

dustrieländern über zu kurze Schlafzeiten. Schlafen etwa junge Erwachsene weniger als 8 Stunden pro Nacht, führt dies vermehrt zu Aufmerksamkeitsdefiziten, was erhebliche negative Konsequenzen nach sich ziehen kann.

Forschende der Universität Zürich und des Universitätsspitals Zürich haben nun eine weitere kritische Konsequenz von chronischem Schlafmangel identifiziert: eine erhöhte Risikobereitschaft. Die Schlaf- und Neuroökonomie-Wissenschaftler untersuchten das Risikoverhalten von 14 gesunden männlichen Studenten im Alter von 18 bis 28 Jahren. Schließen die Studenten eine Woche lang nur 5 Stunden pro Nacht, zeigten sie ein klar risikoreicheres Verhalten im Vergleich zu einer normalen Schlafdauer von etwa 8 Stunden. Zwei Mal täglich mussten sie sich entscheiden, entweder einen kleineren Geldbetrag auf sicher zu erhalten oder eine grössere Geldmenge mit einer bestimmten Wahrscheinlichkeit. Je risikoreicher ihre Entscheidung, desto höher war die mögliche Gewinnsumme – aber auch das Risiko, leer auszugehen.

Politiker sollten genügend lange schlafen

Während eine einzelne Nacht ohne Schlaf keinen Einfluss auf die Risikobereitschaft hatte, verhielten sich 11 von 14 Studienteilnehmern während einer Woche mit reduzierter Schlafdauer signifikant risikoreicher. Bedenklich ist insbesondere ein weiterer Befund: Die Studenten schätzten ihr Risikoverhalten gleich ein wie unter regulären Schlafbedingungen. «Wir bemerken selbst also nicht, dass wir unter Schlafmangel riskanter handeln», betont Christian Baumann, Professor für Neurologie und Leiter des Klinischen Forschungsschwerpunkts «Sleep and Health» der UZH. Gemäss den Studienautoren sollten wir alle daher eine genügende Schlafdauer anstreben – speziell Führungspersonen in Politik und Wirtschaft, die täglich weitreichende Entscheidungen zu treffen haben.

/uzh

Martha auf der Heubühne

«Operella – die Taschenoper» feiert Premiere mit ihrer 13. Produktion



Operella –
die Taschenoper

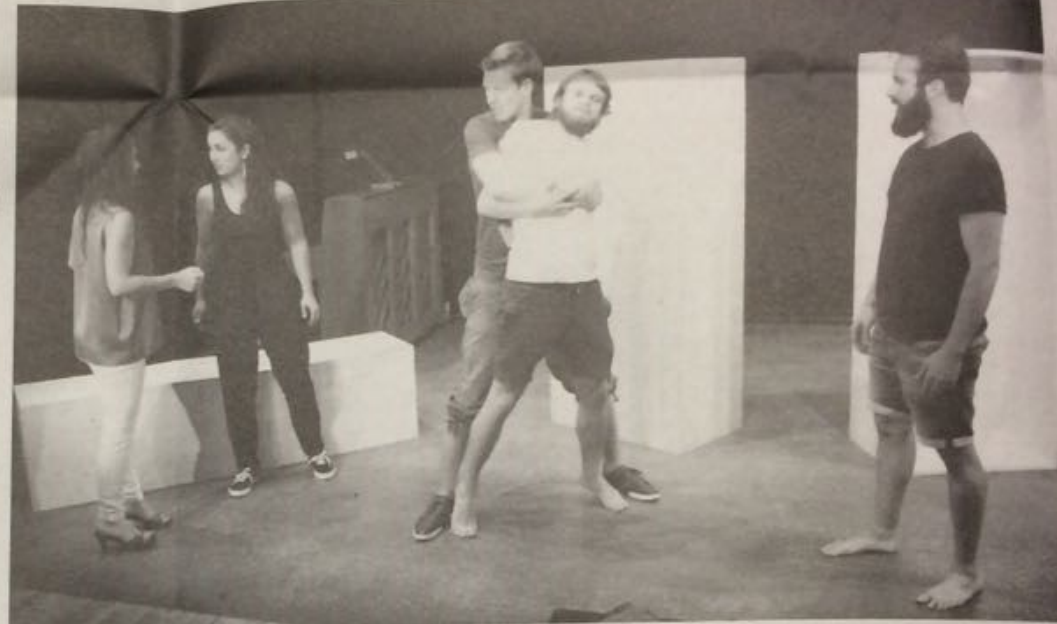
Unter der künstlerischen Leitung von Corina Gieré (musikalische Leitung/Klavier) und Regina Heer (Inszenierung/Bühne) bringt Operella die romantisch-komische Oper «Martha» von Friedrich von Flotow auf die Heubühne in Feldmeilen.

