blitz

04 | 16.11.2026

Fachzeitschrift des amiv an der ETH

short term memory



Where Is My Mind?

Deniz Utku Akbas praesident@blitz.ethz.ch



"Phone, wallet, keys. Keys. Keys... where are my keys?" I rummage through the pile of clothes in the corner of my room. "Keys, keys, keyskeyskeys..." I mutter, starting to slowly panic at the prospect of being late to a meeting that I, of course, had also forgotten about.

I've always had a problem with short-term memory. I forget the names of people I meet within 5 milliseconds, and then have to act like we're such dear friends already that names would be weird, so it's "man", "dude" or the trusty "you". I forget what I bought at the grocery store yesterday and only find out when I try to put the newly bought thing in the fridge and see that I already have it. Twice, sometimes.

It gets worse from there. I have searched for my phone, in the dark, using my phone's flashlight. I open a new tab, stare at the empty search bar for a solid ten seconds, and close it again, defeated. I walk from my room to the kitchen, open the fridge, and stand there with the cold air on my face, waiting for my brain to tell me why I came. It never does. I walk back to my room and remember instantly. There is apparently a study showing that walking through a doorway resets your memory[1], so technically it's not my fault. Sure, let's go with that.

I've frequently told the same story to the same friend twice in one evening, or three times in a week, and only noticed from their confused faces as I told it with the same childlike excitement as the first time. I've tried every combination on my own suitcase lock like a very slow thief, because I'd forgotten the code. I only found out the night before my flight, because I'd also forgotten to pack.

And then, of course, there are the meetings. The lectures. The countless times I forget my Legi and can't get into the library on weekends. I never find the keys in time. I give up, leave the door unlocked, get on my bike and break a few traffic rules just to shave off three minutes, and still arrive fifteen minutes late, out of breath. The room is empty. Today's Sunday.

So, dear reader, welcome to this issue. This blitz is about short-term memory. This blitz is about... short-term memory. This blitz is about... uh...

What was it about again?

Has anyone seen my keys?

1. I forgot where I read it.



Belimo is the global market leader in the development, production and sales of field devices for the energy-efficient control of heating, ventilation and air-conditioning systems. The focus of our core business is on damper actuators, control valves, sensors and meters. Founded in 1975, the company employs over 3'000 people and has been listed on the Swiss Exchange (SIX) since 1995.

belimo.com/careers

BELIMO Automation AG
info@belimo.ch, www.belimo.com

BELIMO®

Short Term Memory

8 Goldfish in a bowl

12 alice in electroshock-therapy-land

14 A Series of Unfortunate Events

15 I forgor 💀

19 Wie man das Kurzzeitgedächtnis möglichst effektiv für Prüfungen misshandelt

20 Student vs Fish

amiv

6 Präsikolumne

Studium

26 Monatliche Reminder

blitz

2 Where Is My Mind?

7 Pokémonrätsel

7 Hobbies - Comic

8 Sudoku

9 Glasses — a short vent

10 Sudoku Lösung

17 And if Orpheus didn't look back, did he truly love?

21 Schlaf

23 Bier der Ausgabe

23 Pokémonrätsel Lösung

25 Buch der Ausgabe

Impressum

Redaktionsleitung
Deniz Utku Akbaş

Redaktion
Yunfei Li
Pepe
Antonijs
Anaaa
Arielle Rüfenacht
Alexios
Florian Hoffmann
Ash
Nicolai Drapp
Alexander Schumann
Mehmet Arslan
Harini

Layout
Evie Lin
Deniz Utku Akbaş

Lektorat
Deniz Utku Akbaş
Anaaa
Alexios Stamatopoulos
Evie Lin

Foto/Illustration
Anouk Brühlmann
Evie Lin

Quästur
Mehmet Arslan

Druck
Schellenberg Druck AG
Schützenhausstrasse 5
8330 Pfäffikon ZH

Redaktion/Herausgeber
amiv blitz Redaktion
Universitätstrasse 6,
CAB E37
8092 Zürich
+41 44 632 64 67
info@blitz.ethz.ch

Der **blitz** ist die Fachzeitschrift des amiv an der ETH, welcher mehr als 4000 Mitglieder hat. Er erscheint jeden zweiten Dienstag, Autor:innen können ihre Artikel bis zum Redaktionsschluss über artikel@blitz.ethz.ch einreichen.

Der **amiv** ist der Fachverein der Studierenden der Departemente Maschinenbau und Verfahrenstechnik (D-MAVT) sowie Informationstechnologie und Elektrotechnik (D-ITET) an der ETH Zürich.

Der amiv gehört zum **VSETH**, dem Verband der Studierenden an der ETH.

Unsere nächsten Ausgaben:

#	Thema	Red. Schluss	Publikation
05	Sober	18.11.2026	30.11.2026
06	horse	02.12.2026	14.12.2026
07	| cinema |	24.02.2027	08.03.2027

59. Jahrgang // Auflage: 900
https://blitz.ethz.ch/



Titelbild
«Short Term Memory»

Design:
Anouk Brühlmann

Präsikolumne

Pepe president@amiv.ethz.ch



What?! Already time for the next column? I could swear I just wrote one yesterday or something like that!

Okay friends, I need to bring you important news from amiv life: Recently the legendary, historical and highly prestigious slot fight took place! What even is the slotfight, you might ask? If that is the case, get more involved in amiv and one day the secret will reveal itself. But back to the important news: the amiv board team won!! That is historical. It is almost unbelievable[1]. This has probably not happened in a long time. For sure a longer time than most people reading this have even been at ETH[2]. So the VIS team did not win due to a DNS[3], same for VMP, but they never win anyway. And finally the Randomdudes did not win either! It's spectacular! The fact that the board team[4] won is terrific and for sure had nothing to do with the fact that the current bobblehead of that board is a former randomdude and copilot. If you think this was just some random word salad, I say again: get involved in amiv and secrets will reveal themselves.

In anderen Neuigkeiten wurde die Beermile zum wiederholten Mal durchgeführt und ich glaube, es war ein super Event[5]! Der Lauf-Teil hat uns so dermassen Spass gemacht[6], dass wir kurzerhand entschieden haben, der amiv braucht einen RunClub. Die sind aktuell hype, es ist ein alkoholfreies Event und man kann das gut gesellschaftlich machen. Es gibt auch noch Ausbaupläne, aber für den Winterstart machen wir mal einfach nur Laufen. Finde den Club auf Strava[7] oder starte mit uns jeweils am Donnerstagabend um 18:15 vom CAB Innenhof zu einer gemütlichen Runde Joggen. Wir beginnen ganz locker und wenn Interesse besteht, werden wir das nach und nach mit Paces und Distanzen ausbauen.

