

Eine Frage der Rentabilität

Heute leistet jede/r zwanzigste in der Schweiz Erwerbstätige regelmässig Nachtarbeit. Der Trend zeigt weiter nach oben, obwohl die innere Uhr nachts Erholung verlangt.

Text: Lukas Kistler und Yvonne Leibundgut Context 12/07 / 15. Juni 2007

Einst blieb der Nachtwächter seinem Bett fern, damit seine Mitbürger/innen in Ruhe schlafen konnten. Er war die Ausnahme und dies mit gutem Grund: Der menschliche Körper ist nachts auf Erholung und tagsüber auf Aktivität gepolt. Der Wechsel vom Tag zur Nacht steuert die innere Uhr des Körpers.

Heute machen sehr viele arbeitende Menschen die Nacht zum Tag und müssen versuchen, sich mit den biologischen Gesetzen ihres Körpers zu arrangieren. So wie der Nachtwächter früher Dienst an der Öffentlichkeit leistete, so tun dies heute Nacht für Nacht auch Krankenpfleger, Polizistinnen oder Tramfahrer. Hinzu kommen tausende von Angestellten im Gastgewerbe, aber auch die Mitarbeitenden unzähliger Betriebe wie Bäckereien oder Druckereien, die dafür sorgen, dass Buttergipfeli und Zeitung pünktlich auf den Frühstückstischen landen.

Eine/r auf zwanzig arbeitet nachts

Nachtarbeit nimmt zu: Während im letzten Jahr 209 000 Personen in der Schweiz regelmässig nachts arbeiteten, waren es drei Jahre zuvor noch 184 000. Damit stieg deren Anteil am Total aller Erwerbstätigen von 4,9 Prozent (2003) auf 5,4 Prozent (2006). Dabei ist der Zuwachs gleichmässig auf Männer und Frauen aufgeteilt: 2006 arbeiteten 129 000 Männer regelmässig nachts, was 6,1 Prozent aller erwerbstätigen Männer entspricht (2003: 5,6 Prozent). Die Frauen kamen im gleichen Jahr mit 80 000 Nachtarbeiterinnen auf eine Quote von 4,6 Prozent (2003: vier Prozent). Der Trend zeigt bei beiden Geschlechtern klar nach oben.

Die Branchen mit den höchsten Anteilen von nachts arbeitenden Angestellten sind das Gastgewerbe mit gut 14 Prozent, der Verkehr und die Nachrichtenübermittlung mit fast zwölf Prozent sowie das Gesundheits- und Sozialwesen und die Land- und Forstwirtschaft mit je knapp zehn Prozent. Die geringste Quote hat das Kredit- und Versicherungsgewerbe mit knapp einem Prozent der Erwerbstätigen dieser Branche.

Das Arbeitsgesetz soll den Schutz von Arbeitnehmenden garantieren. Es regelt die Arbeits- und Ruhezeiten sowie Fragen des Gesundheitsschutzes. So verbietet das Gesetz im Grundsatz Nachtarbeit. Bei dauernder oder regelmässig wiederkehrender Nachtarbeit werden aber Ausnahmen bewilligt, «sofern sie aus technischen oder wirtschaftlichen Gründen unentbehrlich ist». Vorübergehende Nachtarbeit wird bewilligt, falls ein «dringendes Bedürfnis» vorliegt. Nachtarbeit wird vom Gesetz definiert als die Zeit zwischen 23 Uhr und 6 Uhr. Das ist erst mit der neuen Fassung des Arbeitsgesetzes von 2000 so. «Früher begann Nachtarbeit um 20 Uhr. Heute können die Betriebe tagsüber zwei Schichten bewilligungsfrei arbeiten lassen», sagt der Arbeitsrechtsexperte Hansueli Schürer. Damit kamen die Gesetzgeber dem Ruf der Arbeitgeber nach mehr Flexibilität entgegen.

Eine weitere Neuerung des Gesetzes war, dass Frauen heute wie ihre männlichen Kollegen zur Nachtarbeit aufgeboten werden dürfen. Zwar arbeiteten zuvor auch Frauen nachts, etwa in der Pflege oder im Gastgewerbe, aber das Gesetz stellte sie den Männern damals nicht gleich. Das frühere Gesetz diskriminierte die Frauen, sagt Schürer. Auch Arbeitnehmende hatten ein Interesse daran, dass das Verbot aufgehoben wurde. «Als früherer Leiter des Rechtsdienstes des KV Schweiz beriet ich Informatikerinnen, die eine Stelle nicht bekamen, weil sie nachts nicht eingesetzt werden konnten.»

