

Persbericht 'Het anti-sleurboek'

## 'We gaan met de tong op de schoenen naar het werk'

*Steeds meer Nederlanders krijgen te maken met sleur. Ander werk kiezen helpt meestal niet: 'Niet het soort werk is het probleem, maar de werkdruk. Stop met stressen voor de baas en kies voor jezelf.'*

's Ochtends gaat de wekker en je weet direct dat vandaag precies hetzelfde zal zijn als gisteren. En je weet dat je 's avonds weer uitgeput thuiskomt. 'Geen twijfel mogelijk: dan ben je geveld door sleur, volksziekte nummer één', waarschuwt Bart Flos: 'Steeds meer Nederlanders gaan met de tong op de schoenen naar het werk. De hoge werkdruk doet ons de das om.'

### *Moderne slavernij*

Nederlanders zijn productiever dan elk ander volk. Ruim een derde van de werknemers werkt meer dan acht uur per dag; de helft neemt zelfs regelmatig werk mee naar huis. Door de economische omstandigheden is de werkdruk nog verder gestegen: minder mensen doen hetzelfde werk. De gevolgen zijn pijnlijk: niet minder dan een miljoen Nederlanders heeft volgens het CBS te maken met overbelasting. Vooral in de zorg, het onderwijs en de zakelijke dienstverlening worden werknemers massaal gevloerd.

In zijn nieuwe boek 'Het anti-sleurboek' laat Bart Flos zien hoe het komt dat gemotiveerde mensen afbranden na jarenlang vliegen voor de baas. Flos roept hen op om te stoppen met klagen en verantwoordelijkheid te nemen: 'Slepend overwerk is moderne slavernij. Maar jij moet daar zelf tegen in verzet komen, geen werkgever gaat ervoor zorgen dat jij gelukkig wordt. Het is juist de kunst om je baas voor jouw karretje te spannen'.

### *Anti-sleur*

Flos weigert om alleen werkgevers de schuld te geven van de hoge werkdruk: 'Of je nou werknemer of ondernemer bent: wat let je verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen leven en je eigen carrière?' In zijn boek spoort Flos mensen aan om knopen door te hakken, maar niet om per se hun baan op te zeggen: 'Er zijn mogelijkheden genoeg om baanbalen, jobtobben en ellendewentelen te keren.' Net als in zijn bestseller 'Het anti-klaagboek' laat Flos zien hoe je weer plezier krijgt in je werk: 'Met mijn aanpak van anti-sleur ontsnap je gewoon zelf uit het doolhof van werkbederf.'

*Het anti-sleurboek* van auteur Bart Flos verschijnt op 10 april 2012, verkoopprijs 19,95 euro.

### **Niet voor publicatie:**



Een hoge resolutieversie van de omslag en een preview van dit boek zijn te downloaden via [haystack.nl](http://haystack.nl). Ga naar *Nu in de boekhandel*, selecteer het boek en ga naar *Titelinformatie*. Voor meer informatie, recensie-exemplaren, contact met de auteur en andere informatie kunt u contact opnemen met Monique Bransen van Uitgeverij Haystack. Op de website [www.antisleurboek.nl](http://www.antisleurboek.nl) kunnen lezers van het boek zelf testen hoe het met hun sleur is gesteld! De auteur is ook rechtstreeks bereikbaar via [info@bartflosveranderadvies.nl](mailto:info@bartflosveranderadvies.nl) of 06-21145159.