So, und jetzt noch ein paar abschliessende Worte: Bald schon ist der Dezember da, damit ist das Semester so gut wie vorbei. Es stehen noch verschiedene Events an und natürlich auch wichtige Arbeit in der Hopo, im ER-Team, bei der Automatenwartung und bei vielen anderen Sachen im Hintergrund. Wir hoffen, ihr könnt noch den einen oder anderen geselligen Abend geniessen. Wenn es euch Spass macht, setzt euch dafür ein, dass dieser Spass auch mit künftigen Generationen geteilt werden kann. Ich freue mich auch auf viele kalte, aber lachende Gesichter beim Run donnerstags. Danach findet sich auch sicher noch eine Minute für einen Trunk und ein nettes Schwätzchen.

1. idk what's better, the outcome of the elections in the us and a or that we won
2. and definitely longer than your memory could keep it
3. what's up with the VIS board?
4. which only had two board people in it
5. geile sportliche Leistung von allen!
6. das Bier dazwischen war wirklich uncool
7. ja, er heisst einfach AMIV - ETHZ, das findest du



Pokémonrätsel

Es ist ...!



Goldfish in a bowl

yuni yuni@blitz.ethz.ch

Goldfish in a bowl swims around.

Goldfish in a bowl sees the couch, sees the kitchen table, sees the clock, the door, the wall.

Sees the couch, sees the kitchen table, sees the clock, the door, the wall.

Swims around, around.

Sees the wall, the door, the clock, sees the kitchen table, sees the couch, the wall, door, clock, kitchen table, couch.

Swims against the wall.

Head front, proper concussion type against.

Bounces back, floats a little up, shakes its little head and sees the wall. Sees it's in a bowl. What does goldfish do in a bowl?

Goldfish in a bowl swims around.

Goldfish in a bowl sees a couch, sees a kitchen table, sees a clock, a door, the wall.

Goldfish stops, goldfish narrows its eyes, goldfish waggles its tail and speeds against the wall.

Sudoku

	7				8			2
		4	2	6			1	
5			7	3			6	
		8					2	5
		2				9		
1	6					7		
	8			7	6			4
	4			5	2	6		
2			8				7	

Sudoku einfach

	2							
			7	4	1	3		
	4				2	1	9	
	6	1			4			
		2				7		
			5			4	8	
	9	4	2				7	
		6	4	3	9			
							3	

Sudoku schwer

Glasses — a short vent

Harini hramakrishna@student.ethz.ch

To all my fellow glasses-wearers out there, who were not blessed with the power of good eyesight, who were doomed to a life of blurriness: This vent is for you.

You know that feeling when you get up in the morning, go to freshen up, get dressed or whatever, and put down your glasses somewhere along the way for one second. And then 2 seconds later you realize the gravity of the mistake you just made, because you forgot where you dropped them?

Yup, “shiiiiiiit” is exactly what I also think. To all the people who don’t have glasses, let me explain.

By misplacing my glasses, I have not only lost the most fashionable item on my face, but also the only tool that can help me retrieve them!! (Especially relatable to all the short-sighted ones out there.)

So bye-bye tram that I was planning on catching. I will have to spend the next 20 minutes running my hands over every surface in my room, checking under every bedsheet, all pillows, in the clothes shelf, in the bathroom, in the kitchen, even in the fridge, because who knows...

This is method 1, “the pat-down”.
But my dear readers, in my long years of glasses-wearing I have found a method that can cut down my searching time by up to 50%.

My friend says it’s a scam but it works for me, and I guess it’s approved by physics, so hear me out and fear not, because this is method 2, “don’t judge, I’m desperate”:

I form a tiny pin-size hole with my fingers and look through it. If I do it properly, the world will look somewhat sharp again.

Great. Now I can look for my glasses easily :))

Nope, it’s not that simple. Of course not. I, just like some of you, am a spectaclist. (Aka: a person wearing a construct on their nose to help them actually see where they’re going. Monocles don’t count (ongoing debate).)

This is what ends up happening to me every time:

The search area I can cover with this method is at most 0.1 steradian, in other words tiny. So, I end up walking around looking like a complete idiot, peeking through my finger camera, tilting and twisting my entire body to cover the whole room in my desperate search for my glasses.

Still a win, I’d say. I just might have lost my dignity, but also saved 7.9 minutes of my lifetime. Imagine saving that much every time you lose your glasses, and soon you might have even gained another day!
But people, I’m not done venting yet. ‘Tis but the tip of the iceberg.

Here's an extended list of "seriously!?" for people wearing glasses. If you know, you know.

- Covid (masks)—either I can't breathe or I can't see. Great trade-off.

- Going inside in winter - now I'm blind.

- Opening the oven door—now I'm blind even more, my hand is burnt and the cake is on the floor.

- Working in the lab—trust me, you don't want me mixing stuff together without being able to read either the instructions or any labels. "Boom" is the last thing you'll hear.

- 3D movies—it's blurry either way!

- Wearing turtlenecks—now the glasses are not on my face anymore. (Refer to section above "shiiiiit I lost my glasses")

- Rain—blind again. Seriously, why hasn't anyone thought of installing windshield wipers on glasses yet?!

- Trying to avoid all problems above and wear contacts instead—don't even get me started on all the problems that come with that.

To all my spectaclist friends out there, I hear you.

To all the people who don't need glasses, be grateful![1]

1. Editor's note, I approve of this venting, the people gifted with vision don't understand the struggle.

Sudoku Lösung

6	**7**	3	9	1	**8**	4	5	**2**
8	9	**4**	**2**	**6**	5	3	**1**	7
5	2	1	**7**	**3**	4	8	**6**	9
4	3	**8**	6	9	7	1	**2**	**5**
7	5	**2**	4	8	1	**9**	3	6
1	**6**	9	5	2	3	**7**	4	8
3	**8**	5	1	**7**	**6**	2	9	**4**
9	**4**	7	3	**5**	**2**	**6**	8	1
2	1	6	**8**	4	9	5	**7**	3

1	**2**	3	8	9	5	6	4	7
6	8	9	**7**	**4**	**1**	**3**	2	5
7	**4**	5	3	6	**2**	**1**	**9**	8
8	**6**	**1**	9	7	**4**	2	5	3
4	5	**2**	1	8	3	**7**	6	9
9	3	7	**5**	2	6	**4**	**8**	1
3	**9**	**4**	**2**	1	8	5	**7**	6
5	7	**6**	**4**	**3**	**9**	8	1	2
2	1	8	6	5	7	9	**3**	4

A world of cool opportunities

Linde Kryotechnik

We are one of the world's leading engineering companies for cryogenic temperatures near absolute zero. For over nine decades, our helium refrigerators have been enabling groundbreaking discoveries that challenge the boundaries of physics. Our hydrogen liquefiers are helping to make our earth a better place. We are among the best in the world for cryogenic cooling.

Are you also aiming for excellence in everything you do?
Contact us to find out more about our job opportunities.