Rentabilität steigern

Obwohl Nachtarbeit aufgrund des Verbots bewilligungspflichtig ist, brauchen eine grosse Anzahl von Unternehmen und Betrieben der öffentlichen Hand keine Ausnahmegewilligung, um ihr Personal nachts arbeiten zu lassen. Dies sind beispielsweise Spitäler, Restaurants und Hotels, Konditoreien, Telekombetriebe, Kinos, aber auch Banken und Luftfahrtunternehmen, die Bodenpersonal beschäftigen.

Hingegen brauchen Industriebetriebe in der Regel eine Bewilligung, sei es des Staatssekretariats für Wirtschaft (Seco), sei es der kantonalen Behörden. Solche

KV Schweiz
Hans-Huber-Strasse 4
Postfach
8027 Zürich
Tel. 044 283 45 45
Fax 044 283 45 65
info@kvschweiz.ch

Unternehmen müssen um eine Ausnahme ersuchen und geltend machen, dass Nachtarbeit technisch oder wirtschaftlich unverzichtbar ist. Technische Notwendigkeit erklärt Christiane Aeschmann, die beim Seco die Abteilung Arbeitnehmerschutz leitet, so: «Stoppt man beispielsweise in einer Zwirnerei die Maschine, reisst der Faden und muss wieder aufgewickelt werden. Deshalb ist es für den Betrieb notwendig, die Maschinen auch nachts laufen zu lassen.» Reicht ein Unternehmen ein Gesuch wegen wirtschaftlicher Notwendigkeit ein, muss es laut Verordnung nachweisen, dass ihm ein Wettbewerbsnachteil gegenüber konkurrierenden Unternehmen oder Ländern erwächst oder Investitionen sich nicht amortisieren, wenn die Maschinen nachts abgestellt werden. «Mit Nachtarbeit kann die Rentabilität gesteigert werden», sagt Christiane Aeschmann.

Kontroverse um Wechselschicht

Mit dem Arbeitsgesetz von 2000 wurde neu eingeführt, dass Arbeitnehmende ihre Schicht wechseln müssen und sie die gleiche Schicht nicht länger als sechs Wochen am Stück leisten dürfen. «Die Pflicht zum Schichtwechsel wurde damals eingeführt, um das aufgehobene Nachtarbeitsverbot für Frauen zu kompensieren», sagt Christiane Aeschmann.

Dennoch können Arbeitnehmende auch länger als sechs Wochen zur Nachtarbeit eingeteilt werden. Vorausgesetzt ist indes – nebst anderen Bedingungen – deren Einverständnis. Das Seco habe, so Christiane Aeschmann, die Meinung, dass es gesundheitlich besser verträglich sei, zwischen Nacht- und Tagesschichten zu wechseln, als ausschliesslich in der Nacht zu arbeiten. Als das neue Arbeitsgesetz in Kraft trat, ging das Seco zu einer restriktiven Praxis über: Es ger als zwölf Wochen dauern sollte – in dem Fall spricht man von Dauernachtarbeit.

Doch die Bewilligungspraxis des Seco stiess auf beträchtlichen politischen Widerstand. Betriebe mussten ihre Schichtpläne umstellen und verloren laut Christiane Aeschmann Personal. Zwei Studien, wovon eine vom Seco in Auftrag gegeben wurde, hätten keine Klarheit in der strittigen Frage gebracht, ob wechselnde Schichten oder Dauernachtarbeit für die Gesundheit förderlicher ist. Hansruedi Wandfluh, SVP-Nationalrat und Unternehmer, reichte im Oktober 2005 eine Interpellation ein, die sich kritisch gegen das Seco-Verbot von Dauernachtarbeit richtete. Der Bundesrat hält in seiner Antwort fest, dass beide Studien unabhängig von der Streitfrage ergeben haben, dass beispielsweise Pausen, warme Mahlzeiten und medizinische Untersuchungen sich positiv auf das Wohlbefinden der Nachtarbeitenden auswirken.

