

## Unsere stromlose Woche vom 30.05. - 03.06.2016

Simone Dressler

Als der Kindergarten den Vorschlag machte, eine stromlose Woche zu veranstalten war ich hellauf begeistert. Ein einfaches Leben führen; und das Leben ein wenig entschleunigen. Das hörte sich für mich nach einem wunderbaren Vorschlag an.



Wir besprachen das Thema zu Hause mit meinem Mann und den Kindern und überlegten, wie wir unsere stromlose Woche durchführen könnten. Ganz klar war, dass wir auf digitale Medien wie Handy, iPad und Computer sowie Fernsehen völlig verzichten möchten. Außerdem sollte das Licht ausbleiben. Auf unsere Küchengeräte (Herd, Kühlschrank, Wasserkocher) und unsere Waschmaschine wollten wir aber nicht verzichten. Das ginge mir dann doch zu weit. Aber ich verzichte auf meine Smartwatch, was mir persönlich wahrscheinlich am schwersten fallen wird.

Als die Kinder fragten, was wir denn ohne Strom in unserer Freizeit machen könnten, überlegten wir gemeinsam: selbst Musik machen, Gitarre spielen, Gesellschaftsspiele spielen, malen, basteln etc.. Auf einmal waren alle ganz euphorisch und jeder freute sich schon auf die stromlose Woche.

### Montag, 30. Mai 2016

Statt wie sonst üblich, morgens gleich das Handy zu checken liege ich einfach nur 5 Minuten wach im Bett und rassel mich dann auf. Licht schalte ich keines an. Glücklicherweise ist es im Juni auch um 5:10 Uhr schon einigermaßen hell. Oft sehe ich auf mein nacktes Handgelenk und muss mir irgendwo eine Uhr suchen, um im Zeitplan zu bleiben.

Morgens beobachten wir normalerweise immer mit dem iPad unsere WLAN-Kamera am Haus, um zu sehen ob der Bus kommt, mit dem Korbinian immer in die Körperbehindertenschule gebracht wird. In der stromlosen Woche öffnen wir stattdessen das Fenster, um zu hören ob der Bus schon da ist.



Bevor ich mit den Kindern das Haus verlasse, schalte ich aber trotzdem erst mal mein Handy an. Nur für Notfälle versteht sich. Es macht mich doch schon etwas unruhig, dass ich eventuell wichtige Nachrichten verpassen könnte! Ich sehe, dass mir meine Schwester auf eine Frage von gestern geantwortet hatte. Mist! Ich kann die Nachricht in der Push Notification nur zur Hälfte lesen. Ich hadere. Nein, WhatsApp bleibt aus!

Als ich den Edeka betrete, fällt mir ein, dass ich meinen Einkaufszettel nur elektronisch, also im Handy habe. Mist, vergessen! Also, kurz das Handy gezückt, einen Blick drauf geworfen und ganz schnell wieder in die Handtasche gepackt.

Nachdem ich meine Termine und Einkäufe erledigt hatte, ging mein Handy wieder in den Flugmodus und ich begann mit meiner Hausarbeit. Normalerweise läuft dabei immer etwas im Hintergrund (Radio, Fernseher etc.). Heute aber ist es ruhig. Durchs gekippte Fenster kann ich die Vögel zwitschern hören. Welch wunderbare Ruhe!

Bevor ich nachmittags das Haus verlasse, schalte ich den Flugmodus wieder aus. Es macht mindestens 20-mal bing, bing, bing. Ich überfliege nur ganz kurz die eingetroffenen Nachrichten. Frau Skalitz hatte mir eine E-Mail geschrieben. Das kann doch nicht wahr sein! Es ist doch stromlose Woche! Da ich am Betreff schon erkennen kann dass es um unser Fest am Sonntag geht, öffne ich doch kurz mein E-Mail Postfach. Ich werd' verrückt! Jetzt muss ich auch noch Facebook öffnen, obwohl ich doch darauf komplett verzichten wollte! Einige wichtige Personen haben sich nämlich für unser Mittelalterfest angemeldet und das soll ich auf meinem Posting vom Sonntag erwähnen. Es ist fast unmöglich, auf die digitalen Medien zu verzichten!

Als mein Mann heimkommt, merke ich dass er gar nicht so recht weiß, was er mit sich anfangen soll. Kein PC, kein iPad. Und so geht er kurzerhand nach unten, setzt sich zu seinen Eltern und unterhält sich mit Ihnen und ihren Gästen. Ich bin mir ziemlich sicher, dass das ohne stromlose Woche nicht so gewesen wäre. Mein Handy steht nicht mehr auf Flugmodus aber zumindest liegt es "lautlos" in der Ecke.



