



# Design your Life - Workshop



## Garantierte Durchführung

### Beschreibung

Bringen Sie mehr Erfüllung in Ihr Leben. Egal, ob Sie eine Neuorientierung ins Auge fassen oder im Job mehr bewegen möchten, in diesem Workshop erstellen Sie einen klaren Plan, wie Sie mehr von sich selbst in Ihr Leben bringen. In diesem Workshop wenden Sie die besten Werkzeuge aus Design Thinking für eine kreative Lebensgestaltung an um spannende Veränderungen in Ihrem Leben anzustossen.

Die Klubschule Zürich wird in der Konzeption und Durchführung von Prof. Dr. Sebastian Kernbach, dem Gründer des Life Design Lab der Universität St. Gallen, begleitet.

### Inhalt

- Kreative und visuelle Methoden für Zukunftsvorstellungen
- Anwenden von verschiedene Kreativitätstechniken, um eingefahrene Denkmuster, Sackgassen und Einbahnstrassen zu verlassen
- Emotionale Erlebnisse, die unkonventionellen Ideen Raum geben
- Erstellen von Prototypen durch Inspiration und Ko-Kreation
- Erstellen und Überprüfen von Prototypen
- Vernetzung in Life Design Teams

### Voraussetzung

- Interesse, Neugier und Offenheit um seinem Lebenstraum näher zu kommen.

### Zielgruppe

Personen jeden Alters und in jeder Lebenssituation, die eine (private, berufliche, persönliche) Veränderung anstreben und nicht wissen, wo sie beginnen sollen.

### Lernziele

- Sie lernen Ihre Ansprüche an ein erfülltes Leben kennen
- Sie entwickeln Ideen für Ihre ideale Zukunft
- Sie planen konkret die nächsten Schritte, um Ihren Träumen näher zu kommen
- Sie wissen, welche Massnahmen Sie ergreifen müssen, um Ihrem Ziel näher zu kommen

### Abschluss

Zertifikat der Klubschule und der Universität St. Gallen

### Anschluss-

### Fortsetzungsangebote

Design your Life - Follow Up

### Zusatzinfo

- Alle Design your Life Facilitators haben einen Abschluss in Erwachsenenbildung und mehrjährige Erfahrung im Unterrichten. Sie wurden durch das Life Design Lab der Universität St. Gallen unter Dr. Sebastian Kernbach ausgebildet.
- Alle Teilnehmenden erhalten das neue Buch Life Design: Mit Design Thinking, positiver Psychologie und Life Loops mehr von sich in das eigene Leben bringen. Autoren: Sebastian Kernbach und Martin J. Eppler

Klubschule Migros Oerlikon

Tel. +41 44 278 62 62

Hofwiesenstrasse 350  
8050 Zürich

kundenservice-center@klubschule.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

klubschule

MIGROS



# Design your Life - Workshop



## Garantierte Durchführung

<b>Datum</b>	16.12.2022 - 17.12.2022 / E_1611042		
<b>Zeit</b>	09:00 - 17:00 h		
<b>Wochentage</b>	Fr;Sa		
<b>Dauer</b>	2 Kurstag(e). Total 16.00 Lektion(en) à 50 Minuten		
<b>Preis</b>	CHF 790.00		
<b>Durchführungsort</b>	Klubschule Oerlikon, Hofwiesenstrasse 350, 8050 Zürich		
<b>Termine</b>	<b>Tag</b>	<b>Datum</b>	<b>Zeit</b>
	1 Fr	16.12.2022	09:00 - 17:00
	2 Sa	17.12.2022	09:00 - 17:00

**Klubschule Migros Oerlikon**

Tel. +41 44 278 62 62

Hofwiesenstrasse 350  
8050 Zürich

kundenservice-center@klubschule.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