Fortgesetzte Zunahme prognostiziert

Das Seco gab schliesslich dem Druck nach und bewilligt heute Dauernachtarbeit. Allerdings müssen Unternehmen nachweisen, dass sie kein Personal für wechselnde Schichten finden oder ihr Personal solche Schichten ablehnt. Obwohl sich Hansruedi Wandfluh mit der Antwort des Bundesrats auf seine Interpellation lediglich «teilweise befriedigt» zeigte, sagt er heute, dass er mit der jetzigen Praxis gut leben könne, denn diese sei einigermaßen vernünftig. Das Gesetz werde sehr pragmatisch umgesetzt, weshalb er auch keine weiteren Vorstösse eingereicht habe. In seinem Hydraulikunternehmen mit Hauptsitz in Frutigen leisten zwei Angestellte Dauernachtarbeit, vier weitere arbeiten in wechselnden Schichten. Christiane Aeschmann vom Seco hat den Eindruck, dass der Grund, weshalb immer mehr Angestellte nachts arbeiten, konjunktureller Natur sei. Sie rechnet damit, dass aufgrund des wirtschaftlichen Wettbewerbs die Nachtarbeit weiter zunehmen wird. «Bevor Unternehmer neue Maschinen kaufen, wollen sie diese länger laufen lassen – also auch nachts.» Hansruedi Wandfluh teilt Aeschmanns Prognose, wonach noch mehr Personen nachts arbeiten werden. Der Druck dazu nehme aufgrund der hohen Investitionen in industrielle Anlagen weiter zu. «Sie rentieren sonst nicht.»

«Ende Jahr musst du einfach Geld verdient haben»: Urs Fischbach, Devisenhändler bei der ZKB

Montag, 20 Uhr. Urs Fischbach öffnet uns die Tür zum Bürogebäude der Zürcher Kantonalbank (ZKB) an der Josefstrasse im Zürcher Industriequartier. Es geht in den dritten Stock, Abteilung Devisenhandel. Urs Fischbach nimmt Platz vor acht Bildschirmen mit Zahlen, Tabellen und Grafiken. Der Devisenhändler macht seit 18 Jahren die New-York-Schicht, die so heisst, weil sie sich an den US-amerikanischen Geschäftszeiten orientiert. Fischbach arbeitet von 16 Uhr bis halb ein nachts, in der Regel in einem Dreierteam.

«Mir gefällt's sehr gut», sagt der 49-jährige Aargauer über seine ungewöhnliche Arbeitszeit. Der Vorteil: Er hat noch etwas vom Tag, steht er doch nach rund sechs Stunden Schlaf um neun Uhr auf. Um zwölf kocht er das Mittagessen oder trifft sich dazu mit Kollegen. Ein Mannschaftssport liegt aber nicht drin. Sozial sei es nicht einfach, sagt er, jemanden am Sonntag für den Ausgang gewinnen, könne schwierig sein. Urs Fischbach war verheiratet und ist Vater. «Für eine Partnerin ist es bestimmt nicht einfach, abends mit den Kindern alleine zu sein.»

Urs Fischbach kauft und verkauft alle handelbaren Währungen, am häufigsten die Hauptwährungen wie US-Dollar, Euro, Schweizer Franken, britisches Pfund oder Yen. «Ende Jahr musst du einfach Geld verdient haben. In welcher Währung spielt keine Rolle.» Fischbach handelt stets mit Beträgen in Millionenhöhe. Trotzdem schläft er ruhig. Eigentliche Esspausen kennt Fischbach nicht. Denn der Handel verlangt ständige Präsenz. Deshalb wird vor den Bildschirmen gegessen. Manchmal bringt er von zu Hause etwas mit, ein anderes Mal kocht er eine Suppe. Das Abendessen nimmt er um sieben oder um neun ein, wie es gerade kommt. «Wenn ich eine Position habe und es läuft nicht wunschgemäss, dann studiere ich nicht, ob ich Hunger habe.» Die New-York-Schicht sei in letzter Zeit aber eher ruhig, sagt er.

«Wenn ich nachmittags komme, freuen sich meine Kollegen», sagt der Händler. Sein Arbeitsbeginn kündigt nämlich deren baldigen Feierabend an. Selber schätzt er die Ruhe während der Nacht: «Man hat seinen Frieden.» Devisenhandel ist Teamarbeit, Fischbach arbeitet im kleinen Zweier- oder Dreier-team. Umso wichtiger ist, dass die Chemie zwischen ihnen stimmt. Ob er den Feierabend manchmal herbeisehne? Wenn wenig läuft, wartet er darauf, dass die Ablösung kommt. Dann ist er froh, dass fernsehen erlaubt ist. Auf einem der Bildschirme wird gerade ein Kochwettbewerb ausgetragen. «So höre ich im Hintergrund immer eine Stimme, sonst wäre es fast zu ruhig.»

