

**Zeitschrift:** Energie & Umwelt : das Magazin der Schweizerischen Energie-Stiftung SES

**Herausgeber:** Schweizerische Energie-Stiftung

**Band:** - (2021)

**Heft:** 3

**Artikel:** Free day for future!

**Autor:** Lichtblau, Quentin

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-976606>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Free day for future!

**Arbeiten schadet dem Klima. Also lassen wir es doch. Ein Plädoyer für die Viertagewoche.**



Von **Quentin Lichtblau**  
Freier Autor und Journalist aus München

Ich weiss nicht, was Sie denken, aber ich sehe es so: Der Schweizer Klimaschutz steckt in einer Sackgasse. Ähnlich verhält es sich in meiner Heimat Deutschland. Während in Prä-Corona-Zeiten noch so etwas wie Wechselstimmung in der Luft lag, stellt sich nun Resignation ein: Die deutschen Politiker:innen mit ihren Klimapaketchen handeln zu zaghaft. Das Schweizer CO<sub>2</sub>-Gesetz war moderat, dennoch hat es die Schweizer Bevölkerung versenkt. Die Klimastreik-Aktivist:innen, die im Grunde nicht mehr als die Einhaltung vereinbarter Ziele fordern, gelten manchen als nörgelnde Asketen, die dem kleinen Mann Autofahren und Flugurlaub streichen wollen.

Und wir Bürger:innen wenden uns entweder ab oder üben uns in Selbstzufriedenheit – nuckeln an wiederverwendbaren Schnabelkaffeebechern, zahlen (wenn es gut kommt) für unsere Urlaubsflüge ein paar Fränkli CO<sub>2</sub>-Kompensation und hoffen, dass sich so die Luft reinigt. Der globale CO<sub>2</sub>-Ausstoss steigt trotzdem weiter an. Spätestens die Maskenfrage dürfte gezeigt haben: Selbstverantwortung reicht nicht. Wir brauchen Massnahmen, die über freiwillige Konsumententscheidungen hinausreichen. Genau davor allerdings schreckt die Politik zurück – nach dem CO<sub>2</sub>-Gesetz-Debakel erst recht. Verliert man nicht automatisch Wähler:innen, wenn man Verzicht, ob durch Verbote oder Steuern, einfordert?

## Ein freier Wochentag frei für alle!

Sie kennen das alles schon; danke, dass Sie trotzdem weiterlesen. Jetzt kommt etwas Neues: Wir müssen den Verzicht nicht dort suchen, wo er wehtut – sondern wo er erträglich ist, wo er regelrecht Freude, gar Freiheit bringt. Wo? Beim Arbeiten. Ich fordere: Free day for future! Einen Wochentag frei für alle. Bei vollem Lohnausgleich.

Sie wirken irritiert. Lassen Sie mal Ihren inneren Protestantismus und das Arbeit-als-Selbstverwirklichungs-Mantra beiseite: Sie werden mir sicher zustimmen, dass unter all den Tätigkeiten, die weltweit den CO<sub>2</sub>-Ausstoss erhöhen, die Arbeit die unbeliebteste ist. Ganze Kaffeetassenindustrien leben von lustigen Sprüchlein über die Fürchterlichkeit des Montagmorgens, der uns allwöchentlich aus der Selbstbestimmtheit reisst und der Lohnarbeit ausliefert. Ob Bauarbeiter oder Ärztin: Jeder würde sich über mehr Freizeit freuen – völlig unabhängig davon, wie er oder sie zur Klimakrise steht.