Linde Kryotechnik AG
Daettlikonerstrasse 5, 8422 Pfungen, Switzerland
Phone +41 52 304 05 55
linde-kryotechnik.ch/careers

Making our world more productive

alice in electroshock-therapy-land

(how to lose your memory)

Florian Hoffmann floyang@hotmail.ch

Today, I want to tell you the tale of how a poor girl lost her memory. Once upon a time, there was a girl named Alice. She was born in 1901 to a wealthy jeweler merchant father and a homemaker mother. From a very young age, young Alice showed psychic premonitions, such as accurately predicting weather, visitors, and minor accidents. One day, however, she had a terrifying vision of her mother being murdered by a stranger. Even though her mother listened to her warnings at first, she would stop being cautious after several days—and would be murdered. Her father would soon remarry and Alice would have another vision: a vision that her father and his new wife were planning to kill her too—it turns out that her father had paid a hitman to kill Alice's mother all along! So of course Alice went to the police... which ended up with her being put into a mental asylum. In the asylum, she would be subjected to brutal electroshock treatments that would cause her to lose her memories, but would also allow her naturally cheerful disposition to return. And that is when it would happen; the vampire James would catch the scent of her blood and start hunting her. This is where I (oh what a surprise) reveal that this has been an article about Twilight all along (insert surprised Pikachu meme here). Yes indeed, it turns out that Alice was James's singer, that is, a human whose blood smells extraordinarily and uniquely appealing to a specific vampire (just like how Bella's blood is to Edward) (so it smells even better to that specific vampire than blood already does) (btw yes indeed pt2, this is the same James that would later hunt Bella). Luckily, there was another vampire working at the asylum that would turn Alice into a vampire to save Alice, and Alice would awaken to a second life as vampire with the ability to see the future (and with no memories of her human life).



Electroshock therapy will make you happy

This is the part where maybe some people are a bit confused. Can all vampires in Twilight see the future?

And the answer is, of course not you dummy. The thing that sometimes gets

lost in the cultural consciousness when it comes to Twilight is that some vampires in the Twilight universe have additional superpowers (to the "normal" set of superpowers that vampires have)—a fact that gets completely overshadowed in pop culture by the fact that the Twilight vampires sparkle. Perhaps this is the place where some readers slowly recall that Edward has the ability to read people's minds (except Bella's—we will get to that in a moment). But did you know that the Avatar also exists in the Twilight universe? In the 4th book, we are introduced to Benjamin, a vampire who has the power to control the four classical elements earth, air, water, and fire. Why? Because Stephanie Meyer said so[1]. His powerful ability makes Benjamin uniquely attractive to the Volturi, who love "collecting" vampires with special abilities, which is why Benjamin's creator Amun, tries to keep Benjamin hidden[2].



Behold, the avatar

In the Twilight universe, when a human is transformed into a vampire and they have a particularly intense skill or characteristic, it is implied that that skill is heightened after their transformation and may manifest in a "special ability". So for example, Edward was particularly good at "reading" people as a human or how Alice already was able to see into the future. In the case of Bella, as a human, she is impervious to Edward's mind reading abilities and once she turns into a vampire, she is revealed to be a "shield", someone who is able to block out all kinds of psychic abilities of other vampires. So how did Benjamin's ability show when he was a human? Turns out he just WAS able to "manipulate" fire. Edward was good at "reading" people as a human, but Benjamin was just able to manipulate fire and Alice was just able to sense the future as human. Because that is apparently just something people can do in the Twilight universe.

Let us go through some more vampire special powers. Jasper is able to feel and manipulate the emotions of those around him (imagine the avatar exists in your universe and your gift is controlling emotions (to be fair, you could also just not have any special abilities, but still)), Renesmee has the power to project thoughts into other people when she touches them (implied to be some sort of reversal of her parents' gifts). Aro (the leader of the vampire mafia) has the power to see every thought someone has ever had upon physical contact, his co-dependency partner Marcus has the power to sense and manipulate relationships between people. Aro's sister Didyme had the power to make people happy. Alec[3] has the power to create a mist that paralyses people and cuts of their senses. Jane (Alec's sister) has the power to make people feel pain by looking at them.

Some more powers include Heidi's ability to be attractive (yes that is really her special power), Maggie—who is a lie detector, Fred—who can make people disgusted, and Siobhan, who can "manipulate the outcomes of situations" (me when I insult people to manipulate the outcome of the situation to be anger).

1. Btw Benjamin is played in the movies by Rami Malek which makes this even funnie
2. it is as dumb as it sounds
3. who is sadly not named Alex (read the Alex blitz)

A Series of Unfortunate Events

Erzählt von einem gebührigen Schweizer, welcher in der Kneipe einer Gruppe von Ostdeutschen über seinen rotzschlechten Tag klagt

Anaaa anaaa@blitz.ethz.ch

Da muss man sich früh aus dem Hause begeben, vergisst sein z'Mittagessen im Kühlschrank, welches man gestern Abend gepostet hat und natürlich dann, genau dann, fährt einer auf seinem Velo vor dem Postauto mit einer kleineren Geschwindigkeit als eine vom Laden laufende Grossmutter. Man versucht sein Natel mit den ultra noise-canceling Kopfhörern zu verbinden, stellt aber fest, dass man diese nicht absichtlich, aber eher erwartet, nicht miteingepackt hat. Das Gipfeli, welches man mit in die Tasche eingepackt hat, ist jetzt in einem platten Zustand vorzufinden. Schade, als wäre der Rüeblisaft einer anderen Marke nicht schon ekelhaft heut morgen. Und dann klemmt man sich die Handoberfläche zwischen zwei Harassen ein, aber das passiert erst später. Jetzt knallts und schepperts den ganzen Tag und die Laune vor der Theke sinkt tiefer, alle blickend in das Glas. Auf dem Asphalt fahrende Flusskreuzfahrtschiffe segeln kontinuierlich zu ihrer Endstation durch die Nebelnässe.

Hätte er sich doch erinnert, dass sein Dachbodenzimmer auch unter Verwitterung leidet.

instruction to layout: put something here

I forgor 💀

Ash ash@blitz.ethz.ch

it really is all that damn phone's fault.

Opening Google Calendar has become my new default animation. In a lecture and want to zone out for a quick second? Open google calendar! At a party and wanna have something to do? Open google calendar. Walk into a room and forget the reason you did so in the first place? Open. Google. Calendar. Literally everything on my life is on there in some shape or form. This is the only way! Otherwise, there's just too much to do, too much to remember — checking it is simply a way of reminding myself of what is yet to be done.



remeber

Obviously, everyone already has their mock exams and important deadlines on there[1]. Some people even go one step further and save the submission deadlines for each of their practise series on the calendar too. But even this is just rookie calendar usage—those of us who have ascended one level further recognise that the interface EduApp uses for the Zeitplan is kinda shit, and have accordingly imported their entire pensum into the calendar!

