

Axel Mengewein
HALBE ARBEIT, GANZES LEBEN

Axel Mengewein

HALBE ARBEIT, GANZES LEBEN

Arbeite so wenig, wie du willst.
Das Teilzeit-Manifest

ARISTON 

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,
da wir uns diese nicht zu eigen machen,
sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt
der Erstveröffentlichung verweisen.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet unter <http://dnb.de> abrufbar.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

© 2018 Ariston Verlag in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Alle Rechte vorbehalten

Redaktion: Michael Schickerling

Umschlaggestaltung und Motiv: Hauptmann & Kompanie, Zürich
Satz: Satzwerk Huber, Germering
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck
Printed in Germany

ISBN: 978-3-424-20193-2

*Für die beiden wichtigsten Frauen
in meinem Leben.*

Inhalt

Freiheit durch Teilzeit – Teilzeit-Freiheit!	11
1 Warum Sie Teilzeit machen sollten	18
Augen auf und raus!	20
Sie sind nicht allein!	24
Gute Gründe fürs Kürzertreten	25
Mit weniger zum Trendsetter!	29
Teilzeit für alle!	31
2 Wie Teilzeit mehr Freiheit bringt	34
Mehr Leben ist das Ziel	35
Keine Angst vor Teilzeit	39
Mehr Freizeit mit Effekt	42
Mehrarbeit durch Teilzeit	47
Ganzes Leben – mein Traum	48
3 Wie der 5-Prozent-Teilzeithebel wirkt	55
Die wundersame Vermehrung der Freizeit	56
Vorsicht vor dem Teilzeit-Trojaner!	59
20 Prozent Arbeitsplatzhaltungenergie	61
Überstundenbremse anziehen!	65
Mehr Distanz zum Job	68
Der Preis der Teilzeit	71
Der Bonus der Pendlerteilzeit	72
Schulferienteilzeit ist nicht nur etwas für Lehrer	75
Noch mehr Freiraum durch die Teilzeit-Freiwoche	76

Lernen Sie Nein sagen	77
Entschleunigter Jahreskalender	79
Mein Teilzeit-Kalender	80
4 Was unterschiedliche Teilzeitmodelle bieten	81
1. Klassische Teilzeit und Klassik-Vario	83
2. Teilzeit-Invest	88
3. Messebauer-, Montage- und Turnusteilzeit	91
4. Saisonteilzeit	92
5. Schichtarbeiterteilzeit	93
6. Teamteilzeit	94
7. Jobsharing und Jobtandem	95
8. Teilzeitnomade, Homeoffice, Telearbeit und Vertrauensarbeitszeit	97
9. Sabbatical und Sabbatical light	100
10. Bildungsteilzeit	102
11. Pflgeteilzeit	104
12. Schwerbehindertenteilzeit	106
13. Elterngeld, Elterngeld Plus und Elternzeit	106
14. Altersteilzeit	108
15. Unfreiwillige Teilzeit und Kurzarbeit	110
16. Minijob	111
17. Unbezahlter Urlaub	113
18. Teilzeit auf Probe und Schnupperteilzeit	114
19. Brückenteilzeit	115
Die Qual der Wahl	115
5 Welche finanziellen und rechtlichen Fragen wichtig sind	118
Weniger Lohn für weniger Arbeit	119
Kosten checken	120
Wofür geben Sie Geld aus?	123
Mein Leben als Minimalist	127

