

# LEBEN

## Sightrunning statt Sightseeing

Die Hotspots beim Städte-  
trip klassisch ablaufen oder im  
Doppeldeckerbus anfahren? Kann  
man machen, muss man aber nicht!  
Denn althergebrachten Stadtführungen  
wird mit einem neuen Trend die Stirn gebo-  
ten: In immer mehr Städten und Regionen  
werden geführte Lauftouren entlang der  
Sehenswürdigkeiten angeboten. Das  
spart nicht nur Zeit, sondern fördert  
auch noch Fitness und Teamgeist. In  
kleinen Gruppen werden  
Sport und Kultur zu einem  
besonderen Erlebnis.

Sightrunning wird zum  
Beispiel in Berlin angeboten:  
[www.mikes-sightrunning.de](http://www.mikes-sightrunning.de)



©okalinich – stock.adobe.com

## Herbstzeit: Take Me to the Lakes ...

Hinter dieser Aufforderung verbirgt sich eine Kombination aus  
Fotografie und Design mit Begeisterung für Seenkunde. Der  
Reise- und Erkundungsimpulsgeber in Buchform geht gezielt  
dem Wunsch nach Entspannung, Auszeit und dem Versprechen,  
dabei die Großstadt hinter sich zu lassen, nach. Um zu  
entdecken, was jenseits der Stadtgrenzen liegt, sind die gleich-  
namigen Bücher des unabhängigen Berliner Verlages The Gentle  
Temper ein perfekter Wegweiser mit vielen Insidertipps.

Auch online bietet die Community einen se(h)enswerten  
Austausch: [www.takemetothelakes.com](http://www.takemetothelakes.com)

Quelle: [www.thegentletemper.com](http://www.thegentletemper.com)



©www.thegentletemper.com

## Gen Z tickt anders

Mit attraktivem Gehalt und guten Karriereaussichten allein lässt sich die Gen Z nicht (mehr) überzeugen. Stattdessen rücken die Themen Diversität, Inklusion und gesellschaftliches Engagement des Arbeitgebers immer stärker in den Fokus und laufen klassischen Benefits und sogar dem Wunsch nach Homeoffice inzwischen den Rang ab. Das zeigt eine aktuelle Randstad-Studie.<sup>1</sup> Unter den Befragten aus der Gen Z geben 41 Prozent an, dass Diversität und Inklusion für sie eine große Rolle bei der Jobwahl spielen. Traditionelle Anreize werden von den 18- bis 25-Jährigen zwar weiterhin geschätzt, verlieren aber zusehends ihren dominierenden Stellenwert. Gehalt und Sozialleistungen sind etwa für 56 Prozent zwar ein wichtiger Faktor bei der Jobwahl – allerdings liegen sie mit zehn Prozentpunkten unter dem Generationendurchschnitt. Homeoffice fällt bei der Gen Z in der Prioritätenliste mit 40 Prozent sogar hinter Diversität und Inklusion zurück. Auch Sicherheitsaspekte verlieren vergleichsweise an Bedeutung. Für 60 Prozent hat Arbeitsplatzsicherheit einen hohen Stellenwert, für 50 Prozent die finanzielle Stabilität des Unternehmens. Auch zeigt sich eine höhere Bereitschaft zur Mobilität: Für nur 32 Prozent ist der Unternehmensstandort ein wichtiges Kriterium.

1 Randstad Employer Brand Research, [www.randstad.de](http://www.randstad.de)

Quelle: Randstad Deutschland GmbH & Co. KG



**Wer ist Gen Z?**  
 Unter dem Label „Gen Z“ werden gemeinhin alle Personen zusammengefasst, die ab 1995 geboren wurden.

© rohappy – stock.adobe.com

## Junge Menschen thematisieren mentale Gesundheit

Gerade bei jungen Menschen hinterlassen die turbulenten Zeiten, geprägt von Corona, Krieg und Inflation, ihre seelischen Spuren. Eine aktuelle Umfrage von YouGov und Statista hat gezeigt, dass in Deutschland das Erreichen beruflicher Ziele und eine ausgeglichene Work-Life-Balance nur zweitrangig sind. Die Gefahren gesellschaftlicher Spaltung, Auswirkungen des Krieges und Klimaveränderungen oder auch die finanzielle Absicherung stehen bei den rund 2.000 Befragten dagegen im Mittelpunkt. Besonders wichtig erscheint dabei die eigene mentale Gesundheit. Bei Personen zwischen 18 und 24 Jahren lassen die Ergebnisse aufhorchen: Vier von zehn Befragten betrachten die mentale Gesundheit als besondere Herausforderung.

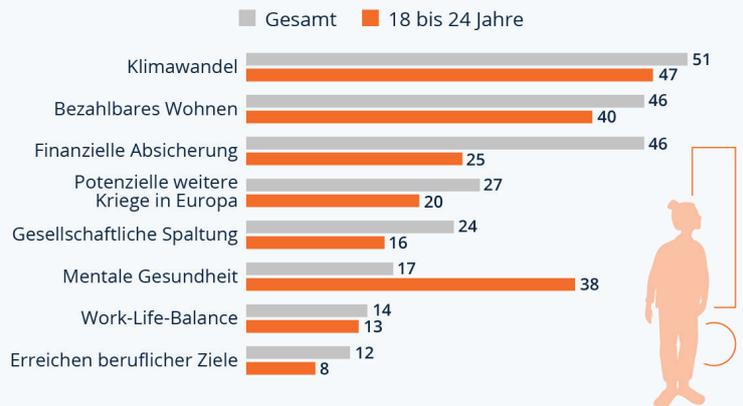
Quelle: Institut für mentale Erfolgsstrategien (ifmes), [www.statista.com](http://www.statista.com)

Ermittle deine mentale Stärke hier:



## Wohnen, Klima, Psyche: Damit hat die Jugend zu kämpfen

Anteil der Befragten, die folgende Probleme als größte Herausforderung für die heutige Jugend sehen (in %)



Basis: 2.075 Befragte (ab 18 Jahren) in Deutschland; bis zu drei Antworten möglich; 01.-03.08.2022  
 Quelle: YouGov