21 Uhr. Wir verabschieden uns. Urs Fischbachs Kollege begleitet uns zum Ausgang. holt vom Fast-Food-Imbiss um die Ecke einen Kebab. halb eins werden die beiden vom Team der Asien-Schicht, das bis acht morgens arbeitet, abgelöst werden. Der Devisenhandel läuft rund um die Uhr. Urs Fischbach ist gegen ein Uhr zu Hause, trinkt noch ein Glas mit seiner

Ohne schlechtes Gewissen schlafen

Wer immer in der Nacht arbeitet, hat weniger gesundheitliche Probleme als Arbeitnehmende mit wechselnden Schichten, sagt Daniel Hicklin, Experte für Schlaf und Schlafstörungen.

Context: Herr Sie sind Psychologe auf dem Fachgebiet Schlaf und Schlafstörungen. Arbeiten persönlich in der Nacht?

Daniel Hicklin: Nein. Ich bin froh, dass es an meinem gegenwärtigen Arbeitsplatz nicht nötig ist. Meine Partnerin arbeitet zu normalen Arbeitszeiten. Das würde es schwierig machen, gemeinsam Zeit zu verbringen. Doch was es heisst, in der Nacht zu arbeiten, das sieht für jede Person wieder anders aus. Es gibt Leute, die durch Nachtarbeit Schlafstörungen entwickeln, bei anderen wiederum führt Nachtarbeit zu sozialen Problemen, für dritte ist Nachtarbeit gut verträglich.

Die gängige Meinung gegen Nachtarbeit heisst, sie ist ungesund. Nun gibt es aber auch Untersuchungen, die zum Schluss kommen, dass die wenig Einfluss auf die Gesundheit hat. Was stimmt nun?

Man kann klar nachweisen, dass Arbeitnehmende, die in der Nacht arbeiten, häufiger an Magen-Darm-Störungen leiden und vermehrt Herz-Kreislauf-Beschwerden entwickeln. Zudem sind Schlafstörungen bei Schichtarbeit sehr häufig. Es hängt auch davon ab, wie Nachtschicht geleistet wird: sind es nur wenige, zwei oder drei aufeinanderfolgende Nächte oder viele Nächte.

Wie wirken sich diese Formen aus?

Der Schlaf-Wach-Rhythmus verschiebt sich nur langsam – zirca 30 bis 45 Minuten pro Tag vorwärts und etwa 15 bis 20 Minuten pro Tag rückwärts. Eine vollständige Umstellung von einer Tag- auf eine Nachtschicht dauert ungefähr 14 Tage. Bei kurz rotierenden Schichtsystemen kommt es nur zu einer geringfügigen Verschiebung des Rhythmus, was sich günstig auswirkt bei Personen, die eher Mühe mit Nachtarbeit haben. Anders langsam rotierende Systeme, bei denen es zu einer grösseren Verschiebung des Schlaf-Wach-Rhythmus und damit zu einer Teilanpassung an die Nachtschicht kommt. Zwar verbessert sich die Befindlichkeit während der Nachtarbeit, es können aber bei der Umstellung

erhebliche Rückumstellungsprobleme auftauchen. Am geringsten sind die körperlichen Folgen bei Dauernachtarbeit.

Das heisst, wenn jemand immer in der Nacht arbeitet, stellt sich der Körper um?

Der Körper kann sich ganz umstellen, sofern man in der Freizeit im gleichen Rhythmus bleiben würde. Das Problem ist jedoch, dass sich das Umfeld nicht umstellt und Einflussquellen wie zum Beispiel Tageslicht oder Lärm den Schlaf tagsüber stören. Die meisten Nachtarbeitenden wechseln zudem in der Freizeit wieder auf den so genannten Normalrhythmus.

Welcher Wechsel von Nacht- und Tagarbeit ist sinnvoll?

