

SO GELINGT DER RESTART! BEITRAG VON LEANDER GREITEMANN

Allgemein 08/07/22

So gelingt der Restart! Beitrag von Leander Greitemann

Ein Perspektivwechsel macht aus einem Ende einen Anfang. IAK-Trainer und Speaker Leander Greitemann hat in der neusten Ausgabe von Sanitas Health Forecast einen Beitrag zum Thema veröffentlicht: „So gelingt der Restart. Neustart als Grundhaltung". Im Themenband zur Gesundheit der Zukunft geben 30 ausgewählte Journalistinnen und Journalisten Inspiration für ein gesundes Leben von der Ernährung über den Schlaf bis eben zu der Frage, wie der Neustart gelingen kann.

Leander Greitemann. „So gelingt der Restart. Neustart als Grundhaltung", in: Der Sanitas Health Forecast 2022. Das neue Du – Die Gesundheit der Zukunft, Zürich 2022.

ISBN 978-03-03763-137-9