

Folgender Hilfeschrei erreichte uns von Jupp, von „De Fetzer“ (Freund und Ehrenmitglied der Hoppediz-Wache):

Hallo liebste Hoppedizwache!

Ich bin schon dem Wahn verfallen: Trinke seit Silvester keinen Alkohol, mache Intervallfasten, jeden Tag 45 Minuten Sport auf'm Crosstrainer, keine Süßigkeiten und unterlasse alles Unvernünftige! Das kann doch nicht gesund sein!!!!

Es ist eine sehr dunkle Zeit. Was wäre es schön gewesen mit Euch in die Session zu starten - wie es sich gehört !! Aber nein, diesmal nicht. Da kommt die Corinna und verbietet alles was Spaß macht. Wenn ich die erwische!

Es wird alles wieder gut und unsere Abschiedstournee wird stattfinden. Ob 2022, 2023, 2024, 2025 usw.

Liebe Grüße, Euer Jupp

Das hat uns selbstverständlich sehr besorgt und haben ihm geantwortet:

Lieber Jupp, das sind ja erschreckende Nachrichten... was machst Du denn da?
Hier unsere Tipps, wie Du Deine Karnevals-Depressionen behandeln musst:

Medikamentenplan:

12 Uhr: 1 Fläschken Schumacher Alt trinken (jetzt erst mal die kleine Dosis 0,33 Liter)

16 Uhr: 1 Fläschken Schumacher Alt trinken (ebenfalls in der Dosis 0,33 Liter)

18 Uhr: 1-3 Frikadellschen mit Mostert und einen ausreichend großen Schlach Kartoffelsalat essen

20 Uhr: 1-3 Fläschken Schumacher Alt trinken (Dosis: 1 Liter)

22 Uhr: 1 Fläschken Schumacher Alt und 1 Ungermännchen trinken (Dosis: freie Wahl)

Bewegungsplan:

Morgens, nach dem Aufstehen und noch im Schlafanzug, De Fetzer in den CD-Player legen und mindestens 11 Minuten Stippfüttchen machen. Vorzugsweise mit der eigenen Frau - wegen Corona und so ;-).

Mit dem Frühstück mindestens 3x Düsseldorf Helau LAUT UND DEUTLICH rufen. Und zwar so laut, dass sich die Nachbarn beschweren. Selbstverständlich im Stehen und mit der Kapitäns-Kappe auf dem Kopp (bitte immer noch im Schlafanzug).

Den Weg zur Arbeit im Polonäse-Style absolvieren. Ganz wichtig: Hierzu auf dem Handy die Funkmarie abspielen und Kollegen motivieren, sich im ausreichendem Abstand, an der Polonäse zu beteiligen. So lange bis alle ihren Schreibtisch erreicht haben.

Zu Beginn der geschäftlichen Konferenz erneut im Stehen 3x Düsseldorf Helau rufen und alle Beteiligte zum Schunkeln (selbstverständlich mit Abstand) auffordern. Bitte hierzu "Hausboot" von Euch abspielen - aber nicht mitsingen, wegen der Aerosole ;-)

Auf dem Nach-Hause-Weg wieder alle Kollegen, per Polonäse und kräftigen Arm-Schwenken, nach Hause bringen. Sicherheitshinweis: siehe weiter oben.

Zu Hause, vor dem Abendessen: Mit Deiner Frau ein Tänzchen zu z. B. Eurem Insellied tanzen und klatschen. Natürlich nur bei geöffnetem Fenster.

Zur Bewegungseinheit beim zu Bett gehen, empfehlen wir "Immer wenn du vör m'r stehst bzw. liegst" zu spielen. Die Bewegung ergibt sich dann von ganz allein ;-)

Jecke Grüße, Deine Hoppediz-Wache