But of course, we don't need to stop at the academic level. Doctor appointments, sports sessions, and music classes — all of these things are important enough to the point where you don't want to forget about them, yes? So on the calendar it goes! In fact, why stop here? Isn't it a terrible feeling to let your friends down by forgetting their birthday? Simply create an event that repeats every year, write the name of the person in the title field, and automate your friendship for you! Of course, you wouldn't want to be forgetting about hangout sessions either, would you? Go ahead and create an entry for that Uetliberg Hike this weekend, lest you wake up to a bunch of angry messages from your buddies as you roll out of bed while they wait at the base of the hike. And as for that holiday you're taking to an exotic country? Better plan a tight timetable chronicling exactly what you want to do when, so that you absolutely maximise every facet of your experience. A bit suffocating? Perhaps... but I'd rather have too much to do than too little - and many things to remember means many calendar entries!

I've more or less condensed my entire life into a bunch of bits and bytes that can be easily read at a moments glance. I wish this was some post-ironic joke, but this is more like a genuine cry for help. I don't understand how I ever lived without a calendar, and I cannot even fathom a reality without it. I don't know, maybe my life has just gotten busier — but I feel like without a calendar, any information that enters my brain stays in my short-term memory and is then promptly deleted. If you have some advice for me as to how I can take back control of my own life[2], please send me an email, and we can schedule something on our calendars in the near future.

1. If you don't operate at this baseline level of calendar usage, this article simply isn't for you, dear reader
2. That's not just "Remember it bro skill issue"

Meet the Industry

Fertigungstechnisches Kolloquium

Simulation von Schleifwerkzeugen, thermische Fehlerkompensation mit digitalen Zwillingen, additives Manufacturing und automatisiertes CAD-Design: An 5 Nachmittagen kannst du Vorträge zu industrienahen Themen hören und dich am Apéro mit Industrievertretern austauschen.

Wer: Referenten von inspire und Industriepartnern für ETH-Studierende und Leute aus der Industrie

Wann: Donnerstag 29. Okt, 26. Nov, 3. Dez, 10. Dez und 17. Dez

Info: Siehe QR-Code

ETH zürich

inspire

And if Orpheus didn't look back, did he truly love?

Alexios alexios@blitz.ethz.ch

Orpheus, bestowed with a lyre by Apollo, possessed a song that could charm mortals and nature alike. His happiness lay in his wife Eurydice who passed away after a snakebite. Orpheus cruised the underworld and through his melancholic tones convinced Hades to let his lover go. The condition imposed by the god is that Eurydice is to follow Orpheus and he is to not look back until they escape. Moments before success Orpheus turns and loses Eurydice forevermore.

The story of Orpheus and Eurydice might seem mundane at first: An idiotic man who disregarded the word of a god. However, one must recall that heroes of Greek mythology are most often defined not by their strength and valor but rather their wits and cunningness. The natural question then is: Why would Orpheus ever look back? Contrary to most readings, I will propose that it was his love itself that compelled him to doom his wife.

For a culture focused on philosophy and mathematics, it is trivial that looking back is the only false option. From a game theoretical standpoint, it produces the worst result. If Eurydice wasn't following, then regardless of looking back or not he would never have reunited with her. However, if she was in fact following, then the only favorable outcome would be realized by persevering and holding onto blind faith. It is unreasonable to assume that Orpheus, himself being a smart person, would not have thought of this, especially since the voyage to the overworld would have taken a good deal of time and thus left him a long time to ponder. So why would he consciously make the wrong decision, one that would strip away any chance of happiness, one that he would later take his own life for?

To me, the approach to this problem from a rational standpoint is intrinsically flawed. Of course he knew, of course he resisted and of course he erred against his better judgement. Orpheus didn't look back because he was doubtful of Hades' promise or because he needed reassurance — none of this excuses irrationality. Orpheus looked back because he wanted to see his wife. To love for Orpheus was to be unable to let go, to self-destruct if only to momentarily be reunited with his love. People can judge his behavior as irrational and irresponsible, but my view on the matter is that the game was rigged against him to begin with. If Orpheus loved enough to venture through the notorious underworld[1], then he loved enough to not be able to resist the temptation of looking back.

Now, the story of Orpheus obviously

pertains to a romantic love, best described as ἐρωτας[2], however I'd like to extend the notion. People will often say that a passion can be ruinous, that the things you hold dear to you (not necessarily romantical things) can cause tunnel vision or pull you away from what is best for you, that Orpheus' obsession with Eurydice is what ruined them both and that leaving something behind you, even if it causes suffering, can itself be a form of love. However, let us not forget that Orpheus didn't care to suffer. Despite his song, which lulled most threats, the journey to the underworld was definitely not comfortable and he himself probably didn't attempt this voyage with full confidence he would come out unharmed. I will therefore argue that forgetting or putting things behind you is simply a form of self-preservation, a defense mechanism to ensure you don't give yourself to something that can't sustain you. For if you truly had a passion, you wouldn't care or even think to rationalize whether it is good for you or not.

My view on this is that ultimately any type of "love" is inherently a double-edged sword, a blissful state that is unfortunately paid with the ability of detached reason. The best analogy I can come up with for this situation is a recovering drug addict. Consider a man who has become sober, then microdosed with what had previously ruined his life and told that with just a word (equivalently for Orpheus, just a turn of his head) he can be given what his body so much craves. Can you really blame this person for caving in? He is for all intents and purposes being tortured and can end his suffering in an instant, do you really believe he could form rational thoughts on what is best for his life? To take this a step further, in my eyes the only way the addict can withstand the temptation is by thinking about the people he loves — he himself is willing to ruin his life and has demonstrated this before, but he may withstand for his people. What does this say then about Orpheus? The only thing that could motivate him to move on — being reunited with his wife — is the very thing that's calling him, tormenting him to look back. To adore something and to have to forget it is to throw away what breathes meaning to life in order to preserve it, to cast away a love that defines part of you to not lose the rest of yourself.

Orpheus' "mistake" can only be quantified with rational criteria in a setting where detached reason ceases to be meaningful. His story serves as a cautionary tale against trying to cheat death. In such stories the hero usually never has a real choice to begin with. In Orpheus' case it would seem like he could have done something else, but that is reductionist in thought and disregarding the nature of the problem. Orpheus teaches us that to love is to not be able to let go, for that contradicts the nature of loving in of itself.

"My God, a moment of bliss. Why, isn't that enough for a whole lifetime?"

— Fyodor Dostoyevsky. White nights.

1. people familiar with Greek mythology will know that the underworld is full of dangers and that it is known, you can seldom bargain with death
2. the explanation of the word eros in Greek would warrant an article in itself

Wie man das Kurzzeitgedächtnis möglichst effektiv für Prüfungen misshandelt

Mättu

Ein kleines Vorwort vom Autor:

Es gibt Themen, bei denen man echt keine Ahnung hat, was zu schreiben, und dann gibt es wiederum Themen, wo man in dem Moment, in dem man Ana das zweite Mal innert 30 min fragt, über was die nächste Ausgabe des Blitzes handeln wird, weiss, dass das Thema wie für einen geschaffen ist.