Wie wirkt sich Teilzeit auf die Rente aus?	129
Karriere trotz Teilzeit	131
Das Recht auf Teilzeit	135
Antrag auf Teilzeit	136
Chefs und Kollegen einbinden	141
Nutzen für den Arbeitgeber	144
6 Wie Selbstständigkeit in Teilzeit funktioniert	147
Meine Selbstständigkeit in Teilzeit	147
Mit Teilzeit und Begeisterung in die Freiheit	148
Vor- und Nachteile der Selbstständigkeit in Teilzeit	151
Nebenberuflich selbstständig	153
Nebentätigkeiten immer anmelden	158
Vorsicht vor Scheinselbstständigkeit!	161
7 Was nach der Teilzeit möglich ist	162
Teilzeitarbeiter bleiben	162
Zurück in die Vollzeit	163
Vollzeit-Teilzeit – 100 Prozent Teilzeit	165
»Touch and go« zur neuen Teilzeit – Teilzeit-Vollzeit-Teilzeit	166
Neue Arbeit braucht das Land!	168
Teilzeit-Wiki	173
Danksagung	177
Literatur	178
Anmerkungen	186

Freiheit durch Teilzeit – Teilzeit-Freiheit!

Ich liebe Teilzeit! Warum? Weil Teilzeit mein Leben befreit hat. Befreit von vielen beruflichen Fesseln, deren Ursprung bis 1830 zurückreicht – wie beispielsweise der 8-Stunden-Tag –, die heute aber nicht mehr zeitgemäß sind: »Präsenzkultur«, »Fürs-Wochenende-Leben«, »Von-Urlaub-zu-Urlaub-Hangeln«, »Rund-um-die-Uhr-Erreichbarkeit« und »unbezahlte Überstunden«. Seit vielen Jahren arbeite ich in Teilzeit, habe inzwischen viele unterschiedliche Modelle ausprobiert und mir dabei immer noch die Option bewahrt, zur Vollzeit zurückzukehren. Mit »Teilzeit-Freiheit« meine ich, dass Sie schon in wenigen Wochen zum Beispiel mit einem Backpacker-Rucksack als Digital-Teilzeitnomade von Thailand aus am Laptop arbeiten und dort gehillt besser leben könnten. Mit der Betonung auf »leben«!

Teilzeit schenkt Ihnen einen wichtigen Rettungsanker, der Ihnen bei Bedarf den Sprung zurück von Asien nach Europa gewährt, falls Sie mal dringend wegen eines Arztbesuchs oder anderer wichtiger Angelegenheiten heimkommen müssen. Teilzeit hält Sie versichert, beheimatet, versorgt, aber entfesselt Sie vom drögen Arbeitsplatz, den Sie sowieso schon zur Genüge kennen. Machen Sie es wie ich, umrunden Sie die Welt in Teilzeit – finanziell bequem, risikofrei und abgesichert. Werden Sie außerdem stark, fit und ausdauernd und halten Sie sich in Form, denn endlich haben Sie Zeit für Sport. Und, als wenn das nicht schon genug wäre, Teilzeit schenkt Ihnen das, was Ihnen am meisten fehlt: Freizeit. Teilzeit-Freiheit eben!

Egal, ob Sie aktuell eine leitende Position in einem Großkonzern innehaben, ob Sie auf der Karriereleiter nach oben klettern und ne-

benbei vielleicht eine Familie gründen oder ob Sie Berufsanfänger sind und Ihnen eigentlich 2,5 Arbeitstage pro Woche völlig ausreichend erscheinen: Auch Sie dürfen Teilzeit machen! Denn, niemand muss heutzutage eigentlich mehr als 50 Prozent arbeiten, um 100 Prozent leben zu können. Halbe Arbeit – ganzes Leben! Davon bin ich fest überzeugt. Sie müssen sich nur trauen. Wie das geht, erfahren Sie hier. Ich lebe das so schon seit vielen Jahren, und es ist sehr viel einfacher, als Sie vielleicht denken. Teilzeit vervollständigt Ihr Leben auf allen denkbaren Ebenen, aber meist genau da, wo es Ihnen bisher immer am meisten gefehlt hat: an Zeit.

Mit diesem Buch haben Sie alles Nötige in der Hand, damit Sie am Teilzeittrend erfolgreich teilnehmen und davon profitieren können. Denn mit der Reduktion Ihrer Wochenarbeitszeit können auch Sie zu denen gehören, die Sie vielleicht schon lange insgeheim beneidet haben. Die, die monatelang im Ausland überwintern konnten oder so mir nichts, dir nichts über viele Wochen Asien durchqueren, Südamerika entdecken oder Kanada erobern konnten, und das auch noch in allen Facetten in den sozialen Medien jeden Tag geteilt haben. Ich war und bin einer von ihnen.

Bei mir wurde einmal unter einem typischen »Traumstrand-Sonnenuntergangs-Selfie« geschrieben: »Im nächsten Leben will ich auch ein Mengewein werden.« Aber mal ehrlich: Warum auf eine mögliche Reinkarnation warten, wenn man Indien schon in 12 Wochen intensiv bereisen könnte? Denn so lange dauert es in den meisten Fällen maximal, bis Ihr »Antrag auf Freiheit« durch ist. Und wer garantiert Ihnen denn, egal, woran Sie glauben, ob es überhaupt ein nächstes Leben gibt oder wie das dann aussehen könnte? Ich glaube, dass wir im Hier und Jetzt leben sollten. Genau in diesem Moment, in dem Sie diese Zeilen lesen. Und ich sage Ihnen: Die Welt ist groß und so unbeschreiblich schön! Es gibt so vieles da draußen, was es zu sehen und zu erleben lohnt – das weiß ich wirklich sehr genau aus den über 50 Ländern, die ich bisher bereisen durfte.

Die vielen Menschen, denen ich unterwegs begegnet bin, haben mir gezeigt: Es gibt auf der Welt so viele »Reisende« wie vielleicht künftig auch Sie und mich, so viele Menschen, die sich bereits auf den Weg gemacht haben, um Lebensalternativen kennenzulernen. Es gibt so viele »Suchende«, die ich auf meinen Reisen getroffen habe, die 9-to-5 bereits ade gesagt haben. Es gibt so viele Menschen, die schon den Absprung geschafft haben und nun tauchend die Unterwasserwelt der Seychellen bestaunen, die Gipfel der Berge erstürmen oder sich mit anderen Backpackern bei einem Cocktail am Strand austauschen – und alle haben ihre eigene Geschichte zu erzählen. Und sind es nicht genau solche Geschichten, die Sie vielleicht auch selbst erzählen wollen? Weitergeben möchten an Ihre Freunde, Ihren Partner, Ihre Familie, Ihre Kinder, Ihre Enkel oder die Leser Ihres potenziellen Reiseblogs? Schreiben Sie Ihre eigenen Geschichten! Denn eines ist klar: Das Leben ist kurz, begrenzt und jeder darf mal aus dem vorgezeichneten Weg von Schule, Studium, Job und Rente ausbrechen.

Ich bin der festen Überzeugung, dass alles, was wir im Leben brauchen, uns bereits von Anfang an mitgegeben wurde. Es wird Zeit, dass auch Sie sich Ihrem Schicksal stellen und das tun, wofür Sie eigentlich hier sind. Ich kenne Ihr Karma, sollte es so etwas geben, natürlich nicht. Ich weiß nur, dass ich meinem die Chance gegeben habe, sich zu offenbaren: auf Reisen, mit asiatischer Kampfkunst und nun auch in diesem Buch. Ich will andere Menschen motivieren, endlich weniger zu arbeiten und mehr zu leben! Das ist das Ziel: mehr Zeit für Ihr Leben! Mit Teilzeit freier, selbstbestimmter und dadurch glücklicher leben, jetzt schon, und nicht erst mit Ende 60! Klingt eigentlich zu schön, um wahr zu sein.

Es gibt viele Wege, zu einer ausgeglicheneren Work-Life-Balance zu gelangen, egal ob als Arbeitnehmer oder als Führungskraft. Der Weg, den ich Ihnen zeige, benötigt keine Streiks, keine neuen Tarifvereinbarungen, keine Regierungsbeschlüsse und keine Revolution. Mein Weg ist wirklich ganz einfach, er existiert bereits und wurde gerade durch die Einführung der sogenannten Brückenteilzeit ge-

stärkt. Es ist der Weg der Teilzeit. Ja, Teilzeit hat das Potenzial, unsere Arbeitswelt und damit auch Ihr Privatleben umfassend zu verändern. Wir müssen Teilzeit nur anders denken lernen, kreativer anwenden, die Angst davor verlieren und die Menschen respektieren lernen, die Teilzeit heute bereits leben oder es künftig tun werden.

Denn je mehr Menschen in Teilzeit arbeiten, desto schneller kommen wir dem gesellschaftlichen Ziel näher, unsere gesamte Arbeitswelt flexibler, lebenswerter und gesünder zu gestalten. Und danach sieht es aktuell aus, wenn man sich die Statistiken über Teilzeit genau ansieht – wichtige Studien dazu stelle ich Ihnen in diesem Buch vor, weitere finden Sie auf meiner Webseite zum Buch unter www.halbe-arbeit-ganzes-leben.de. Dauerpräsenz am Arbeitsplatz gehört also ebenso der Vergangenheit an wie immer der gleiche Standort über vielleicht 40 Berufsjahre hinweg. Wir sind dafür nicht gemacht, ein Leben lang an nur einem Ort zu arbeiten! Wir brauchen Abwechslung, Inspiration, Tapetenwechsel und neue Impulse, die es überall auf der Welt gibt, nur nicht in demselben Büro, in dem Sie mit Kollegen vielleicht sogar Jahrzehnte auf engstem Raum eingepfercht ausharren, bis Sie hoffentlich die Rente irgendwann erlöst.

Egal, ob man nun 5, 25 oder 50 Prozent seiner individuellen Wochenarbeitszeit reduziert: Je mehr Menschen Teilzeit arbeiten, desto größer wird der Druck auf die Unternehmen, die Jobs endlich so zu gestalten, dass sie sich klug auf mehrere Köpfe verteilen lassen, dass sie flexibler werden und so eine gesunde Work-Life-Balance und standortunabhängige Tätigkeiten ermöglichen. Und davon profitieren letztlich auch die Unternehmen – besonders wenn sie im Kampf um die besten Talente am Arbeitsmarkt die Nase vorn haben wollen. Denn schon länger entscheidet nicht mehr nur der Gehaltsscheck, wo man arbeiten möchte, sondern die Vereinbarkeit von Beruf und Leben.

Studien belegen, dass Teilzeitarbeiter glücklicher und produktiver sind – und dass Teilzeitarbeit dringend notwendig ist für einen erfolgreichen Wirtschaftsstandort in einem Land, in dem qualifizierte Mitarbeiter immer mehr zur Mangelware werden. Auch die Politiker der

Bundesregierung haben das begriffen, wenn auch noch mit Einschränkungen: »Brückenteilzeit« nennt sich die neue Teilzeitidee mit Rückkehrrecht in die Vollzeit. Ich hoffe, dass Brücken gerade auch in den Köpfen derjenigen geschlagen werden, die im Unternehmensalltag die Teilzeitmitarbeiter hinaus in die Welt ziehen lassen, also Ihr Chef-Chef, Ihr Chef, Ihr Team beziehungsweise Ihre Kollegen. Wenn bald jeder wieder nach einer Teilzeitphase in die Vollzeit zurückkehren kann, fallen die letzten Schranken der starren Anwesenheitspflicht aus der Zeit der industriellen Revolution, und wir entwickeln endlich eine moderne digitale Arbeitskultur mit einem ausgewogenen Verhältnis zwischen Leben, Job, Reisen, Abenteuer und Erholung.

Mit Teilzeit können Sie sich von der großen tief liegenden inneren Unzufriedenheit befreien, von der auch Martin Cordsmeier spricht. Er kommt nach zahlreichen Interviews mit Betroffenen zu der Erkenntnis, dass 45 Prozent der über 16 Millionen Befragten sich nicht dort sehen, wo sie gerne im Leben sein wollen. Jeder Fünfte gibt dabei an: »Was ich jetzt mache, ist gar nicht meins!« Cordsmeier schließt daraus, dass sich die Menschen in unserer Gesellschaft zwar oberflächlich überwiegend als »zufrieden« bezeichnen, es jedoch bei genauer Betrachtung im Inneren ganz anders aussieht. Es fehlt uns schlichtweg an Atempausen, um mal zur Ruhe zu kommen und über grundsätzliche Fragen für das eigene Leben nachzudenken.¹ Doch wenn Sie das tun, was Sie gerne tun, werden Sie erfolgreich, gesund und zufrieden. Das sagt auch John C. Parkin in seinem Buch *Fuck it!*. »Mach nur noch, was du gerne tust, und es ist egal, welchen Job du hast.«²

Hören Sie also auf, »Ja, aber ...« zu sagen, wenn es um das Thema Teilzeit geht. Suchen Sie nicht nach irgendwelchen Gründen, Ihren Hauptjob nicht zu reduzieren. Überlegen Sie sich vielmehr gute Gründe, die dafürsprechen, weniger zu arbeiten und mehr zu leben. Endlich das zu tun, was Ihnen wirklich Spaß macht. »Ja, aber das Geld?!« – »Ja, aber die Karriere?!« – »Ja, aber die Rente?!« – »Ja, aber was denken dann die anderen?!« Die häufigsten Ja-aber-Einwände

räume ich in diesem Buch aus – damit Sie guten Gewissens in die große Teilzeit-Freiheit starten können.

Bereits 1930 spekulierte der Ökonom John Maynard Keynes, dass die Menschen in 100 Jahren, also schon in naher Zukunft, nur noch 3 Stunden am Tag arbeiten müssten. Diese 15-Stunden-Woche würde allerdings aktuell happige 62,5 Prozent Lohnverzicht bedeuten – was wohl weder im Sinn von Keynes noch in Ihrem Sinn ist. Aber eine Teilzeit mit nur 5 Prozent und dadurch 11 Tagen zusätzlicher Freizeit kann sich fast jeder Beschäftigte leisten. Was es damit auf sich hat und wie ich auf die 11 Tage komme, lesen Sie später.

Wenn Sie die Wochenarbeitsstunden sogar noch weiter reduzieren wollen, um 15, 20 oder 50 Prozent – um so noch mehr leben zu können –, funktioniert das gut, wenn Sie meine Tipps und Ratschläge in diesem Buch beachten. Wie viel Prozent Reduzierung Ihrer Arbeitszeit für Sie persönlich sinnvoll ist, rechnen wir ausführlich in den nächsten Kapiteln durch.

Halbe Arbeit – ganzes Leben: Das könnte doch auch Ihr neues und erstrebenswertes Ziel sein! Ich selbst habe verschiedene Teilzeitformen über mehrere Jahre hinweg ausprobiert und gehe in diesem Buch immer wieder auf meine positiven und leider manchmal auch negativen Erfahrungen ein. Das erste Teilzeitmodell hatte ich für eine berufliche Qualifikation beantragt, dann eine Teilzeit aus familiären Gründen genutzt, und die folgenden, um mir lang ersehnte Lebensziele zu erfüllen. Und immer noch arbeite ich Teilzeit – weil ich mich daran gewöhnt habe, weil es mir Freude macht, weil ich den Gewinn an Lebensqualität schätze und weil ich die nebenbei aufgebauten Projekte nicht wieder aufgeben will. Außerdem möchte ich im Idealfall noch mehr Menschen wie Sie dazu motivieren, ebenfalls glücklicher und »reicher« zu leben, mit Teilzeit.

Es muss nicht jeder so konsequent an das Thema herangehen wie ich – manche mögen es auch radikal nennen. So habe ich während meiner Halbe-Arbeit-ganzes-Leben-Phase meine Wohnung gekündigt und meine Fixkosten auf nur noch 200 Euro pro Monat gedrückt. So

hatte ich genug Geld, um mir einen lang gehegten Traum zu erfüllen: einmal alle Kontinente zu bereisen. Daneben hatte ich genug Zeit und Energie, den schwarzen Gürtel im Taekwondo zu meistern und einen Marathon zu laufen. Für mich hieß das: Leben pur!

Ich werde Ihnen alle Facetten der Teilzeit vorstellen, damit Sie sich ein perfekt auf Sie zugeschnittenes Modell aussuchen können – um glücklicher und zufriedener zu leben. In vielen Gesprächen, die ich zum Thema Teilzeitarbeit in den vergangenen Jahren geführt habe, konnte ich inzwischen viele Menschen für Teilzeit begeistern – einige Beispiele habe ich hier aufgeschrieben. Werden auch Sie Teil des Teilzeittrends und helfen Sie, die Arbeitswelt lebenswerter zu gestalten. Die Zeit dafür ist reif!

Ich wünsche Ihnen viel Spaß und Inspiration beim Lesen sowie Mut, Kraft und Freude, Ihre eigenen Teilzeitwünsche umzusetzen! »Shisak!«, koreanisch für »Beginne!«, würde mein Taekwondo-Großmeister jetzt sagen! Das bedeutet für Sie: Starten Sie jetzt in Ihr neues Leben, auf in den Kampf, zeigen Sie, was in Ihnen steckt! Es lohnt sich, und zwar für Sie und alle anderen Menschen, die Ihnen wichtig sind!

Axel Mengewein

Warum Sie Teilzeit machen sollten

Ihr Leben läuft eigentlich perfekt. Möglicherweise haben Sie dieses Buch geschenkt bekommen oder sich selbst gekauft, weil Sie von Freunden oder Bekannten gehört haben, dass man auch mit weniger Arbeit ziemlich gut über die Runden kommt. Vor allem aber, dass man dabei mehr Zeit für die Familie hat, mehr Zeit für das persönliche Glück und ganz einfach mehr Zeit für sein Leben.

Und dann haben Sie vielleicht auch noch einen Artikel in der Zeitung gelesen: über den Wunsch vieler, weniger zu arbeiten und mehr zu leben. Denn das ist ja richtig: Es liegt voll im Trend, weniger Zeit mit Arbeit zu verbringen, mehr Zeit für sich, die Familie oder Freunde zu haben. So titelte bereits im September 2017 *Spiegel online* »Auf dem Weg in die Teilzeitrepublik. So arbeitet Deutschland«. ³ Und auch Bundeskanzlerin Angela Merkel betonte im Rahmen ihrer Rede als Schirmherrin des Netzwerks Chefsache: »... der Umgang mit Teilzeit in bestimmten Lebensphasen muss besser sein. Auch da ist es ja möglich, Chefpositionen zu haben.« ⁴

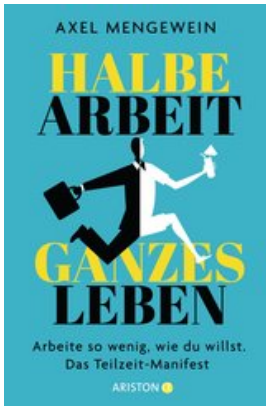
Initiative Chefsache

Die 2015 gegründete Initiative Chefsache (www.initiative-chefsache.de) will ein Umdenken in der Arbeitswelt herbeiführen. Sie setzt sich deshalb für Chancengerechtigkeit von Frauen und Männern ein, besonders in Führungspositionen. Ein wichtiges Anliegen der Initiative sind innovative Arbeits- und Karrieremodelle: »Wer Fachkräfte halten und gewinnen möchte, muss die Arbeit an die Lebensrealitäten seiner Mitarbeiter anpassen.« ⁵

Aber wie steht es mit Ihnen: Arbeiten Sie immer noch Vollzeit? Sind Sie abends müde und gestresst – und das Wochenende ist viel zu kurz, der Urlaub viel zu wenig? Eigentlich könnten Sie es ja etwas ruhiger angehen lassen, eigentlich haben Sie noch andere Pläne. Denn Sie haben ja einen erfolgreichen Weg hinter sich, viele Jahre Schule, Ausbildung oder Studium, später Fort- und Weiterbildungen. Ihre Karriere kann sich ja eigentlich sehen lassen – doch es gibt dieses »Eigentlich«.

Das »Eigentlich« wird immer dann laut, wenn Sie auf Instagram Urlaubsfotos von anderen sehen, wenn Ihre Partnerin mal wieder sauer ist, weil Sie für einen privaten Termin keine Zeit finden, wenn der Job mal wieder vorgeht oder wenn Sie keine Zeit mehr für die Dinge finden, die Ihnen wichtig sind. Trifft das auch auf Sie zu? Gratulieren Sie Ihren Freunden nur noch auf den sozialen Kanälen zum Geburtstag, mit dem üblichen Standardtext: »Happy Birthday«, waren aber schon ewig nicht mehr mit ihnen auf ein gemeinsames Bier oder hatten ein Gespräch ohne Zeitdruck? Sind Sie beim Mittagessen mit einem Kollegen neidisch, wenn er von seinen langen Auslandsreisen berichtet? Fragen Sie sich spätabends im Büro beim Überstundenschieben, ob es das wirklich wert ist, all Ihre kostbare Lebenszeit der Firma zu opfern?

Sie können natürlich einfach so weitermachen und über den klassischen Karriereweg weiterhin versuchen, im Angestelltenverhältnis glücklich zu werden und dabei viele Überstunden zu machen, oder warten, bis vielleicht Ihre Kinder aus dem Größten raus sind oder bis Sie in Rente gehen und dann endlich viel mehr Zeit haben. Darauf arbeiten Sie ja schließlich ein ganzes Arbeitsleben hin, richtig? Immer vorausgesetzt, Sie sind dann im Alter von vielleicht 67 noch fit und können umsetzen, was Sie bis dahin immer nur geplant haben. Wie lautete denn die Diagnose Ihres Hausarzts beim letzten Gesundheitscheck? Sollten Sie vielleicht mehr auf sich achten und mehr für sich tun? Ihre Werte könnten besser sein? Wer garantiert Ihnen denn, dass Sie das Renteneintrittsalter gesund erreichen werden? Und welchen Grund hat es, gerade jetzt dieses Buch über mehr Zeit für Reisen,



Axel Mengewein

Halbe Arbeit – ganzes Leben

Arbeite so wenig, wie du willst. Das Teilzeit-Manifest

ORIGINALAUSGABE

Paperback, Klappenbroschur, 192 Seiten, 13,5 x 20,6 cm
ISBN: 978-3-424-20193-2

Ariston

Erscheinungstermin: Oktober 2018

Rein ins Teilzeitglück - endlich reisen, leben, lieben

Schon in wenigen Wochen entspannter und zufriedener leben. Und dabei nur geringe finanzielle Abstriche - oder sogar mit etwas mehr im Geldbeutel, wenn man Berufspendler ist! Teilzeit liegt im Trend, die Zahl der Menschen die in Teilzeit arbeiten, steigt kontinuierlich. Die Gründe sind vielfältig, die Vorteile liegen auf der Hand: Eine Reduktion der Arbeitszeit bedeutet weniger Stress und einen Zuwachs an Lebensqualität. Axel Mengewein erklärt an konkreten Beispielen, wer wann wie in Teilzeit gehen kann, und gibt Tipps für das Gespräch mit Vorgesetzten. Er hilft, Existenzängste abzubauen, die mit dem Thema Teilzeit immer noch verbunden sind, und beschreibt, wie wir mit Teilzeit glücklicher, freier und selbstbestimmter durchs Leben gehen.

 [Der Titel im Katalog](#)