aber auch Weichtiere, Larven, kleine Krebse, Kaulquappen, Laich, kleine Fische, Frösche, Würmer und Schnecken. (Wikipedia)

---

### **Beitrag von „Frechdachs“ vom 8. August 2021 21:44**

Zitat von alpha

Vermutlich nicht, denn ...

Zum Nahrungsspektrum [einer Ente] gehören aber auch Weichtiere, Larven, kleine Krebse, Kaulquappen, Laich, kleine Fische, Frösche, Würmer und Schnecken. (Wikipedia)

Die haben dann aber vegan gelebt ☺

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 8. August 2021 22:12**

Zitat von alpha

Wenn es nach mir geht, dürfen es auch 52 Wochen Ferien im Jahr sein. Eigentlich stört die Schule nur.

Mir ist es absolut schleierhaft, wie man sich langweilen kann. Der Satz "Mir ist langweilig" ist mir noch nie über die Lippen gekommen.

Irgendetwas ist immer zu tun: z.B. Verreisen, Garten (der Apfelbaum braucht Hilfe), Haus (der Hof muss dringend neu gepflastert werden, das Arbeitszimmer muss renoviert werden), Lesen und natürlich bei mir Mathematik. Leider kann man gar nicht alles lesen/verstehen/lernen, was einen interessiert. Eigentlich würde ich auch gern mal wieder ein Computerprogramm schreiben. Bisher keine Zeit.

Und selbst im TV kommen so viele interessante Tier- und Landschaftsbeiträge. Nicht zu reden vom Internet.

Darüber hinaus gibt es wirklich gute Filme und Serien, die man sehen muss. Im Moment sehr ich die Serie "Zoo". Sehr interessant und leicht verstörend.

Ich kann auch mal mein Teleskop aufbauen, dass seit 2 Jahren "verstaubt", und mir abends stundenlang den Mond, die Planeten oder die Sterne ansehen (Doppelsterne sind interessant!).

Im Bücherschrank warten Unmengen von Büchern, die erneut gelesen werden wollen.

Es sind Tausende Fotos neu zu ordnen, die seit Jahren darauf warten.

Meine Internetseite braucht auch jeden Tag etwas Pflege.

Und da ich alt bin, weiß ich auch noch, dass Briefmarkensammeln sehr interessant und lehrreich ist. Wie viele Marken noch sortiert werden wollen, kann ich gar nicht schätzen.

Fest vorgenommen habe ich mir, wenn ich in 362 Tagen Rentner bin, endlich meinen großen Traum zu verwirklichen. Dann wird wieder eine H0-Modellleisenbahnanlage aufgebaut.

Und wenn dann meine Enkeltochter da ist, werde ich gar keine Zeit mehr haben.

Langeweile ? Was ist das ?

Alles anzeigen

Hoffe, die 362 Tage vergehen für dich wie im Nu. Verspüre etwas Neid....

---

## **Beitrag von „Zauberwald“ vom 8. August 2021 22:20**

### Zitat von Sarek

Darum habe ich heute beim Metzger spontan drei Rouladen mitgenommen und sie am Abend gefüllt und zubereitet. Mit guuuter Soße. Eine gegessen, der Rest wird eingefroren. Heute früh wusste ich noch nichts davon und war abends eine Weile damit beschäftigt. ☺☺☺

Sarek

Das hört sich sehr gut an.

Habe heute mal überlegt, wie es wäre, bewusst 1 Jahr lang vegan zu leben. So von 10.8.21 - 10.8.22. Nur um zu gucken, wie das ist und was es bewirkt.

Leider glaube ich überhaupt nicht, dass ich es schaffe. Obwohl bestimmt viele Dinge vegan sind, von denen man es nicht erwartet. Z. B. Bier und Wein ...aber bin mir nicht ganz sicher.

---

### **Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 8. August 2021 22:21**

Ich habe mein Bier gerade gefragt. Es sagt, es sei vegan.

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 8. August 2021 22:23**

#### Zitat von EffiBriest

So geht es mir auch. Hätte ich es bloß nicht gelesen.