Kurzzeitgedächtnis, was ist das überhaupt? Alle, die entweder für GESS oder aufgrund von Lehrambitionen schon EW1 besucht haben, sollten wissen, dass es drei Arten von Gedächtnis gibt. Es gibt das Ultrakurzzeitgedächtnis, das Kurzzeitgedächtnis und das Langzeitgedächtnis.[1] Das Kurzzeitgedächtnis behält Informationen nur für Sekunden oder Minuten, während das Langzeitgedächtnis Infos für Stunden oder gar Jahre beibehalten kann. Somit wäre es für Prüfungen ideal, das Langzeitgedächtnis zu gebrauchen. Doch leider ist das nicht so einfach, da man dafür lernen muss und mit Lernen meine ich etwas MEHRMALS lesen.[2] Was macht in diesem Fall der oder die pflichtbewusste StudentIn, wenn man aber trotzdem keinen Bock auf immer und immer wieder Durchlesen hat? Ganz einfach, man lernt ein ganzes Semester in nur einem Tag, indem man Schlaf durch Energy Drinks reduziert und Videoaufzeichnungen auf 2x Geschwindigkeit reinzieht.

Wenn man das nun richtig gemacht hat, sollte man aufgrund des Schlafmangels und des Misshandelns des eigenen Gehirns zum Zeitpunkt der Prüfung ein Gefühl haben, als ob man alles gerade erst gelernt hat.[3]

Nach dem erfolgreichen Bulimielernen kann man nun getrost alles wieder vergessen, was das Kurzzeitgedächtnis sowieso selbstständig macht. Natürlich

kann man aber mit ein paar Schüga diesen Prozess effektiver gestalten.

Wenn dann ein paar Wochen später die Resultate kommen, darf man sich freuen, dass sich die Arbeit in etwa 80% der Fälle gelohnt hat. In den restlichen 20% darf man den Wasserkocher anstellen und die Instant-Nudeln bereitlegen, denn es ist wieder Zeit, sich 14 Wochen an Vorlesungsmaterial in einem Tag reinzuziehen.

1. Erstere werden auch Sensorisches Gedächtnis und Arbeitsgedächtnis genannt
2. Cringe!
3. Was ja auch der Fall ist, immerhin hatte man noch 30 Stunden davor nicht mal eine Ahnung, was der ganze Name der Vorlesung ist.

Student vs Fish

antonijs antonijs@blitz.ethz.ch

Who's better at remembering? An ETH student or a goldfish?

Difficult question I know. You try to follow some lecture. The professor is really engaged, you pay attention, you take notes, you follow along — to his hand motions — and then the lecture ends. You get up, you leave the lecture hall. You think back. Adios memories. Adios everything you thought you just remembered. You thought you were learning about stability but it turns out not even your memories were stable.

What we talking about again?

Ah yea right, stable. I wonder if horses ever get tired living there. You just chill in a field all day, sleep in some small cubicle with hay and occasionally some human rides you around. I don't want to be ridden. Do they? What does a horse even think about, standing around in a field?

What was I thinking about?

Uhh fish? Horses? Stable? I was stable once. Then I went to ETH.

Ah right, fields. Why are magnet fields called H and B? Its not called Hagnetic Field and Bagnetic Blux Bensity. Like E for electric field makes sense. So does G for gravitational field. But not for magnets. They just get some random letters in the alphabet. I got so annoyed by this that I looked this up once.

Hmm. When did I look it up?

I don't remember. Do you remember? Was it the 21st night of September? I forgot what I did then, but I think I remember it not being a cloudy day. Unlike now, when WE DON'T SEE THE SUN. The sky

is just gray. 1 colour. Maybe 2 shades of gray if you're lucky. At least its inclusive because the sky looks the same whether you see colour or just black and white. Its been so long I forgot what the normal sky should look like.

What colour was the sun even?

Blue? No no that's the colour of water, that would be too fishy. It can't also be gray. Green? Red? Maybe like some sort of yellow. Like a golden colour. Yea I think I can remember that.

Wait, what was I writing about again?

Golden? Fishy? Ah yea goldfish. If I remember correctly, they have really good memory. In fact, I would even go as far as to say that they even have better memories than most students here at ETH.

Schlaf

Mehmet Arslan mehmet@blitz.ethz.ch

So ähnlich ist jeder Schlaf dem Tode,

Nicht erreichbar der Schlafende voller Freude;

Der Schlaf doch jeden Wachen peinige,

Entnehme ihrem Leben jene Wonne.

Gewiss ist mancher Schlaf mild, sachte.

Noch stets braucht man mehr Ruhe,

Sogar wenn diese sich einem Albtraum ähnele;

Doch den Wachen ist jede Art Schlafs fremde.

Everllence

Forever pioneers.
Forever for the better.
Forever excellence.

everllence.com



Bier der Ausgabe

Bier der Ausgabe

Bier der Ausgabe bier@blitz.ethz.ch

Guten Tag und herzlich willkommen zu dieser Ausgabe von: Bier der Ausgabe, in dieser Ausgabe, für diese Ausgabe!

Hallo ich bin Alex und ich bin Nicolai. Bitte geht ins PapperlaPub, dem Sponsor von diesem Video. Mit dem Rabattcode «BEDIENUNG» bekommt ihr keinen Rabatt und werdet rausgeschmissen. Jeden Mittwoch im CAB D21 ab 18 Uhr.

Wir haben uns wie alle 2 Wochen zusammengesetzt und werden für euch ein neues Bier verköstigen. Dabei schauen wir auf verschiedene Kriterien und wollen euch ein neutrales Bild wiedergeben. Alex trinkt schon seit vielen Jahren Bier, Nicolai erst seit er atmen kann. Diesmal trinken wir ein «Slushasaurus Cherry Cola» von Neon Raptor Brewing Co., einer Brauerei aus Nottingschinken-ham in England. Es handelt sich um ein Bier, das nach Cherry Cola Sour schmecken tut. Zum Vergleich ziehen wir Bilder einer Firma von Hans Riegel aus Bonn herbei.



Highlight: 1 mg Calcium, 4mg Kalium



Schamlose Kopie von links

Pokémonrätsel

Psyduck!



Bier der Ausgabe

Bier der Ausgabe

Bier der Ausgabe

bier@blitz.ethz.ch

Guten Tag

In dieser Ausgabe testen wir ein Bier der Marke Rivington, namens «Quarter Tank of Gas». Mehr können wir uns nämlich nicht leisten, schliesslich müssen wir Krieg ~~mit gegen Israel~~ führen. Danke dafür. Übrigens: Ein DDH IPA kommt meist mit einer stabilen Hopfennote daher. Die USS Liberty fuhr unter US-amerikanischer Flagge. So finden wir auch hier ein geiles Aroma von grasigem, bitterem Hopfen.