*Man stelle sich ein Wahlplakat vor:  
«Nie wieder Montag!»*

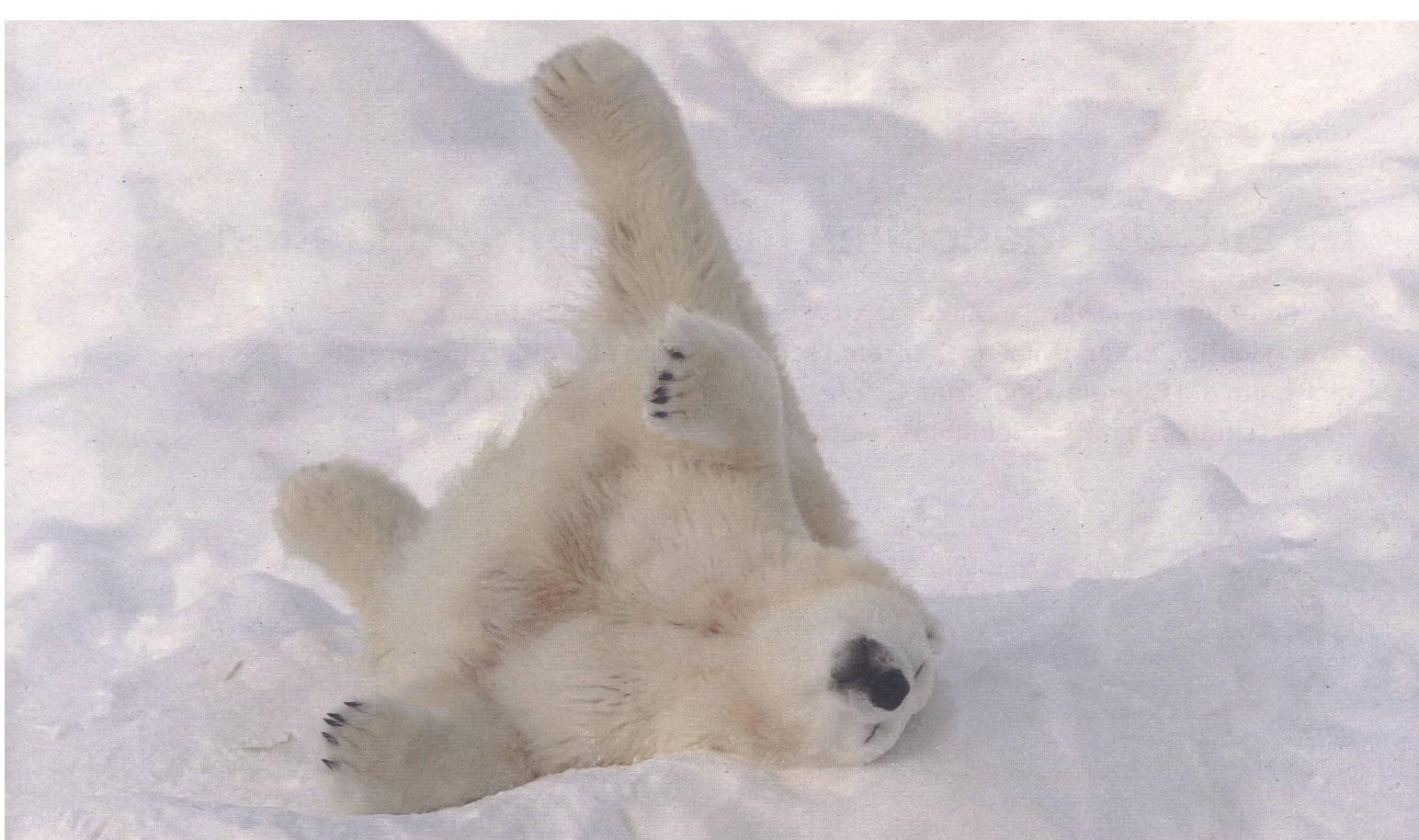
Nette Idee, aber Spinnerei? Das dachten sicher auch viele, als in den 50ern die bundesdeutschen Gewerkschaften herumgesponnen haben: Könnte man den Arbeiter nicht vom Joch der Sechstagewoche befreien?

Auch fünf Arbeitstage sind kein Gott gegebenes oder nur vernünftiges Mass. In einer Zeit, in der viele Bullshit-Jobs mehr einer Beschäftigungstherapie als wertschöpfender Arbeit gleichen, ein Burnout fast schon zum Standard gehört und Wünsche nach einer gleichberechtigten Familien- und Karriereplanung das Vollzeitmodell ins Wanken bringt, wäre eine geringere Arbeitszeit für alle keine radikale Zukunftswette. Sonder die überfällige Anpassung der Arbeit an die Lebenswelt von Millionen Menschen.

## Vollzeitmenschen – vom Leben entfremdet

Versuchen wir es nüchtern. Wie in jedem Text über Innovationen ist es nun Zeit für das, was amerikanische Forscher:innen herausgefunden haben. Diese haben herausgefunden, dass es einen Zusammenhang zwischen Arbeitsstunden und Emissionen gibt. Erste Hinweise lieferte 2005 die Bostoner Soziologieprofessorin Juliet Schor. Der Vergleich der durchschnittlichen Arbeitsstunden verschiedener Staaten mit deren ökologischem Fussabdruck enthüllte eine positive Korrelation. Die Ökonomen David Rosnick und Mark Weisbrod skizzierten 2006 zwei verschiedene Beschäftigungsmodelle: das amerikanische (viele Arbeitsstunden) und das europäische (weniger bei ähnlicher Leistung). Sie empfahlen der US-Wirtschaft die EU als Vorbild: So liessen sich 20% Energiekosten einsparen.