Ich hatte meine Mutter 1 Woche zu Besuch und mich tatsächlich einmal mit den Worten "Ich muss Rechnungen für Beihilfe und Krankenkasse fertig machen" an den Schreibtisch gerettet. Sie sind raus.

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 8. August 2021 22:28**

#### Zitat von kleiner gruener frosch

Ich habe mein Bier gerade gefragt. Es sagt, es sei vegan.

Whisky auch.

---

### **Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 8. August 2021 22:30**

### Zitat von Zauberwald

"Ich muss Rechnungen für Beihilfe und Krankenkasse fertig machen"

Das ist ein Stichwort.

Nach meinem Sturz habe ich mir aus einem 3,99 € Gurt aus dem Outdoorladen eine Schlinge gemacht. Beim Arzt bekam ich eine richtige Schlinge zum Abstützen. Gestern kam die Rechnung. 179,00 €. [Hierfür????](#)

Was hat das mit "Sommerloch" zu tun? Keine Ahnung, aber ich werfe mal eben einen Blick aufs Konto. 

---

### **Beitrag von „Kris24“ vom 8. August 2021 22:30**

#### Zitat von Zauberwald

Das hört sich sehr gut an.

Habe heute mal überlegt, wie es wäre, bewusst 1 Jahr lang vegan zu leben. So von 10.8.21 - 10.8.22. Nur um zu gucken, wie das ist und was es bewirkt.

Leider glaube ich überhaupt nicht, dass ich es schaffe. Obwohl bestimmt viele Dinge vegan sind, von denen man es nicht erwartet. Z. B. Bier und Wein ...aber bin mir nicht ganz sicher.

Bier      ja      dank      Reinheitsgebot,      Wein      normalerweise      nicht  
<https://benvino.de/blogs/weinwissen/veganer-wein>

---

### **Beitrag von „Conni“ vom 8. August 2021 22:37**

#### Zitat von Zauberwald

Obwohl bestimmt viele Dinge vegan sind, von denen man es nicht erwartet. Z. B. Bier und Wein ...aber bin mir nicht ganz sicher.

Dafür gibt es einige Dinge, von denen man erwartet, dass sie vegan sind - und sie sind es nicht. Butter oder Ente z.B.

Ich habe mich mal ein halbes Jahr vegan ernährt. Es war anstrengend, ich hatte noch mehr Heißhunger und noch mehr Unverträglichkeitssymptome als sonst und bin dann wieder zu vegetarisch zurück.

---

### **Beitrag von „Zauberwald“ vom 8. August 2021 22:39**

#### Zitat von Conn

Dafür gibt es einige Dinge, von denen man erwartet, dass sie vegan sind - und sie sind es nicht. Butter oder Ente z.B.

Ich habe mich mal ein halbes Jahr vegan ernährt. Es war anstrengend, ich hatte noch mehr Heißhunger und noch mehr Unverträglichkeitssymptome als sonst und bin dann wieder zu vegetarisch zurück.

Ich habe eine Schülerin, die mit der Familie zu Hause vegan isst und unterwegs oder bei anderen essen sie vegatarisch, weil es sonst zu kompliziert wird.

---

### **Beitrag von „Frechdachs“ vom 8. August 2021 23:44**

Ich habe mal die Aufschrift auf einem LKW gesehen: veganer Zement

---

### **Beitrag von „Kris24“ vom 9. August 2021 00:09**

#### Zitat von Frechdachs

Ich habe mal die Aufschrift auf einem LKW gesehen: veganer Zement

Tja, normalerweise sind Baustoffe nicht vegan. Mein 1. Gedanke war, klar Kalk (Calciumcarbonat) ist entstanden aus Korallen, Muscheln usw., aber das ist nicht gemeint. Es werden Zusatzstoffe hinzugefügt, es werden tierische Abfälle bei der Herstellung verwendet . Z.B. <https://www.vegane-baustoffe.org/>

Es ist wahnsinnig schwierig, vegan zu leben (und ob Kunststoffschuhe (Abrieb) für die Umwelt besser ist?)

Für mich ist daher wichtig, die Tiere fair zu behandeln und dann vollständig zu verwerten.

