

## Worauf könnten Sie zu Weihnachten verzichten?

**Besinnliche Feiertage im Kreis der Lieben – sieht Ihr Weihnachtsfest so aus? Freuen Sie sich! Mehr als ein Drittel der Deutschen leidet über Weihnachten nämlich an Hektik und Stress.**

Geschenke besorgen, Weihnachtsplätzchen backen, den Baum schmücken, den Festschmaus vorbereiten. Vor den Feiertagen gilt es viel zu erledigen. Kein Wunder also, dass 36 Prozent der Deutschen zu Weihnachten über Stress und Hektik klagen. So lautet das Ergebnis einer repräsentativen Umfrage, für die das Meinungsforschungsinstitut Emnid im Auftrag von Reader's Digest 1004 Personen befragt hat.

Am meisten genervt zeigen sich die 50- bis 59-Jährigen. 42 Prozent dieser Altersgruppe stören an Weihnachten vor allem Stress und Hektik. Eher gelassen dagegen zeigt sich die Generation 60 plus: Nur 31 Prozent fühlen sich zu den Feiertagen übermäßig gestresst. Entspannt sind auch die Sachsen und Thüringer – nur 30 Prozent lei-

den unter weihnachtlicher Hektik. In Schleswig-Holstein, Hamburg, Niedersachsen und Bremen hingegen klagen darüber 42 Prozent.

Ein Teil des Stresses mag der Notwendigkeit geschuldet sein, Geschenke für Menschen zu finden, die eigentlich schon alles haben. 29 Prozent aller Befragten stören sich an diesem sanften Zwang. Wiederum ist die ältere Generation besonders entspannt: Nur 25 Prozent beklagen diesen Punkt.

Auch die Bayern nehmen es locker. Gerade einmal 20 Prozent der Freistaatler haben das Gefühl, sie müssten Geschenke für Menschen finden, die schon alles haben.

Weihnachtsgans, Christstollen, Glühwein und kein Ende – 12 Prozent der Deutschen geht das viele Essen und Trinken zu den Feiertagen auf die Nerven. Besonders die Ältesten stören sich daran: 16 Prozent von ihnen stößt das Schlemmen übel auf.

Einsamkeit ist – zum Glück – nur für 8 Prozent der Befragten ein Thema. „Spitzenreiter“ sind hier erwartungsgemäß die Alleinstehenden: 15 Prozent fühlen sich einsam, wenn andere feiern. Allein sein kann man aber auch im Kreis der Lieben: Überraschende 10 Prozent der Befragten in Haushalten mit vier und mehr Personen fühlen sich am Fest einsam. **DKK**

