



## → TOTAL LOKAL

### Die Lösung: zwei Minuten Nichtstun

**D**as ist ja nicht neu: Alltagsstress und -hektik führen zu fehlerhaften Entscheidungen. Eltern, Lehrer, Kids wie Entscheider in Firmen und Behörden kennen das aus Erfahrung, Politiker sowieso. Mal werden Elternteile und/oder die Kinder Facebook-süchtig, mal wird ein Plagiat nicht erkannt oder eine Abituraufgabe falsch gestellt, mal wird eine Bettensteuer beschlossen. Da hilft nur eines: bewusst abschalten, Ruhepausen einlegen! Doch wer geht schon zur Zen-Meditation, zum Yoga-Training oder zu einem Ruhe-Therapeuten? Das aber ist neu: eine einfache Lösung und eine wirksame dazu - aus dem Internet! Eltern und Kinder können sie mit dem PC oder mit dem iPhone nutzen, Lehrer im Unterricht per Internet-Beamer, Büromenschen sowie Ratsdamen und -herren über Großbild-Projektion.

Wie die Lösung geht? Man lade die Internetadresse [www.donothingfor2minutes.com](http://www.donothingfor2minutes.com)! Als bald wird man zwei genau heruntergezählte Minuten lang bei beruhigendem Bild und Ton nichts tun und entspannen. Danach kann man voll konzentriert entscheiden, sogar Großprojekte genehmigen. Oder ablehnen.