Ich wollte mich abends noch zum Laufen verabreden, sehe aber die eingetretene WhatsApp meiner Freundin nicht. Auf einmal vibriert mein Handy wie wild. Sie ist am Telefon und will wissen was los ist. Das habe ich ja total vergessen! Ohne meinen elektronischen Kalender fällt es mir schwer, mir alle Termine zu merken.

***Fazit des Tages: Ich muss morgens wenigstens mein Smartphone checken, um zu sehen was an diesem Tag anliegt.***

### Dienstag, 31. Mai 2016

Heute habe ich keine Termine und jede Menge im Haushalt zu tun. Die Ruhe macht mich inzwischen fertig! Nichts da, was im Hintergrund dudelt. Dauernd habe ich Ohrwürmer von Liedern die mir nicht gefallen im Kopf. Meine Gedanken drehen sich im Kreis. Ich brauche Ablenkung, sonst werde ich verrückt! Also schummle ich: Ich höre einen bereits vorher heruntergeladenen Podcast auf meinem Smartphone. Das hilft mir auch mein Mittagessen besser zu überstehen. So ganz alleine am Tisch zu sitzen und "nur" zu essen, das fällt mir nämlich schwer. Auf den Balkon kann ich mich auch nicht setzen um den Vögeln zu lauschen, da es schon wieder regnet.



Nachmittags bin ich mit Korbinian alleine. Meine Mädchen haben Patin-Tag. Seltsamerweise nehme ich mir viel mehr Zeit für ihn als sonst. Wir schauen uns Fotos an, spielen Gitarre, singen und verkleiden uns. Es macht Spaß und bringt gleichzeitig so viel Ruhe mit.

Während ich Abendessen koche, läuft mein Mann in der Küche auf und ab. Ich glaube, es fehlen ihm seine digitalen Hobbys. Aber er bleibt extrem standhaft. Und es tut mir auch gut, mich mit ihm zu unterhalten. Ich glaube nämlich, dass das in der heutigen Zeit viel zu sehr verloren geht, weil jeder nur noch auf seine Smartphones, Computer etc. starrt. Das Abendessen findet gemütlich bei Kerzenschein statt. Mein Mann verabschiedet sich zum Sport und ich freue mich, dass ich endlich mal Zeit zum Lesen habe wenn die Kinder im Bett sind.

***Fazit des Tages: "Ohne Strom gibt es in der Familie mehr Kommunikation."***

### Mittwoch, 1. Juni 2016



Immer noch Regenwetter. Meine Müdigkeit bringt mich fast um den Verstand. Hat es was damit zu tun, dass auch zu Hause kein Licht brennt? Wie muss das wohl früher auf einer dunklen Burg gewesen sein?

Ich hole Julia und Martha früher vom Kindergarten ab. Als wir ins Auto steigen, kommt von Martha die Frage: "Dürfen wir dann nachher zu Hause Fernsehen gucken?" Ich sage nichts und schaue sie nur mitleidig an. An meinem Blick kann sie erkennen dass das heute nichts

wird. "Oh nein, stromlose Woche. 😞", sagt sie.

Während wir durch die Stadt laufen sagt Martha: "Die im Mittelalter hatten es aber auch viel einfacher auf all die schönen Sachen zu verzichten, weil sie die doch gar nicht gekannt haben!" und

ich kann Ihr nur Recht damit geben. Ich weiß gar nicht, wie spät es ist. Unterwegs gibt es nicht so viele Uhren.

Daheim angekommen stürzen sich die Mädchen auf die neue Knetmasse. In null Komma nix sieht es auf und unter unserem Esstisch total verheerend aus, aber ich bin glücklich, dass die Kinder doch noch eine sinnvolle Beschäftigung gefunden haben.

Der Mittwochabend wird für uns die größte Herausforderung, weil er immer etwas Besonderes für die Kinder ist. Ich gehe zum Sport und die Kinder dürfen in der Zwischenzeit bei der Oma vor dem Fernseher Abendessen. Wenn ich nach Hause komme, bringen wir die Kinder ins Bett und mein Mann und ich essen anschließend am Wohnzimmerstisch



ebenfalls vor dem Fernseher. Diese Woche muss es mal anders laufen...

Mir fällt es wirklich schwer, meine Smartwatch beim Sport zu Hause zu lassen. Das bringt schließlich meine ganze Statistik durcheinander, wenn ich mein Sportprogramm nicht aufzeichne. Und meinen Puls kann ich zwischendurch auch nicht checken. Aber da muss ich jetzt durch.