Nur ein Jahrzehnt nach der Wiener Uraufführung avancierte Friedrich von Flotows romantisch-komische Oper «Martha» zum Lieblingsstück des deutschen Publikums. Heute steht sie, gewissermassen frisch entdeckt, wieder auf den Spielplänen grosser Opernhäuser.

Richard Wagner liebte «Martha»

Die Verwechslungskomödie voller eingängiger Melodien erzählt die Geschichte einer Lady und ihrer Freundin, die ein materiell abgesichertes, aber recht abwechslungsarmes Leben führen, bis sie einer grandiosen Idee verfallen: Als Mägdle Martha und Julia verkleidet, lassen sie sich von den Bauern Lyonel und Plumkett für ein Jahr verpflichten. Schnell zeigt sich, dass diese «Mägdle» absolut untauglich sind. Noch in derselben Nacht fliehen sie. Bald darauf aber sieht man sich zufällig wieder – unverkleidet. Das erhoffte Happy End stellt sich nach heftigen Gefühlsverwirrungen doch noch ein. Richard Wagner schrieb: «Ich wollte, ich wäre so ein Genie wie der Herr von Flotow – schriebe Opern wie «Martha»...»

Operella garantiert spielfreudige und inspirierte, junge SängerInnen. Während die Herrlibergerin Céline Akçag bereits in Elisir d'Amore mitwirkte, präsentieren sich neu Olivia Allemann (Martha), Livio Schmid, David Zürcher und Benja-



Bei «Operella» singen junge, begabte, noch in Ausbildung stehende Sängerinnen und Sänger.

Foto: zvg

min Widmer. Eintauchen in Text und Musik, harte und solide Probenarbeit unter der professionellen Leitung des bewährten Teams Gieré/Heer sind ihr Alltag. Die Kostüme gestaltet ihnen Marianna Helen Meier. Es sei dies die schönste Zeit des Operella-Jahres – diese intensiven Wochen der szenisch-musikalischen Proben mit dem ganzen Ensemble im bereits fertig realisierten Bühnenbild (Flurina und Thomas Trachsel).

Fördermodell «Operella»

Das Ensemble setzt sich gemäss der Grundidee von «Operella» aus jungen, begabten und noch in Ausbildung stehenden Sängerinnen und Sängern zusammen. In diesem Jahr kommen sie aus der Hochschule der Künste Bern, der Hochschule Musik Luzern sowie der Hochschule für Musik in

Freiburg i.Br. Das Erarbeiten einer ganzen Partie und die Leistung, acht Vorstellungen in Folge zu singen, gibt den jungen Sängerinnen und Sängern die Chance, wichtige Erfahrungen für ihre Laufbahn zu sammeln.

Das Nachwuchsfördermodell ruft sowohl in der Öffentlichkeit als auch innerhalb der Hochschulen grosses Interesse hervor. Dank der Unterstützung durch die Gemeinde Herrliberg, den Beiträgen der Operella-Gönner sowie mehrerer Stiftungen und dem Verein Atelier Theater Meilen kann Operella auch 2017 wieder ein Musiktheatererlebnis für alle Sinne bieten.

Premiere am Samstag, 9. September um 18 Uhr

Die Vorstellungen finden im Theater Heubühne, General-Wille-Strasse 169, Feldmeilen an folgenden

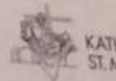
Daten statt: Samstag, 9. September 18.00 Uhr (Premiere); Mittwoch, 13. September, 19.30 Uhr; Samstag, 16. September, 18.00 Uhr; Sonntag, 17. September, 17.00 Uhr; Dienstag, 19. September, 19.30 Uhr; Donnerstag, 21. September, 19.30 Uhr; Freitag, 22. September, 19.30 Uhr und Sonntag, 24. September, 17.00 Uhr. Vorverkauf: www.ateliertheater-meilen.ch oder in der Papeterie im Dorf 21, Herrliberg, Telefon 044 915 25 66 (Dienstag bis Samstag, 9.00–12.00 Uhr). Die Plätze sind nummeriert.

Tickets: 40 Franken bzw. 30 Franken für Jugendliche, Studierende und ATM-Mitglieder. Bar und Abendkasse sind eine halbe Stunde vor Vorstellungsbeginn geöffnet.

Informationen zu Operella unter
www.ateliertheater-meilen.ch.

/kpe

Familie
zum U



Ein neues Sch...
400 Kinder u...
chen im Reli...
weiteren Sch...
meinschaft,
söhnung und...
Diese wicht...
ben stellt d...
Meilen am...
um 10.30...
tedienst u...
Die Schüle...
6. Jahrgan...
einen Tag...
sen Gotte...
Sie dürfe...
chen Mor...
en, begle...

Die S