

RadU – ridA oder radA – ridU?

Der Hamburger Dermatologe Dr. med. Claus Dreessen macht sich so seine Gedanken zu Frei-Zeiten und stellt sich zwei Drittel nach Beginn und ein Drittel vor Ende des kalendarischen Sommers die Frage nach dem halbvollen oder halbleeren Glas.

Schon vorbei oder noch davor, also „Raus aus dem Urlaub – rein in die Arbeit“ oder „Raus aus der Arbeit – rein in den Urlaub“? Wie mag es Ihnen ergehen vor Ihrem schon zur Hälfte entleerten oder doch noch halb gefüllten Gläsern

prasst haben. Nicht ärgern! Das rufe ich auch unserer bundesdeutschen Kanzlerin zu, denn angesagt ist wieder Zoff mit Seehofer, Rösler, Gabriel – apropos: Nehmen auch Sie Elternmonate wie der Erzengel der

SPD, der in gereiften Tagen seines Spät-Sommers oder Früh-Herbstes noch einmal Vaterschaftsfreuden erleben darf?

Dazu fielen mir rein zufällig heute morgen die neuesten Zahlen des sta-

tistischen Bundesamtes für 2011 in den Blick: Scheidungsrate 188.000, 10.243 Ehen endeten im verflixten siebten Jahr nach der Hochzeit!

Und Lady Gaga ließ sich vernehmen: Scheidung ist keine Option! Ich werde heiraten und dann, dann wird er mich nicht mehr los!

Also Jungs, dann zieht Euch schon mal warm an, der nächste Herbst kommt bestimmt. Der nächste Ur-

laub auch. Und wenn nicht, dann lautet die Empfehlung des Verfassers: wenigstens einmal am Tag ein bisschen Urlaub oder Frei-Zeit! Zum Beispiel 20 Minütchen Nicknapping, autogenes Training, Meditation oder einfach nur „sein“! Es möge Ihnen nützen. Pro – sit! Gläser leeren und wieder füllen. So seh ich das!

Dr. med. Claus Dreessen ◆



Dr. med. Claus Dreessen

von Bordeaux, Retsina, Montepulciano, Shiraz oder Unstruter Bahndammer Schattenseite?

Von Erholungs-, Genesungs-, Jahres-, Mutterschafts- oder Rest-Ferien wird üblicherweise nicht gesprochen, aber vom Urlaub, dem für Ihre Angestellten gesetzlich berechtigten Fortbleiben („Der steht mir zu!“) vom Arbeitsplatz.

Welch paradiesische Zustände wir doch haben verglichen mit den USA oder Japan – ganz zu schweigen von jenen Nationen, in deren Sprache der Begriff Urlaub überhaupt nicht existiert.

Olympisch gesehen besetzen wir den undankbaren vierten Rang der Freizeit-Weltspitze mit rund 30 Freitagen plus zehn gesetzlich verordneten Feiertagen, nach 25 Dienstjahren Freude über Ferienspaß von 36 plus Feiertagen, danach Feierabend!

Selbstständige Freiberufler bestimmen nach Gutdünken oder Geldbeutel ihr Fernbleiben aus der Praxis und die Fern- oder Nahziele der Ferien. Spannungen aufbauen, etwas erleben oder nur ganz einfach leben, *laissez faire*, *easy going* und entspannen, sich etwas holen oder etwas er-holen? Für manche jedes Mal die gleiche schwierige Entscheidung, für andere: null problemo! – wie des Altkanzlers alljährlicher Wolfgangsee.

Also Aktion oder Re-Aktion oder einfach nur „sein“, Beine in Gewässer und Seele sonst wo baumeln lassen dürfen, sich etwas erlauben? Oder mittelhochdeutsch von „urloup“: die „Erlaubnis“ haben? Danach ent-stresst zurück zum Urlaub, dem äußeren Kleid von Baum und Strauch, den faltigen, rissigen Rinden, den borkigen Knoten, den durchlässigen Hüllen und Häuten, den verletzten Wurzeln unseres Fachgebiets, zurück in den All-Tag, zu Bürokratie, zu Budget-Beschränkungen und Praxisgebühr, welche nun doch nicht(!) abgeschafft wird.

Zurück zu Zahlen: So haben wir eine Billion Euro zurückzuzahlen für die Schuldengarantieübernahmen jener sonnigen südlichen Gefilde, in denen manche ihre Honoraranteile im Urlaub verlassen, verloren oder ver-