

Sie sind jetzt  
besonders müde:

# Der Klub der Schlafmützen

Von THOMAS BÖHM

Berlin - „Wenn der Hahn kräht auf dem Mist, sind wir, wo es schöner ist.“ Unter diesem Motto kämpft Mark-Peter Althausen (28) für die Rechte aller Langschläfer und Spätaufsteher - gemeinsam mit seinem Schlafmützen-Club. Die *BZ* riß die „Ober-Schnarchnase“ aus dem Winterschlaf.

Nachmittags, 15 Uhr. Nach langem Klingeln macht uns ein Mann mit Zipfelmütze auf: „Guten Morgen!“

Mark-Peter gehört zu den 21 härtesten Bettgenossen, die sich in der Hauptstadt

dem müdesten Verein Deutschlands angeschlossen haben: „Delta t“.

„Wir kämpfen für die Rechte zeitversetzt lebender und langschlafender Menschen. Wenn wir nicht gerade verpennen, treffen wir uns.“

Dann gähnt der junge Altenpfleger, reibt sich die Augen und legt seine Lieblingsplatte auf - Roy Blacks „Du bist nicht allein, wenn Du träumst am Morgen“.

„In dieser Gesellschaft ist es schwer, seine Natur auszu- leben“, erklärt Mark-Peter. „Denn jeder Mensch braucht unterschiedlich viel Schlaf. Und zu den verschiedensten

Zeiten.“ Herr Althausen hat sich wieder in die Koje gelegt, das rechte Auge fällt ihm schon wieder zu.

„Im Verein gibt's zwei Fraktionen. Die Leute, die dafür kämpfen, ihre Schlaf- und Wachperioden selbst zu bestimmen. Und zu arbeiten, wann sie wirklich am kreativsten sind. Und dann die Mitglieder, die mindestens ihre 12 Stunden Schlaf brauchen, um überhaupt richtig leben zu können.“

Althausen weiß, wovon er spricht. Jahrelang ist er selber zu spät zur Schule gekommen: „Es gab Fächer, die morgens um 8 Uhr begannen,

die kenne ich überhaupt nicht. Kindergärten, Arbeitgeber, Postboten - sie alle setzen uns jeden Tag unter Druck, bestimmen unseren Zeitrhythmus. Echtes Morgen-Grauen!“

Mit öffentlichen Schlafaktionen, Flugblättern und Diskussionsforen macht die Lobby für Langschläfer auf die Problematik aufmerksam. „Wir suchen ständig neue Mitglieder, nur müde müssen sie sein“, murmelt Althausen und fängt wieder kräftig an zu gähnen. „So, jetzt muß ich mich aber noch mal umdrehen.“ Gute Nacht!



Ein Kämpfer für den langen Schlaf: Altenpfleger Mark-Peter Althausen