

## Meinungen zur Zeitumstellung

Datenbasis:	1.001 Befragte
Erhebungszeitraum:	18. bis 20. September 2019
statistische Fehlertoleranz:	+/- 3 Prozentpunkte
Auftraggeber:	DAK-Gesundheit

29 Prozent der Befragten geben an, dass sie schon einmal Probleme, zum Beispiel gesundheitlicher oder psychischer Art, mit der Umstellung der Zeit auf Winterzeit hatten. 71 Prozent können sich nicht erinnern, dass ihnen die Zeitumstellung schon einmal Probleme bereitet hat.

Frauen äußern etwas häufiger als Männer, dass sie schon einmal Probleme mit der Zeitumstellung hatten.

Vergleichsweise häufig geben dies außerdem die 45- bis 59-Jährigen an.

▪ Probleme mit der Zeitemstellung

		Es hatten schon einmal irgendwelche Probleme mit der Zeitemstellung	
		ja	nein, bisher noch nicht
		<u>%</u>	<u>%</u>
insgesamt	2013	24	76
	2014	23	77
	2015	22	78
	2016	24	76
	2017	22	78
	2018	28	72
	2019	29	71
Nord		31	69
Nordrhein-Westfalen		29	71
Mitte		36	64
Baden-Württemberg		25	75
Bayern		25	75
Ost		31	69
Männer		24	76
Frauen		35	65
18- bis 29-Jährige		28	72
30- bis 44-Jährige		29	71
45- bis 59-Jährige		37	63
60 Jahre und älter		24	76
Hauptschule		26	74
mittlerer Abschluss		30	70
Abitur/Studium		30	70

Diejenigen, die schon einmal Probleme durch die Zeitumstellung hatten, wurden gefragt, welche Probleme bzw. Symptome auftraten.

77 Prozent geben an, sich wegen der Zeitumstellung müde oder schlapp gefühlt zu haben. 65 Prozent hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen.

41 Prozent konnten sich schlechter konzentrieren und 29 Prozent fühlten sich gereizt. 12 Prozent bringen damit depressive Verstimmungen in Verbindung.

18 Prozent der Erwerbstätigen erinnern sich, wegen der Zeitumstellung schon einmal morgens nicht pünktlich zur Arbeit gekommen zu sein.

▪ Probleme oder Symptome infolge der Zeitumstellung \*)

Infolge der Zeitumstellung hatten sie schon einmal folgende Probleme oder Symptome:	insgesamt: **)					Männer Frauen	
	2015	2016	2017	2018	2019		
	%	%	%	%	%	%	%
- es fühlten sich müde bzw. schlapp	75	79	75	79	77	76	78
- es hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen	64	60	61	62	65	57	70
- es konnten sich schlechter konzentrieren	39	38	36	39	41	38	43
- es fühlten sich gereizt	34	38	29	28	29	28	30
- es kamen wegen der Zeitumstellung morgens nicht pünktlich zur Arbeit ***)	21	21	19	21	18	18	18
- es hatten depressive Verstimmungen	13	13	12	9	12	14	10

\*) Basis: Befragte, die schon einmal irgendwelche Probleme mit der Zeitumstellung hatten

\*\*\*) Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

\*\*\*) nur Erwerbstätige

19 Prozent halten die Zeitemstellung grundsätzlich für sinnvoll.

Die meisten (79 %) sind allerdings der Meinung, dass die Zeitemstellung überflüssig ist und abgeschafft werden sollte.

▪ Sinnhaftigkeit der Zeitemstellung

Es halten die Zeitemstellung generell für sinnvoll

	ja	nein, die Zeitemstellung ist überflüssig und sollte abgeschafft werden
	%	*) %
insgesamt:		
2013	29	69
2014	27	71
2015	26	71
2016	23	73
2017	25	72
2018	17	80
2019	19	79
Nord	19	81
Nordrhein-Westfalen	18	79
Mitte	18	75
Baden-Württemberg	21	78
Bayern	17	83
Ost	19	80
Männer	20	79
Frauen	18	80
18- bis 29-Jährige	28	70
30- bis 44-Jährige	19	80
45- bis 59-Jährige	16	82
60 Jahre und älter	16	81
Hauptschule	12	86
mittlerer Abschluss	14	85
Abitur/Studium	20	77

\*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

67 Prozent finden es wichtig, dass sich die Länder der Europäischen Union auf eine einheitliche Zeit einigen.

32 Prozent finden das nicht so wichtig.

Eine Einigung auf eine einheitliche Regelung in der EU finden vor allem die älteren Befragten und die Befragten mit Hauptschulabschluss wichtig.

- Einheitliche Regelung in der Europäischen Union

		Es finden wichtig, dass sich die Länder der Europäischen Union auf eine einheitliche Zeit einigen	
		ja	nein, nicht so wichtig*)
		%	%
insgesamt:	2018	68	31
	2019	67	32
Nord		66	34
Nordrhein-Westfalen		67	32
Mitte		70	29
Baden-Württemberg		64	36
Bayern		65	35
Ost		71	27
Männer		66	34
Frauen		69	30
18- bis 29-Jährige		67	33
30- bis 44-Jährige		61	39
45- bis 59-Jährige		61	37
60 Jahre und älter		77	23
Hauptschule		75	24
mittlerer Abschluss		70	29
Abitur/Studium		64	35

\*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

30 Prozent der befragten Bundesbürger meinen, das Thema Zeitumstellung sei für sie ein sehr wichtiges (7 %) oder wichtiges (23 %) Thema.

40 Prozent finden dieses Thema weniger wichtig und weitere 30 Prozent stufen es als unwichtig ein.

▪ Thema Zeitumstellung – Wichtigkeit

Das Thema Zeitumstellung ist für sie

	sehr wichtig %	wichtig %	weniger wichtig %	gar nicht *) wichtig %
insgesamt	7	23	40	30
Nord	4	22	41	33
Nordrhein-Westfalen	5	23	43	29
Mitte	11	26	35	28
Baden-Württemberg	9	19	41	29
Bayern	7	25	40	27
Ost	7	20	38	34
Männer	5	21	39	35
Frauen	9	24	41	25
18- bis 29-Jährige	9	21	38	32
30- bis 44-Jährige	6	23	39	32
45- bis 59-Jährige	8	24	35	32
60 Jahre und älter	6	22	44	27
Hauptschule	8	30	33	29
Mittlerer Abschluss	8	23	39	30
Abitur, Studium	6	21	42	31

\*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“