

Hurz notiert

Keine Zeit für Burnout

Die Mitarbeiterin der Österreichischen Bundesforste, Regina Reiter hat vor kurzem ihr erstes Buch, Strategien wie man wieder zu sich selbst findet, präsentiert. In diesem Buch mit dem Titel „Keine Zeit für Burnout“ bringt sie den Wald und die Natur als Oasen für die Seele ins Spiel. Ziel des Buches ist es, jeden Menschen klar zu machen, dass er sich mehr Zeit für sich selbst nehmen muss. Es schlägt unter anderem vor, dass man sich von „zeitraubenden Mitmenschen“ trennt. Die SPÖ Purkersdorf wünscht der Autorin in ihrer schriftstellerischen Tätigkeit viel Erfolg.