---

### **Beitrag von „Palim“ vom 9. August 2021 00:16**

#### Zitat von Connii

und noch mehr Unverträglichkeitssymptome als sonst

Das bestätigt meine Bedenken, mir reicht es, aus anderen Gründen die Zusatzstoffe im Blick zu halten.

Reduzieren kann man sicher einiges, aber wenn es dazu führt, dass man Zusatzstoffe aus sonstwo und sonstwas hinzufügt, ist es nicht unbedingt ökologischer oder gesünder

---

### **Beitrag von „Connii“ vom 9. August 2021 06:35**

#### Zitat von Palim

aber wenn es dazu führt, dass man Zusatzstoffe aus sonstwo und sonstwas hinzufügt, ist es nicht unbedingt ökologischer oder gesünder

Wenn du sehr viel selbst kochst, kannst du die Zusatz Stoffe ja gut im Blick behalten. Man kann vegan sehr leckere Gemüsepfannen und Aufstriche machen.

Meine Probleme verschlimmern sich durch große Mengen bestimmter pflanzlicher Ballaststoffe/Kohlehydrate.

---

## **Beitrag von „Zauberwald“ vom 9. August 2021 08:33**

### Zitat von Conni

Meine Probleme verschlimmern sich durch große Mengen bestimmter pflanzlicher Ballaststoffe/Kohlehydrate.

Meine auch. Meine Divertikel fangen an zu rebellieren. Ich habe festgestellt, dass ich wenigstens eine kleine Menge pampiges Zeug wie Joghurt, Kartoffeln, ...brauche, damit mein Darm nicht herumzickt und dass dies bei zuuvielen Ballaststoffen der Fall ist.

---

## **Beitrag von „laleona“ vom 9. August 2021 09:20**

Conni Zauberwald : Ich dachte, ich wäre allein auf der Welt mit diesen Problemen. Danke, ihr habt mir den Tag verschön! Jetzt ist's schon nicht mehr so schlimm 😊

---

## **Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 9. August 2021 09:36**

Wir sind halt von Natur aus Allesfresser! 🍎

---

## **Beitrag von „Meer“ vom 9. August 2021 09:41**

Bei mir scheitert vegan schon an meiner Liebe zu Käse... Da gibts einfach keinen wirklichen Ersatz, auch wenn ich einen ganz guten für Frischkäse gefunden habe. Denn bei aller Liebe zu Käse enthält der ja leider auch die böse Laktose...

---

## **Beitrag von „MarieJ“ vom 9. August 2021 10:09**

### Zitat von Meer

Denn bei aller Liebe zu Käse enthält der ja leider auch die böse Laktose...

Meinst du mit „der“ den Frischkäse?

Ansonsten: viele lange gereifte Käsesorten (fast alle, meine ich mal gelesen zu haben) enthalten kaum bis keine Lactose.

---

### **Beitrag von „CDL“ vom 9. August 2021 15:09**

#### Zitat von MarieJ

Meinst du mit „der“ den Frischkäse?

Ansonsten: viele lange gereifte Käsesorten (fast alle, meine ich mal gelesen zu haben) enthalten kaum bis keine Lactose.

Können meine Lactoseintoleranz und ich nur bestätigen: Lange gereifter Käse ist unser Freund. Lecker Frischkäse gibt es halt entweder lactosefrei oder wenn es WIRKLICH lecker sein soll (sprich die hausgemachte Version meines Metzgers- komplett fleisch- und wurstfrei der Frischkäse...) dann geht der halt nur, wenn ich einen Tag habe, an dem ich Lactasekapseln vertrage.

---

### **Beitrag von „Meer“ vom 9. August 2021 17:12**

#### Zitat von MarieJ

Meinst du mit „der“ den Frischkäse?

Ansonsten: viele lange gereifte Käsesorten (fast alle, meine ich mal gelesen zu haben) enthalten kaum bis keine Lactose.

Ja sorry meinte normalen Frischkäse. Bezuglich älterer Käsesorten gilt das was du geschrieben hast.

---

## Beitrag von „Zauberwald“ vom 9. August 2021 18:27

Zitat von samu

Wir sind halt von Natur aus Allesfresser 

Es schmeckt ja auch alles so lecker.