

Eine ereignisreiche Zeit



Das alte Jahr ist gerade erst zu Ende gegangen, da sind wir schon voll drin in 2020. Und dieses Jahr hat es wahrlich in sich, denn neben aktuellen Ereignissen aus der ganzen Welt gibt es mit der Fußball-Europameisterschaft, die in gleich elf europäischen Städten und einer asiatischen Stadt stattfindet und den Olympischen Sommerspielen in Tokio gleich zwei sportliche Großereignisse in diesem Jahr.

Ob Freizeit oder Beruf – der Mensch ist in der heutigen digitalen Welt ständig erreichbar und unter Strom. Ein solch rastloser Lebensstil, wie er in den Industrieländern bei den meisten Menschen vorkommt, kann dazu führen, dass Arbeiten und Ruhen nicht mehr klar getrennt werden können. Abschalten und entspannen ist da kaum möglich. Die Unruhe überträgt sich dann leider auch oft auf den Schlaf. Doch bevor man zu Schlafmitteln greift, sollte zunächst die Ursache geklärt sein. Mehr zum Thema Schlafstörungen gibt es in unserem Schwerpunktartikel.

Für mich heißt es jetzt: Adieu Redaktionsarbeit, willkommen Elternzeit! Die Zeit bei DIE PTA IN DER APOTHEKE war für mich sehr spannend und ereignisreich. Doch nun wartet eine neue Aufgabe auf mich, die bestimmt mit der ein oder anderen Herausforderung verbunden ist. Ich freue mich auf diese aufregende Zeit und werde Ihnen vielleicht nach meiner Elternzeit das ein oder andere Mal davon erzählen.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Zeit!

Ihre *Nadine Hofmann*

Nadine Hofmann | Leitung Online-Redaktion

 Werden Sie Fan: www.facebook.com/ptainderapotheke