Kurzrotierende Zyklen sind besser, weil sich der Schlaf-Wach-Rhythmus nur wenig verschiebt und es daher weniger Rückumstellungsprobleme gibt. Es gibt dann allerdings häufigere Wechsel auf Nachtschichten. Zudem können diese Modelle in sozialer Hinsicht problematischer sein, da die Arbeitspläne etwas komplizierter und daher für die Familie weniger einsichtig sind. Und Untersuchungen zeigen, dass die Familie bei Schichtarbeit ein wichtiger, unterstützender Faktor ist.

Was zeigen diese Untersuchungen?

Menschen, die in der Partnerschaft und in der Familie unterstützt werden, geben einen besseren Gesundheitszustand an. Das engste Umfeld muss den Rhythmus akzeptieren und ihn in einer gewissen Weise auch mitleben. Ich erinnere mich an einen Schichtarbeiter, der in einem Kurs einmal gesagt hat, nicht nur er arbeite Schicht, sondern seine ganze Familie.

Ist das für eine Partnerschaft oder eine Familie nicht sehr belastend?

Es kann belastend sein. Es muss aber nicht. Es kann auch Vorteile mit sich bringen, vor allem, wenn die Kinder noch klein sind. So können sich die Eltern zum Beispiel bei der Kinderbetreuung tagsüber abwechseln. Wir konnten bisher bei unseren Befragungen zum Beispiel keine höhere Scheidungsquote feststellen. Viele Befragten geben an, dass Schichtarbeit konflikthemmend sein könne. Die Paare müssen sich viel besser absprechen, wie sie gemeinsame Zeiten finden.

Sie beraten Firmen, die durchführen. Mit welchen Problemen werden Sie am meisten konfrontiert?

Es gibt immer wieder Fragen zum Umgang mit Schlaf, zu Schlafstörungen sowie Rückumstellungsproblemen. Auch über die Ernährung wollen viele etwas wissen. Häufig taucht auch die Frage auf, wie Schichtarbeiter in der Firma besser integriert werden können. Schichtarbeiter sind etwas isoliert, dies sieht man unter anderem auch daran, dass jeweils nur eine Minderheit Firmenanlässe besuchen kann.

Was kann man bei Ihnen lernen?

Normalerweise besuchen alle Schichtarbeiter einer Firma unsere Seminare. Im theoretischen Teil geben wir einen Einblick in die heutigen wissenschaftlichen Erkenntnisse über Schichtarbeit. Zudem zeigen wir Methoden, um die Umstellungsproblematik zu reduzieren und die Arbeitsfähigkeit in der Nacht zu verbessern. Im praktischen Teil werden diese Themen in der Gruppe diskutiert; dabei geht es darum, das theoretische Wissen zur Schichtarbeit mit der eigenen Situation in Verbindung zu setzen und einen Austausch zu diesen Themen zwischen den Schichtarbeitenden zu fördern. Langjährige Schichtarbeiter sind oft Experten im Umgang mit wechselnden Schlafzeiten. Deshalb versuchen wir sehr individuell auf die Probleme und Fragen einzugehen und Lösungen zu finden.

Was raten Sie den Leuten, die zu ihnen in die Kurse kommen?

Das tönt nun ein wenig banal: genügend Schlaf. Vor allem bei Angestellten, die Frühschicht arbeiten, sind die Schlafzeiten oft recht kurz.

Weshalb erwähnen nun die Frühschichtarbeitenden?

Bei Leuten, die Frühschicht arbeiten, ist oft die tatsächliche Schlafdauer im Vergleich zum Schlafbedürfnis zu gering. Zudem haben sie häufig Einschlafschwierigkeiten, da man möglichst schnell einschlafen möchte, was sich eher ungünstig auf den Schlaf auswirkt. Vor diesem Hintergrund wäre es sinnvoll nach einer Frühschicht nochmals etwas zu schlafen. Schichtarbeiter haben aber oft ein schlechtes Gewissen, wenn sie sich nach der Arbeit hinlegen. Eigentlich haben sie ja schon geschlafen. Einfach nicht genug.

Kann man Schlaf aufholen oder vorschlafen?

Schlaf kann bis zu einem gewissen Grad auf- oder vorgeholt werden. Bei Frühschicht kann

nach der Arbeit kurz nachgeschlafen werden. Bei Nachtschicht gibt es die Möglichkeit vorzuschlafen und so den Schlafdruck während der Nachtarbeit etwas zu senken. Die Problematik des Schlaf-Wach-Rhythmus bleibt allerdings bestehen: Es wird eine Leistung erbracht zu einer Zeit, in welcher der Organismus auf Erholung eingestellt und weniger leistungsfähig ist. Schlafmangel sollte möglichst schnell ausgeglichen werden – entweder, dass man die nächste Nacht länger schläft oder dass man einen Tagesschlaf macht.

