



Im Hamsterrad strampeln viele. Sie schauen weder links noch rechts, sind oft schlecht gelaunt, übermüdet und auch unkonzentriert. Ihre Work-Life-Balance ist nicht mehr im Gleichgewicht. Das Buch befasst sich auf eine unterhaltende, spielerische und einprägende Weise mit dem Thema. Anhand von fünf Charakteren zeigt die Autorin, wie es möglich ist, wieder einen Ausgleich zwischen Arbeit und Privatleben zu schaffen.

Franziska Bischof-Jäggi

**Hamsterrad im goldenen Käfig**

Work-Life-Balance – ein notwendiger Luxus

knapp Verlag, 2010

168 Seiten, gebunden, CHF 29.90