Ich fahre an die Tanke, 2 Franken Sprit nein Danke, da tank ich lieber Bier, das Auto lass ich hier

Bier der Ausgabe

Bier der Ausgabe

Bier der Ausgabe

bier@blitz.ethz.ch

Herzlich Willkommen

Diesmal essen wir einen Kuchen vom Hausammann in Zürich. Ach so, hier geht es um Bier? Ja gut. Unter bestimmten Bedingungen geliefert von der **Дідько** Brewery aus **Київ** (KNIB): «SWAMP». Eine rauchige Note von verbrannten Chancen begleitet uns durch den Abend. Wir denken gedanklich an Waldbrände in Frankreich und andere Dinge in Frankreich, die auch brennen tun.



What are you doing in my swamp?

Wir hoffen, Euch haben unsere Worte gefallen. Wir zumindest finden sie lesbar. Bis zum nächsten Mal bei «Demenz oder besoffen—wann fällt es auf?»[1]

1. Es fällt nie auf!

Buch der Ausgabe

Gertrud - Hermann Hesse

Mehmet Arslan mehmet@blitz.ethz.ch

Irgendwie habe ich an diesem Organe und Knochen zu zittern bringenden, meinen Bauch peitschenden Tag mich in Einstein & Zweistein Cafe eingefunden, ich weiß nicht, was mich hierher lockte, doch suchte ich etwas, etwas Liebliches, das mir der schmerzlichen Kälte des Himmels entnimmt und mich in die alles mögliche schmelzende Hölle versetzen sollte. Ich brauchte etwas Heißes, Heilendes. Kaffee? Nein, ich sehnte nicht nach derlei. Eine seelische Sensation verlangte ich, die mir vor Tagen bekannt wurde, und sich in aller Nacktheit präsentierte, mir einen Spiegel vorhielte. Von dem Idealen und dem Realen! Von dem Ungenügen! Aus meinem erbitterten Nachgrübeln wird schon etwas sein! Ich besinne mich und sehe vor mir, wie die Blätter der dunkelbraunen Bäume herbstfarbig geworden sind, doch ihre Wipfel sehe ich von hier nicht. Wipfel, Bäume... Diese Wörter erinnern mich an denjenigen Autor, der mitten im Walde so gerne spazierte, Dichtungen, Bücher blätterte und ihn die Lebenspanne, die himmlische Kraft der Bäume so sehr verwunderte. Der ist wohl der Hermann Hesse, den ich gerechtfertigt einer der größten Schriftsteller der Bildungsromane nennen mag, nachdem ich zuerst Demian und dann Gertrud durchgelesen habe. Doch Gertrud habe ich nicht nur durchgelesen, sondern mich in seiner Welt bannen gelassen, als ob ein weiterer Hermann Hesse in meinem Kopf zum Schein käme, mich mit seinen gescheiten Einbildungen und seiner durchdachten, jedes Wort bis zur Neige saugenden Sprache alle meiner Kräfte verzehre. "Der Staub meiner Seele" fühlte ich behoben, ich nehme hin, daß "[die] freundlich höfliche Gleichgültigkeit" immerhin in unserer Gesellschaft wie Luft schwebend herrschen wird und verstand den scharfen Unterschied zwischen der Liebe und der seelischen Gebundenheit.

Anfänglich dachte ich, dieses Buch sei bloß ein normaler Bildungsroman mit gewissen Hauptthemen, eine ähnliche Welt wie die mystische Welt Demians erwartete ich vielleicht, doch war das ein frühzeitiges, ungerechtes, schmales Beurteilen. Denn das Werk befasste sich mit der Harmonie des Lebens, mit seinem verworrenen, oft verspielten Klängen, die man trotzdem sich hingebend lauscht. Die zentrale Rollen übernehmen die Musik, der Komponist Kuhn, der Sänger Heinrich Muoth und wie der Name des Buches es schon verdeckt, das Fräulein Gertrud. Schildert wird die Erzählung von der Perspektive des Komponisten Kuhn, dessen Leben sich durch das Treffen mit dem Sänger und dem Fräulein drastisch verändert. Doch nicht nur die Leben dieser drei Hauptfiguren werden stark beeinflusst, sondern auch die Bekannt- und

Freundschaften ihrer und ihr Leben gerieten in eine unabänderliche Situation.

Als ich nur bis Hälfte des Büchleins gelesen habe, schrieb ich den folgenden Text als -wie ich ihn damals betrachtet habe- das Gerüst von "Buch der Ausgabe":

"Für diejenigen, die sich selber mit dem Ungenügen peinigen, jedoch eine darin innewohnende Gedanken und Gefühle verschärfende Lust finden, die Begehr nach dem Unbewussten doch nicht vermeiden, ist Hermann Hesse der Autor, der mit seinen sanften, tapferen Sprache 'Wellen aussendet', der jeden mitfühlenden Leser magnetisiert; und Gertrud das Bildungsroman, bei dem man sich im Bann fühlt, aus der man nicht herauskommen will, ohne daß man nach je dem einzelnen Wort lechzt. Wer wüßte, dass eine Geschichte eines hoffnungslosen Mannes so viel Hoffnung bei einem erregen konnte!"

Monatliche Reminder

Der Effekt des Menstruationszyklus auf mein Studium

Ayame

Bereits seit dem letzten Jahrzehnt bin ich ITET-Studentin und habe erst über die Jahre wahrhaftig gemerkt, was für positive und negative Konsequenzen (abgesehen von den offensichtlichen) es haben kann, eine Frau in dieser Umgebung zu sein. Hier versuche ich ein bisschein Einblick auf meine Erfahrungen zu machen und vielleicht anderen mit ähnlichen Hürden helfen, das Gespräch mit anderen zu finden.

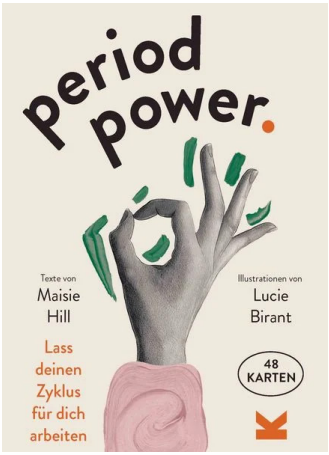
Vielen (auch Frauen) ist es nicht bewusst, was für eine Rolle der Menstruationszyklus auf den Alltag einer Frau haben kann. Als ich mein Studium begann, war ich fest davon überzeugt, dass es normal ist, "ups and downs" im Alltag zu haben, egal ob Frau oder nicht. Manche Leute hatten halt einfach Glück und hatten einige Stabilität im Alltag, und andere (wie ich) halt nicht, tja Pech gehabt. Heute habe ich meine Meinung und Haltung deutlich verändert.

