



- » [Link zum Originalbild](#)
- » Copyright: News-Reporter.NET
- » Image-No.: 2009270007\_0001

Urlaubsreif? Dann sollten mindestens zwei Wochen Ferien auf dem Programm stehen: 60 Prozent der Deutschen sind der Meinung, dass das der richtige Zeitrahmen zum Entspannen und Krafttanken ist. Foto: Monster Worldwide GmbH/News-Reporter.NET

### Zwei Wochen Urlaub müssen sein

Die Sommerzeit naht, und damit steht für viele Deutsche auch der Jahresurlaub vor der Tür. In dieser Zeit können sie sich erholen, ausspannen und neue Energie tanken – nicht zuletzt auch für ihre Arbeit. Der Urlaub dient daher Arbeitnehmern und Arbeitgebern gleichermaßen. Doch wie viel Zeit ist nötig, um im Urlaub abzuschalten und sich zu erholen? Eine Umfrage des Online-Karriereportals Monster zeigt: 60 Prozent der Deutschen brauchen mindestens zwei Wochen, um Stress abzubauen und Kraft zu tanken. 22 Prozent der Befragten reichen hingegen auch eine Woche Urlaub, um sich ausreichend zu erholen, und 18 Prozent benötigen dafür lediglich ein verlängertes Wochenende. Der Urlaub ist für die Regeneration extrem wichtig. Nur Arbeitnehmer, die die Möglichkeit haben, sich ausreichend zu erholen, können auch am Arbeitsplatz volle Leistung bringen, so Marco Bertoli, Geschäftsführer Central Europe bei Monster Worldwide. Das sollten Arbeitgeber und Arbeitnehmer bei der Urlaubsplanung berücksichtigen und auf eine ausreichend lange Dauer achten. (News-Reporter.NET/SV)