

## Das 1. Allofs Prinzip: Mehrwert erzielen.



Klaus Allofs, Geschäftsführer,  
Werder Bremen

## Leistung. Vertrauen.

Für Klaus Allofs beruht Erfolg auf Prinzipien - im Fußball wie im Vermögensmanagement. Das Prinzip der Citibank ist es, das Beste aus Ihrem Geld zu machen und Ihnen Mehrwerte zu bieten, die sich für Sie rechnen.

Wie wir das erreichen? Mit passenden Produktlösungen, die mehr für Ihr Geld bieten, sowie innovativen Sicherheitslösungen für Ihr Konto.

Wie Sie mit uns mehr für Ihr Geld bekommen, erfahren Sie kostenlos hier: 0800 - 0 11 335 514



Citibank ist Hauptsponsor  
von Werder Bremen.

[www.citibank.de/allofs](http://www.citibank.de/allofs)

**citibank**  
Ihr Ziel ist unser Weg.

### BÜCHER UND LINKS ZUM THEMA



• **Elke Pohl: Sabbatical - So gewinnen alle!**  
Ein typischer Ratgeber zum Thema Sabbatical, klar und übersichtlich gegliedert, schnörkellos geschrieben. Im Mittelpunkt stehen Themen wie Finanzierung der Auszeit,

Gespräch mit dem Chef sowie Tipps zur Ansparung von Zeit. Darüber hinaus viele interessante Denkanstöße über unseren Berufsalltag und zu Fragen der Work-Life-Balance. Plus wertvolle Anregungen und nützliche Adressen. Bertelsmann, 2008, 140 S., 12,90 Euro

• **Thomas Hübner: Die Kunst der Auszeit. Vom Powernapping bis zum Sabbatical.**



Der Autor ist Berater und Trainer in deutschsprachigen Unternehmen und bietet in seinem Buch gestressten Menschen das ganze Spektrum der großen und kleinen Fluchten: von der Kurzzeit-Entspannung durch das sogenannte Power-

napping über autogenes Training bis hin zum Sabbatical. Sehr übersichtlich gestaltet, unprätentiös geschrieben, mit etlichen überzeugenden Motivationstipps. Orell Füssli, 2006, 240 S., 24 Euro

• **Carsten Alex: Der Auszeiter. Vom Management ins Leben - und zurück. Ein Selbstversuch.**



Ein Unternehmensberater will wissen, ob das wirklich schon alles war im Leben, und nimmt ein Sabbatical. O ja, es gibt sie noch, die Abenteuer, vor allem, wenn man fast pleite und mit gesperrter Kreditkarte mitten in der Mongolei unterwegs ist. Das Buch ist ein netter Erfahrungsbericht, dem man aber anmerkt, dass der Autor

sich sonst eher mit Zahlen als mit Buchstaben beschäftigt. Dennoch enthält sein Text interessante Gedanken darüber, wie ein Mensch sich und seine Bedürfnisse verändert, wenn er den Alltag hinter sich lässt. Carsten-Alex-Verlag, 2007, 164 S., 8,90 Euro

• **Jakob Schrenk: Die Kunst der Selbstaussbeutung. Wie wir vor lauter Arbeit unser Leben verpassen.**

Der Untertitel sagt alles: Bemerkenswert geschriebenes Buch eines jungen Münchner Soziologen und Journalisten als erster Schritt zur Erkenntnis. These: Uns muss niemand mehr ausbeuten - das erledigen wir gleich selbst. Schrenk weist nach, wie die moderne Arbeits-



welt unsere sogenannte Work-Life-Balance in Schiefelage bringt. Wer das gelesen hat, tritt freiwillig auf die Bremse und wird mit seinem Chef mal über ein Sabbatical reden. Dumont-Buchverlag, 2007, 200 S., 16,90 Euro

#### Tipps aus dem Internet:

- [www.ratgeber-aussteigen.de](http://www.ratgeber-aussteigen.de)  
Allgäuer Ehepaar, das per Fahrrad durch die Welt reist, gibt viele konkrete Tipps zur Finanzierung und Organisation des Ausstiegs.
- [www.fernwehforum.de](http://www.fernwehforum.de)  
Reise- und Erfahrungsberichte und nützliche Tipps für Traveller, dazu Foren zu Kontinenten oder einzelnen Ländern, plus Hotelbewertungen, Links zu Billigfluggesellschaften etc.
- [www.aus-innovativ.de/themen/sabbatical.htm](http://www.aus-innovativ.de/themen/sabbatical.htm)  
Die juristische Fakultät der Uni Köln hat eine 25 Seiten starke Dokumentation ins Internet gestellt: Dort können sich Interessierte über Arbeitszeitmodelle und alle anderen rechtlichen Fragen rund um das Sabbatical informieren.
- [www.ba-auslandsvermittlung.de](http://www.ba-auslandsvermittlung.de)  
Wer's auch im Sabbatical nicht lassen kann, findet über die Zentrale Auslands- und Fachvermittlung (ZAV) eventuell einen Job im Ausland. Telefon: 0228/713 13 13