Eines der Stereotypen, die man immer wieder in Medien und im Alltag antrifft, ist das klassische Bild, dass man als biologische Frau einmal im Monat seine Tage hat, kurz "schlecht drauf" oder "hysterisch" ist, und dann nach der Mens alles zurück zum Normalen geht. Leider ist es nicht so schwarz und weiss oder on und off, sondern um einiges komplexer und ein ganzer Wechselprozess über den ganzen Zyklus. Ich dachte früher, es sei normal, plötzlich normale, motivierte Wochen zu haben, in denen meine Produktivität um ein

Dreifaches gesteigert war, nur um eines Tages ein riesiges Loch an Energie zu erleben und sich zu fragen, was mit einem denn falsch sei, plötzlich so faul geworden zu sein. Das Mass für mich selber setzte ich an meiner Umgebung, meinen (männlichen) Kollegen, die mit stetiger Regelmässigkeit jeden Tag ins Gym gingen und bei Vorlesungen auftauchten und ihr Leben auf konstanter Ebene lebten. Nun ist es jedoch so, dass diese Konstanz bei vielen Frauen nicht funktioniert, weil der Zyklus starke Schwankungen bewirkt. Man unterscheidet hier vier verschiedene Zeitabschnitte im Zyklus. Während der Menstruationsphase, in welcher die Gebärmutterschleimhaut einmal ganz entsorgt wird, ist man generell erschöpft und hat weniger Bock auf soziale Interaktionen. Lustigerweise hat man in dieser Zeit auch eine höhere Toleranz für Alkohol und Schlafmangel. Während der Follikelphase (ca. eine Woche) wird immer mehr Östrogen im Körper ausgeschüttet und bringt mit sich ansteigende Motivation, Konzentration und allgemeine Produktivität. Die Ovulationsphase, in welcher der Eisprung geschieht (1-2 Tage), ist der absolute Höhepunkt, bevor langsam und stetig das Energieniveau wieder abnimmt und man über zwei Wochen nach und nach immer weniger produktiv wird. Dieser gesamte Kreis von zunehmender und abnehmender Energie hat für mich wieder und wieder dazu geführt, dass ich an etwas Neuem angesetzt habe, eine neue Gewohnheit anfing: jeden zweiten Tag ins Gym oder jeden Tag an die ETH und lernen, oder etwas ganz Einfaches wie "einen Satz im Tagebuch schreiben" am Tag. Ich riss mich zusammen, trug es mir im Kalender ein, deklarierte voll Stolz meinen Freunden, dass ich es endlich geschafft hatte, eine neue Gewohnheit zu starten: eine Woche, zwei Wochen, drei... Es wurde immer schwieriger, aber man muss halt manchmal kämpfen, um seine Ziele zu erreichen. Schliesslich war es aber leider nicht ausreichend: Bam, meine Tage setzten ein und ich wurde aus Erschöpfung wieder aus dem Rhythmus gerissen. Ich bemerkte nur, wie produktiv ich in der "guten Woche" sein konnte, und verwendete dies als Massstab für mein ganzes Leben, nur um monatlich wieder enttäuscht zu werden, als die harte Mühe, etwas zu starten, wieder zu Boden geworfen wurde und ich im nächsten Monat aufs Neue anfangen musste. Klar, jeder Mensch hat ein Ereignis im Leben, das ihn etwas aus dem Rhythmus bringt; einmal die ganze Nacht beim SoNaFe durchmachen oder ein plötzlicher Todesfall in der Familie, wo man alles liegen lassen muss, um es zu verarbeiten. Aber diese Dinge sind bei weitem nicht so verzweifelnd wie zu wissen, dass jeder neue Anlauf ein Ablaufdatum von einem Monat hat. Lustigerweise ist es mir schon mal passiert, dass die Blutung einen Monat aussetzte, während einer stressigen Zeit, und noch nie habe ich so einen Elan in meinem Leben verspürt wie in diesem einen zweiten Monat.

Erst als ich mich mit diesen Themen auseinandersetzte und recherchierte, welche Zyklus-Management-Methoden

am besten sind, und aufhörte, mich mit meinen männlichen Kollegen zu vergleichen, fand ich mich mit diesen Schwankungen ab und fing an, sie in meinem Leben einzuplanen, um die Vorteile daraus zu ziehen. Falls Leser:innen sich mit dem Thema weiter auseinandersetzen möchten, empfehle ich das Buch "Period Power" von Maisie Hill, das tiefer in das Thema eintaucht. Beispielsweise sollte man sich wichtige Meetings in der Ovulationsphase setzen und Tasks, die man in Ruhe und alleine erledigen kann, in der Menstruationsphase. Auch für Entscheidungen spielt es eine Rolle, in welcher Phase man sich befindet.



Period Power von Maisie Hill

Abgesehen von dem Energieniveau treten dann auch noch Faktoren wie die krassen Krämpfe, die manche Frauen kriegen. Mehr als zwei Drittel der Frauen kriegen auf monatlicher Basis Schmerzen[1] und ein Anteil davon so starke Schmerzen, dass ihnen hin und wieder schwarz vor Augen wird. Bei mir persönlich ist beispielsweise regelmässig der Fall, dass am ersten Tag der Periode die Schmerzen gegen Mittag so stark werden, dass ich mich in irgendeiner Ecke verkrieche, bis die Welle vorbei ist, und direkt die nächste Verbindung nach Hause nehme, bevor die nächste eintritt. Nach ca. 10 Jahren habe ich immer noch die bildhafte Erinnerung, wie ich im Gymnasium versuchte, durchzubeissen und als Konsequenz davon wie eine Krevette zwei Stunden im hintersten Treppenhaus auf dem Betonboden in dem Quadratmeter, wo die Sonne reinschien, lag und hoffte, dass keiner vorbeilief und mich in diesem Zustand sah. So oft geschah es, dass ich mitten am Tag die schmerzhafte Heimreise auf mich nehmen musste, dass ich anfing, an diesen Tagen gar nicht erst aus dem Haus zu gehen und Homeoffice zu machen. Da bei mir Schmerzmittel auch nicht wirkten, gab es keine weitere Möglichkeit, diese Ereignisse zu vermeiden. Lustigerweise habe ich während des Schreibens dieses Artikels erfahren, dass man vor der Einnahme von Ibuprofen einen Liter Wasser trinken sollte, damit es wirkt. Glücklicherweise haben sich die Schmerzen (nach ca. 15 Jahren!) bei mir etwas verbessert, seitdem mir Eisen- und Magnesiumtabletten verschrieben wurden und ich erfahren habe, dass Kaffee die Eisenaufnahme erschwert[2]. Scheinbar kann mehr Eisen im Blut helfen, selbst wenn der Gehalt eigentlich im tiefen grünen Bereich war. Das Problem mit Eisentabletten ist jedoch, dass sie bei vielen zu Verdauungsproblemen füh-

ren. Um dieses Übel zu mildern, kann man sie nur jeden zweiten Tag einnehmen. Andere Frauen mit Eisenmangel haben entschieden, dass sie sich lieber paarmal im Jahr eine Eiseninfusion beim Arzt einholen, berichten aber dann, dass sie generell am Anfang zu viel Eisen haben, dann 1–2 Monate genau richtig und fit sind und gegen Ende wieder immer müder werden bis zum nächsten Termin.