Im Sport erzählten mir einige, dass es Ortschaften in Bayern gibt, die wegen des vielen Regens unter Wasser stehen. Davon habe ich nichts gewusst. Ich habe so das Gefühl, ich lebe in meiner eigenen kleinen Welt und bekomme von der großen Welt gar nichts mehr mit. Ein seltsames Gefühl. Dafür haben mein Mann und ich beim Abendessen die Gelegenheit, uns über den Tag auszutauschen. Das hätten wir sicher nicht so im Detail getan, wenn der Fernseher gelaufen wäre. Der Arbeitskollege meines Mannes ermahnte meinen Mann übrigens aufzupassen, da die meisten Kinder bei Stromausfall gezeugt werden, worüber wir uns köstlich amüsierten.

**Fazit des Tages: "Ohne Strom keine Nachrichten!"**

Donnerstag, 2. Juni 2016

Heute Morgen ist es noch dunkler als an all den anderen Tagen. Elendiges Regenwetter! Das Duschen ging ja noch, aber die Haare föhnen und das Schminken wird wirklich schwierig. Ich bin kurz davor den Lichtschalter zu drücken, tue es aber dann doch nicht.

Unser Morgen läuft inzwischen schon routiniert ab: Ich öffne das Fenster um nach dem Bus zu lauschen. Papa schaltet versehentlich das Licht an und sofort schreien die Kinder: "Papa! Stromlose Woche!" Mein Mann hat sich einige Zeitschriften zurecht gelegt, die er statt am PC zu sitzen, am Morgen durchsieht.

Ich treffe vormittags meine Schwiegermutter im Hausflur und sie berichtete mir, wie glücklich Korbinian gestern Nachmittag war. Sie haben miteinander gesungen, getanzt und gespielt. Na bitte: geht doch! Und das tatsächlich ganz ohne Strom! Was allerdings nicht geht, sind meine Haare! Sie sind heute irgendwie total verheerend. Mir fehlt mein Glätteisen. Und meine Uhr. Dauernd muss ich eine Uhr suchen, um zu wissen, wie spät es ist. Sicherlich hatten die im Mittelalter nicht so viele Termine und Zeitdruck!



Nachmittags hole ich die Kinder vom Kindergarten und Martha will unbedingt wieder Fernsehen. Sie weint bitterlich und ich versuche sie mit einem Spiel aufzuheitern. Wir spielen gerade "Lotti Karotti", als mein Sohn Korbinian nach Hause kommt. Bis ich mit ihm in der Wohnung bin, haben sich die Mädels in der Zwischenzeit total in die Haare bekommen. Es war ein einziges Geschrei und

Geheule für mindestens eine halbe Stunde. Hätte ich den Fernseher einschalten können, hätte sich das Geschrei sicherlich in wenigen Sekunden gelöst. Aber da musste ich jetzt durch. So kurz vorm Ziel wollte ich keinesfalls aufgeben!

Irgendwann hatten sich letztendlich alle wieder beruhigt und wir spielten noch ein wenig miteinander. Nach dem Abendessen waren die Kinder wieder total aufgekratzt. Normalerweise hätte ich vermutet: "Das kommt von zu viel Fernsehen." Aber nein, das kam einfach so.

**Fazit des Tages: Vielleicht wird manchmal wohl zu viel Schuld den Medien in die Schuhe geschoben.**

Freitag, 03.06.2016

Die Vorfreude auf das Ende der Stromlosen Woche ist bei allen ziemlich groß. Wir beschließen gemeinsam, dass wir sie heute Nachmittag beenden, wenn mein Mann beim HVB Citylauf in Aschaffenburg teilnimmt. Schließlich will ich ein Foto von ihm schießen, wenn er läuft und die Kinder ihn anfeuern.

Morgens treffe ich mich aber selbst erst noch mit Elises Mama Jasmin zum Joggen. Ein wenig schummele ich: Wir laufen eine neue Strecke und ich aktiviere "Runtastic" auf meinem Handy. Ich will unbedingt wissen, wie viele Kilometer wir laufen. Sorry! Aber ich freue mich, dass Jasmin mir berichtet, dass sie sich von mir hat anstecken lassen. Sie hat nämlich gestern auch das Licht aus gelassen und mit dem Besen gekehrt statt gesaugt.

Am Nachmittag sind wir in Aschaffenburg und ich freue mich, dass ich endlich wieder Fotos schießen kann.



Wir kommen spät nach Hause und zelebrieren das Ende unserer stromlosen Woche mit McDonald's-Essen und "Tom und Jerry" auf der Couch!



An diesem Abend warten über 100 ungelesene WhatsApp-Nachrichten, unzählige Push-Notifications und 37 Updates auf mich. Aber die dürfen erst mal warten. Mein altes Leben hat mich wieder, aber das hat Zeit!

Simone Dressler