Warum lehnen wir uns nicht mal zurück und schauen, was wir da eigentlich fünf Tage die Woche tun? Und was tun Menschen, wenn man sie die Arbeit schwänzen lässt? 2005 untersuchte eine Studie das Verhalten französischer Bürger:innen nach der Einführung der 35-Stunden-Woche. Die meisten gaben an, dass sie die gewonnene Freizeit für ihre Familie, Entspannung oder Sport nutzen. Energieintensive Tätigkeiten wie Reisen oder Konsum wurden seltener genannt, noch nach der Ausübung von Ehrenämtern. Ebenso änderte sich auch das Verhalten im öffentlichen Raum: Die täglichen Rushhours verflüchtigten sich. Die Franzosen legten mehr Wege mit dem Fahrrad oder zu Fuß zurück, sie kochten daheim selbst, weil nun die Zeit dafür da war – und die Autos, PCs oder Maschinen ruhten.



Oft höre ich von Vollzeitmenschen, so einen freien Tag bräuchten sie schon, um ihre vermüllten Wohnungen einigermassen in Schuss zu bringen. Dass sie Putzkräfte einstellen, um die eigene Job-Performance nicht zu gefährden. Dass sie den Kochlöffel nur in die Hand nehmen, um am Samstagabend Freunde zu beeindrucken. Vollzeitmenschen haben sich nicht nur von ihrer Arbeit entfremdet, sondern auch von ihrem Leben.

Gut und schön, mögen Sie sagen; aber da ziehen die Arbeitgeber niemals mit. Sie müssten ja den Stundenlohn tüchtig erhöhen. Die Sache ist: Sie tun es schon, probeweise, eine Avantgarde jedenfalls. Und offenbar macht eine Viertagewoche nicht nur die Mitarbeiter zufriedener, sie steigert auch ihre Produktivität. Das ergab beispielsweise ein Test in Japan. Dort gab Microsoft im Sommer 2019 einen Monat lang die Freitage frei. Mit Erfolg: Die Angestellten leisteten 40% mehr als im Vergleichsmonat ein Jahr zuvor, gemessen am generierten Umsatz pro Mitarbeiter:in. Auch ein wissenschaftlich begleiteter Test beim neuseeländischen Finanzdienstleister Perpetual Guardian zeigte keine Leistungseinbrüche. Die 250 Mitarbeiter fühlten sich nicht gestresst, dass sie effizienter arbeiten mussten, sondern rapportierten eine verbesserte Work-Life-Balance. Die Firma hat das Experiment daher zur Norm gemacht.

#### **Es gibt keine schönere Art des Verzichts**

Das alles ist nicht so weit weg, wie es sich vielleicht anhört. In der deutschen Metall- und Elektroindustrie gibt es seit 2019 für Tarifbeschäftigte das Recht auf eine «verkürzte Vollzeit» bis zu 28 Wochenstunden. Zwar mit weniger Gehalt. Aber zumindest lässt sich sagen, dass auch traditionelle Wirtschaftszweige an reduzierten Arbeitszeiten kaum zu Grunde gehen.

Wichtigster Vorreiter ist Island: Nach zwei erfolgreichen Gross-Feldversuchen – kürzere Arbeitszeit, höhere Produktivität – mit beinahe 3000 Teilnehmenden haben viele isländische Gewerkschaften nach den Ergebnisveröffentlichungen die Arbeitszeiten neu verhandelt. Seit Juli ist die verkürzte Arbeitswoche die isländische Norm.

Europaweit sind 56% der Arbeitnehmer für die Viertagewoche. Warum nimmt die Politik diese Bürger:innen nicht ernst? Wie laut wäre der Jubel, wenn eine Partei sich die Idee tatsächlich ins Wahlprogramm schriebe? Natürlich ist mir bewusst, dass ein freier Tag nicht ausreichen wird, um die Schweiz oder Deutschland ins Zeitalter der Nachhaltigkeit zu katapultieren. Und dass viele Selbstständige aus freien Stücken fünf, sechs, sieben Tage die Woche arbeiten. Umso wichtiger ist es, ihnen vorzumachen, was Freizeit wert ist, persönlich und ökologisch.

Die Viertagewoche wäre ein erster Schritt, um den Erhalt unserer Erde als Konsens zu etablieren. Künftig könnten sich alle Generationen am freien Montag beim gemeinsamen Kochen, Picknicken oder Faulenzen ihrer neu gewonnenen Freiheit erfreuen. Von mir aus auch freitags, was sich vom Namen her anbietet, auch als Dankeschön an die Schulstreikenden. Die genaue Ausgestaltung dieser herrlichen Zukunft überlasse ich der Politik. Es bleibt die Frage, wer sich das institutionalisierte Nichtstun zuerst auf die Plakate drückt. Ich jedenfalls kann mir keine schönere Art des Verzichts vorstellen. Sie? <

Dieser Artikel erschien ursprünglich in DIE ZEIT Nr. 4/2020 und wurde für die vorliegende Publikation aktualisiert und adaptiert.