

Accent De siësta

De mondialisering van het middagslaapje

AMSTERDAM Het is een geliefd onderwerp van gesprek in de bedrijfskantine: de siësta. Wat als we na het broodje kroket nu eens niet braaf terugkeerden naar het bureau, maar eerst lekker een half uurtje plat gingen?

Vooraf collega's die net terug zijn van een mediterrane vakantie lopen warm voor de siësta. 'Tussen één en vier zijn daar alle winkels dicht. Verstandige jongens: op de heetste tijd van de dag doen ze het rustig aan. En als het dan wat is afgekoeld, gaan ze weer aan de slag.'

De siësta was eeuwenlang het voorrecht van Spanjaarden en andere zuidelijke types. In koudere windstreken, zoals Nederland, wordt het zelfs op het heetst van de dag zelden zo warm dat er niet te werken valt. En in de tropen koelt het nooit echt af, dus ook daar werd een siësta zinloos bevonden.

Maar nu, nota bene in het tijdperk van de airconditioning, komt daar verandering in. De wetenschap heeft aangetoond dat een middagslaapje bevorderlijk is voor de productiviteit. Zo blijkt uit een Amerikaans rapport dat de VS jaarlijks voor 18 miljard dollar schade lijden door verminderde productiviteit als gevolg van slaapgebrek.

'Ik zie liever dat ze een dutje doen dan dat ze zich zitten vol te stoppen', zegt Surakiet Limjaroen, districtshoofd in het centrum van de Thaise hoofdstad Bangkok. Hij heeft voor zijn ambtenaren een

sluimerkamer ingericht in een van de vergaderzalen.

Om kwart over twaalf wordt daar de verlichting uitgedaan, zo meldde de *Bangkok Post* maandag. Dan worden er geurkaarsen aangestoken en klinkt er zachte muziek. Eten en drinken is in de sluimerkamer streng verboden, de mobieltjes moeten worden uitgezet.

De voorzitter van de Thaise overheids campagne tegen slaperigheid achter het stuur vindt het een prima idee. Hij is ervan overtuigd dat mensen met een siësta hun batterijen opladen en zo minder fouten maken in hun werk. De chauffeur van het districtsbureau beaamt dat uit eigen ervaring. De siësta's helpen hem zijn hoofd bij zijn werk te houden, zegt hij - vooral als hij de avond tevoren de ambtelijke inspecteurs heeft moeten rondrijden langs cafés en nachtclubs.

Ook in Australië beginnen de werkgevers wel iets voor de siësta te voelen. Slechts één land gaat in tegen de internationale trend: Spanje. Daar is het middagslaapje een jaar geleden bij wet verboden. In elk geval voor ambtenaren. Een drie uur durende siësta belemmert een efficiënte werkorganisatie, luidt de redenering. Zo kan Spanje nooit meekomen in de Europese Unie.

Daarom hebben de Spaanse ambtenaren op 27 december 2005 hun laatste siësta gehouden.

Marianne Boissevain

