



Antænd flammen af ubegrænsede muligheder
Skab det liv du fortjener | Gør dine drømme til virkelighed
Opnå klarhed | Fjern forhindringer
Manifestér resultater | Transformér dit liv
Få det sorte bælte i livsdesign

“The sky is not the limit -
your mindset and imagination are.
Nothing is impossible
for the one who never gives up.”



Udbytte ♥ Livsdesign 360°

Livsdesign 360° er en kreativ udviklingsrejse, der sætter dig i stand til selv at designe et formålsdrevet, meningsfuldt og bæredygtigt liv i balance. Dit udbytte er bl.a.:

- ✓ Du gennemgår en proces, som du til enhver tid kan gentage, hvis du ønsker at justere i dit livsdesign.
- ✓ Du skaber dit eget kompas – en personlig GPS, som gør dig i stand til at sige ja til de ting, der er vigtige for dig og nej til det, der ikke understøtter dine værdier og dit formål.
- ✓ Du designer en ny livsrytme, der understøtter dit livsdesign og gør det lettere at navigere og holde kursen i hverdagen.
- ✓ Du får inspiration og metoder til helt nye og kreative måder at arbejde på.
- ✓ Du styrker dit mod og dit selvværd – og du lærer at sige fra og være tro mod dig selv og dine værdier.
- ✓ Du lærer at håndtere det, der står i vejen for at realisere dine drømme.
- ✓ Du lærer at etablere nye støttende vaner og overbevisninger.
- ✓ Du lærer at forebygge stress og opbygge robusthed og udholdenhed.
- ✓ Du får et nyt perspektiv på, hvad der skal til, for at blive i stand til at udleve sine fulde potentialer.
- ✓ Du bliver en del af et netværk af livsdesignere, der har taget deres liv i egne hænder ☺

Redesign af dit liv kræver redesign af din livsrytme. Udbytte og resultat er derfor afhængigt af, at du så vidt muligt deltager hver gang, laver de opgaver der stilles og træner selvvalgte aktiviteter. Du kan ikke tænke dig til forandringer. Det kræver aktiv træning af nye vaner at skabe forandringer i sit liv.

Indhold ