

Gut Ding will Weile haben.

Aber:

Zeit ist Geld und Geld ist Macht.

Die Lebenskosten steigen, der Wert des Geldes sinkt und die Zukunft sieht düster aus. Klar bereitet uns das Stress. Wir machen uns Sorgen um unsere Existenz. Wir arbeiten immer länger und unsere Nerven werden dabei immer kürzer, wir stehen unter Dauerstress. Immer mehr junge Menschen leiden an einem Burnout. Und das, obwohl wir wissen, wie ungesund ständiger Stress für unseren Körper ist. Er kann der Auslöser sein für Krankheiten wie Depression, Herzinfarkt, Diabetes, Tinnitus, Autoimmunerkrankungen und viele mehr. Wieso gelingt es uns nicht, in eine gute Work-Life-Balance zu kommen, obwohl dieses Thema so allgegenwärtig ist? Ein Dilemma, mit dem sich vor allem die Gen Z intensiv auseinandersetzt und welches immer wieder zu Spannungen zwischen der Generation Boomer und der Gen Z führt.

Aus dem Blickwinkel zweier junger Frauen wollen wir aufzeigen, was es bedeutet, in der heutigen Gesellschaft mit all dem Stress, den Ängsten und Sorgen umzugehen. Dabei geht es uns nicht darum, eine Lösung zu präsentieren, sondern vielmehr darum, dieses Thema zu erforschen und zu schauen, ob wir darin auch eine Freude, Leichtigkeit und vielleicht sogar Entspannung finden können.
“Hey, entspannen Sie sich.”