Die Schmerzen und Kopfschmerzen, die man sich bei der Nahrungseinnahme in Bezug auf Eisen macht, sind mühsam, aber nicht so mühsam wie die Vorlesungen, die man an dem Tag verpasst. Da meine Zykluslänge meistens durch 7 teilbar ist und fast immer auf einen Wochentag fällt, habe ich oft genug erlebt, dass ich ausgerechnet eine nicht aufgenommene Vorlesung verpasste und dann in den folgenden Wochen wegen des verpassten Inhalts mit Fragezeichen im Vorlesungssaal sass. Die durchschnittliche Zykluslänge ist 28 Tage. Wenn man die oben genannten Schmerzen erlebt, rechnet man also mit einem generellen Nachteil von 1/28 = 3,6 %. Wenn man immer einen Wochentag verpasst, erhöht sich die Zahl auf 5 %. Es wurden Studien gemacht, die zeigen, dass Schmerzen bei jungen Frauen mit deren Schulabwesenheiten zusammenhängen[3].

Noch schlimmer, stell dir vor, du hast wie eine Freundin von mir während der Prüfungen für 16 von 42 Kreditpunkten Blutungen und Schmerzen und musst (zweimal in zwei Jahren) in der Halbzeit der Analysis-Prüfung Schmerzmittel poppen. Stell dir vor, du hast eine regelmässige Periode und weisst sogar einen Monat im Voraus, dass der Tag auf Analysis fallen wird, und bist dagegen machtlos.

Selbst wenn man die Schmerzen vollständig aus dem Bild entfernen kann, bleiben immer noch das Stigma und die unangenehmen Alltagssituationen. Mein schlimmstes Erlebnis war vermutlich beim Eurovision Song Contest 2025 (Semifinale). Wer dort war, wird sich noch daran erinnern, dass man beim Besuch der St. Jakobshalle in Basel keine Handtaschen mit ins Areal mitnehmen durfte. An dem Abend war ich in einem schwarzen Kleid unterwegs, zum Glück mit einem kleinen Fach für mein Handy und meine ID. Die kleine Handtasche mit meinen Hygieneartikeln liess ich beim Kollegen in Basel in der Wohnung und ging dann ohne weitere Gedanken zum ESC. Erst am nächsten Tag hätte meine Periode starten sollen. Dennoch, während des Konzerts, während Louane als Auftritt im Sand rumspielte (unglaublich, wie effizient sie das alles geputzt haben), spürte ich plötzlich, wie meine Regel doch anfing. Ein, zwei Auftritte wartete ich ab in der Hoffnung, dass es nur ein Glitch war. Schließlich erwartete ich sie erst am nächsten Tag. Leider hatte ich kein solches Glück und musste schnell[4] den Auftritt verlassen, um den Schaden mit Toilettenpapier zu begrenzen. Ungefähr eine Viertelstunde stand ich am Eingang des Frauenklos und fragte jede einzelne Frau, ob sie was dabei hatte,

das mir helfen würde. Für diejenigen, die es vielleicht nicht wissen: Meistens fragt man maximal 2 Frauen, bevor man auf eine trifft, die einem aushelfen kann. An dem Abend hatte aber keine ihr Notfall-Etui dabei, weil Taschen ja verboten waren, und ich zog weiter zu den Mitarbeiterinnen bei den Essensständen, in der Hoffnung, dass diese ihre Taschen bei sich hatten. Bei der dritten Absage, in meiner völligen Verzweiflung, schlug mir jemand vor, bei der Sanität vorbeizuschauen. So bewegte ich mich also zur Sanität, halb am Joggen, und lief auf einen Kreis von etwa 12 Personen in Leuchtwesten zu, die in einer Ecke im Kreis standen. Alle Augen richteten sich auf mich, als ich mich umschaute und ganz zögerlich fragte, ob sie zufälligerweise auch Tampons oder Binden in ihrem Vorrat hatten. Ein Stein fiel mir vom Herzen, als eine mich in den Nebenraum führte und mir das gab, was ich begehrte.

Natürlich ist das eine der extremeren Situationen. Meistens sind es nur kleinere Dinge, die man im Alltag erlebt. Mir wurde berichtet, dass sich in einem Teil des ML-Gebäudes (dem mit dem Windtunnel) nur im Erdgeschoss ein WC befindet (eine der Kabinen vom Männerklo, das abgemauert und umbenannt wurde zu Frauen-WC). Eine Freundin hat mal erlebt, dass sie ausgerechnet während des ersten Tages ihrer Regel (wenn die Blutungen am stärksten sind) die Messungen im vierten Stockwerk des MLs machen musste (im Labor, wo man immer warten musste, dass man von jemandem reingelassen wird) und auch ausgerechnet in dieser Woche der Lift kaputt war. Solche Geschichten geben mir Flashbacks vom Film "Hidden Figures".

Es ist mir wichtig, dass man über solche Erlebnisse offen reden kann und nicht das Gefühl hat, dass man sich schämen muss. Die Situationen selbst sind schon unangenehm genug, ohne dass man sie noch verstecken oder umreden muss. Vor kurzem fiel meine Mens auf den Tag einer Arbeitsmesse, auf die ich mich zwei Monate gefreut hatte, und die Schmerzen wurden (trotz Verbesserungen dank des Eisens) so schlimm, dass ich dem Abteilungschef einer komplett anderen Abteilung, mit mir am Stand, jemandem, den ich kaum kannte, erklären musste, dass ich wegen meiner Krämpfe leider nicht mehr in der Lage war, die letzte Stunde der Messe zu überstehen. Ich war unendlich dankbar, als er mir ohne Peinlichkeit einfach gute Besserung wünschte und nach Hause schickte. Ich wünsche mir für jede Frau, die in so einer überwiegend männerdominierten Branche ist wie ich, dass sie so eine Umgebung bei der Arbeit, unter Freunden und in der Familie erleben kann und den Mut findet, über solche Dinge zu reden, sodass wir gemeinsam das Stigma vernichten können.

1. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/menstrual-health
2. Man sollte 1–2 Stunden vor und nach Mahlzeiten keinen Kaffee trinken
3. https://www.nature.com/articles/s41539-025-00338-x
4. spätestens als es anfing, mein Bein runterzufliessen


Mein Innovationsgeist.
Für deine Sicherheit.
Bei uns verbindest du Theorie mit Praxis und sammelst wertvolle Erfahrungen für deinen Berufseinstieg.
↗ MEHR ERFAHREN

RUAG

Wie jetzt?

Eine ungenutzte Werbefläche?

Wie Sie über 4000 zukünftige Maschineningenieur:innen und Elektrotechniker:innen erreichen können*, erfahren Sie unter

blitz.ethz.ch/advertising



*Ihr Sponsoring gewährleistet, dass das blitz-Redaktionsteam auch stets mit Pizza versorgt werden kann, und dass der blitz auch weiterhin im Zweiwochentakt erscheint.