Wann hat man genug geschlafen?

Die durchschnittliche Schlafdauer beträgt sieben Stunden. Einige brauchen weniger, andere wiederum brauchen mehr, die so genannten Langschläfer. Für diese Menschen ist es schwierig, Schicht zu arbeiten.

Wie weiss man denn, dass man genug geschlafen hat?

Testen lässt sich das am Wochenende oder in den Ferien. Hier können sich alle selber überprüfen: Wie viel Schlaf brauche ich, damit ich fit bin?

«Haben wir viel Arbeit, merkt man nicht, dass man müde ist»: Heidi Carretero, Mitarbeiterin Import/Export bei Cargologic

Es ist zwei Uhr nachmittags. Heidi Carreteros heutige Schicht, die um sechs begonnen hat, geht ihrem Ende entgegen. Wir sitzen im Büro ihres Chefs, im ersten Stock, über der riesigen Halle beim Flughafen Kloten, in der Cargologic Güter umschlägt: Importierte Güter, die für den Weitertransport mit Destination in der Schweiz oder im nahen Ausland bestimmt sind, und Exportwaren, die auf ihren Abflug nach Zielflughäfen auf der ganzen Welt warten.

Die 29-Jährige arbeitet im Data Doc Center, wo sie Frachtbriefe erfasst und Zolldokumente erstellt. Cargologic ist ein Schichtbetrieb: Es gibt Frühschichten ab vier, fünf, und sechs Uhr, Tagesschichten ab sieben und ab viertel vor acht Uhr sowie Spätschichten ab ein, zwei und drei nachmittags. Ausserdem wird in der Nacht von Freitag auf Samstag ab halb zehn bis sechs morgens gearbeitet. Und auch am Wochenende ist ihr Team im Einsatz. Die Schicht von Freitag auf Samstag macht Heidi Carretero, seit knapp acht Jahren bei Cargologic, etwa einmal monatlich.

«Nachts ist es viel ruhiger», sagt Carretero. Im Grossraumbüro, wo es tagsüber recht chaotisch zu und her gehen kann, arbeiten von Freitag auf Samstag nur sie und eine Kollegin. Sie könne vorwärts machen und werde nicht abgelenkt. «Meistens haben wir recht viel zu tun. So merkt man nicht, dass man müde ist.» In der halbstündigen Pause isst sie nur etwas Kleines, etwa ein Joghurt. «Es ist komisch, mitten in der Nacht etwas zu essen.» Hungrig sei sie nicht. Früher, als sie drei und mehr Nächte hintereinander arbeitete, war es anders, aber heute lohne es sich nicht, umzustellen.

Kommt Heidi Carretero gegen halb sieben nach Hause, geht sie schnurstracks ins Bett. Bereits um zwölf Uhr steht sie wieder auf. «Schlafe ich länger, bekomme ich Kopfschmerzen.» Abends geht sie dann wieder früh schlafen. Weil sich der Körper nicht an die Nachtarbeit gewöhne, mache ihr diese nicht sehr zu schaffen. Unterm Strich arbeitet die junge Frau aber nicht so gerne nachts. «Der Schlaf tagsüber ist nicht so gut wie derjenige nachts», sagt sie.

Am wenigsten mag es Heidi Carretero, wenn sie abends bis elf Uhr arbeitet und am nächsten Morgen wieder um sieben anfängt. «Das macht mich nervös, weil ich weiss, ich muss bald wieder aufstehen.» Am liebsten hat sie die Frühschichten ab fünf oder sechs Uhr. «Dann habe ich am meisten vom Tag.» Im Sommer könne man in die Badi oder finde beim Coiffeur bestimmt einen freien Termin.

Monatlich hat Heidi Carretero fünf Wünsche frei, wann sie Freitage beziehen und bevorzugte Schichten übernehmen möchte. Sie gibt stets ein Wochenende ein, um dieses mit ihrem Partner verbringen zu können. Arbeitet sie Frühschicht, sehen sie einander auch abends. Schwierig ist es bei Spätschicht: Steht ihr Partner morgens auf, schläft sie noch. kommt sie abends nach Hause, ist ihr Partner bereits am Schlafen.