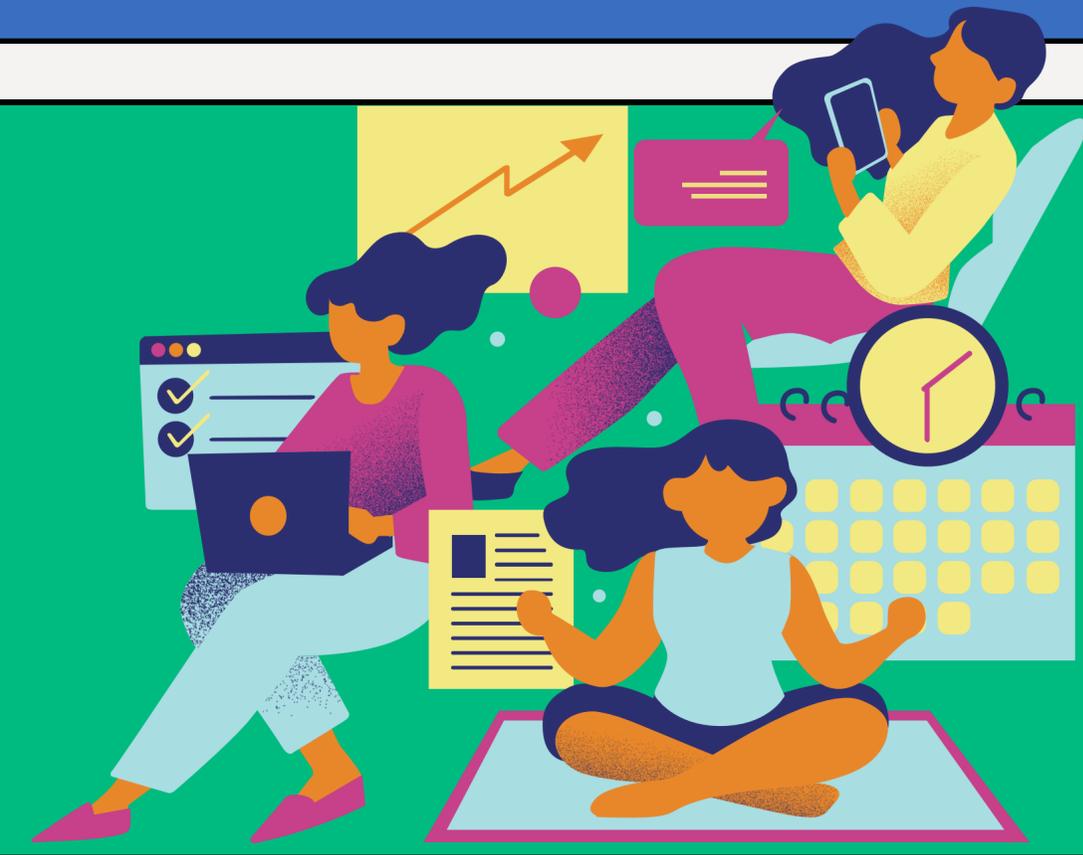




WORK LIFE BALANCE



WORK-LIFE-BALANCE – WAS
BEDEUTET?

ARBEIT, FAMILIE, GESUNDHEIT,
FREUNDE, FREIZEIT – ALLES
ZUSAMMEN – GLEICHGEWICHT.
ZIEL: ALLES PASST GUT
ZUSAMMEN, LEBEN – SINNVOLL,
GUT FÜHLEN.

1

**ZEIT – GUT
PLANEN**

2

**HAUSHALT,
FAMILIE –
AUFGABEN –
GEMEINSAM
TEILEN**

3

**PAUSE,
ERHOLUNG –
WICHTIG –
EINPLANEN**

4

**GRENZE – ARBEIT
/ FREIZEIT – KLAR
TRENNEN**

5

**IMMER
WIEDER
FRAGEN:
„WAS LÄUFT
GUT?“**

HERAUSFORDERUNG:

- CORONA – VIEL VERÄNDERT.
- JETZT – VIELE MENSCHEN – ARBEIT ZU HAUSE (HOME-OFFICE).
- PROBLEM: ARBEIT, PRIVAT – MISCHEN.
- MANCHMAL – ZU VIEL ARBEIT.
- ODER – ANGST: ARBEIT VERLIEREN.
- FOLGE: STRESS – ALLTAG – SCHWER.

