

Warum Sie heute Ihr Bett nicht machen müssen – und es vielleicht nie wieder tun

Machen Sie morgens jeweils das Bett oder lassen Sie das bleiben? Eine Umfrage der Bieler Schülerin Isabella Sabev ergibt: Das ist eine Frage des Alters. Britische Forscher geben den Faulen recht.

Isabella Sabev

Morgens früh aufstehen, noch müde, doch man muss schon bald aufbrechen für die Arbeit oder Schule. Wer findet da noch die Motivation, sein Bett zu machen, Duvet und Kissen aufzuschütteln und alles wieder schön zu drapieren?

Wie sieht das also in der Stadt Biel aus? Eine Umfrage, die an einem Samstag in der Bieler Innenstadt durchgeführt worden ist und in der 72 zufällig ausgewählte Personen befragt wurden, ob sie sich die Mühe morgens machen, das Bett zu machen oder nicht, bringt einige klare Resultate.

Bei den meisten älteren Leuten ist das Bett zu machen der erste Schritt in den neuen Tag. Auch die Erwachsenen mittleren Alters finden die nötige Disziplin, um vor der Arbeit das Bett zu richten. Auf erstaunte Blicke, dass diese Morgenroutine überhaupt infrage gestellt wird, folgt ein «Ja, natürlich! Ich mache jeden Morgen mein Bett!» Oft habe ich diese Antwort gehört und wurde überrascht, erwartet hätte ich nämlich viel mehr Verneinungen.

Frauen machen ihr Bett öfter als Männer. Was auffällig ist: Fast alle Jugendlichen, die befragt wurden, machen ihr Bett nicht. Ob das an Faulheit, an weniger Zeit am Morgen oder an fehlender Motivation liegt?

Ein eigener Tag zum Thema

Dies spielt am 21. Dezember keine Rolle mehr. Dieser Tag gilt nämlich als der Nicht-das-Bett-machen-müssen-Tag. Das schlechte Gewissen, weil man das Bett nach dem Aufstehen nicht gemacht hat, soll an diesem Tag niemanden plagen. Da können die Eltern ihren Kindern auch nichts mehr vorwerfen.



Dieser Katze ist es egal, dass heute der Nicht-das-Bett-machen-müssen-Tag ist.

Bild: Pixabay

Diesen kuriosen Feiertag verdanken wir dem damaligen Fünftklässler Shannon Barba. Seine Initiative, die er 2014 in den USA ergriff und damit sogar mit Kongressabgeordneten ins Gespräch kam, lautete: An einem Tag im Jahr soll das Bett nicht gemacht werden müssen. Seine Aussage: «Seit ich vier Jahre alt bin, mache ich jeden Tag mein Bett. Ich mache es so, dass meine Eltern stolz auf mich sind. Aber manchmal werde ich es wirklich leid, mein Bett zu machen. Ich denke, Erwachsene ha-

ben es auch satt, ihre Betten zu machen. Jeder in unserem Land würde einen Tag geniessen, an dem er sein Bett nicht machen muss und sich nicht schlecht fühlt.» Der Junge hat in den USA ziemlich ins Schwarze getroffen: Seine Initiative ist durchgekommen. Anders als in den USA scheint dieser kuriose Feiertag unter den Menschen in der Stadt Biel weniger bekannt zu sein. Unter anderem zeigt die Umfrage jedoch auch, dass in Biel nicht nur am 21. Dezem-

ber ein Nicht-das-Bett-machen-müssen-Tag ist; viele «feiern» diesen Tag nämlich unbewusst jeden Tag. Dies ist vermutlich auch ganz gut so, denn alle können unabhängig vom Tag und Datum ihr Bett machen oder nicht. Ihre Morgenroutine frei und individuell gestalten und frisch in den neuen Tag starten.

Was lieben die Milben?

Doch nun zu einer anderen Frage. Wie steht es um unsere Gesundheit, wenn wir mor-

gens brav das Bett machen oder dies im Gegenteil stets bleiben lassen? Vermutlich ist kaum jemand ein Liebhaber von kleinen, krabbelnden Tierchen, und schon gar nicht, wenn sie so winzig sind, dass sie nur mit dem Mikroskop erkennbar sind. Unschön ist der Gedanke, wenn man sich überlegt, welche riesige Anzahl Milben sich in den Überzügen der Decken, auf der Matratze und allgemein im Bett befinden. Britische Forscher haben herausgefunden, dass Milben eine

feuchte Umgebung für ihre starke Vermehrung genüsslich finden. Zusätzlich ernähren sie sich von Hautschuppen und Haaren. Was für die unerwünschten Milben so schön ist, wird für uns Menschen manchmal zu einem Problem. Nicht selten sorgen die Tierchen für Asthma und Hausstauballergien.

Ungemacht bringt Vorteile

Bleibt die Frage, was man gegen die Milben machen kann. Interessanterweise ist es positiv, die Bettbezüge morgens einfach auslüften zu lassen und sein Bett nicht zu machen. Da Milben sich an der Feuchtigkeit erfreuen, sollte man das Bett ungemacht und aufgeschlagen lassen. Dies trägt dazu bei, dass die Feuchtigkeit schneller trocknet, was für die kleinen Tierchen zu Dehydration oder sogar zum Tod führt.

Wenn Sie also das nächste Mal vor ihrem ungemachten Bett stehen, können sie sich ja nochmals überlegen, ob sie ihr Bett machen oder es doch lieber ungemacht lassen.



Isabella Sabev

Schülerinnen widmen sich besonderen Tagen

Isabella Sabev (16) aus Biel besucht mit vier anderen Schülerinnen bei Iris Meier das Freifach «Journalismus» am Gymnasium Biel-Seeland. In diesem Quartal widmeten sie sich unbekannteren und teilweise kuriosen Feiertagen des Dezembers. Ihre Favoriten werden auf ajour.ch sowie im «Bieler Tagblatt» publiziert. (ab)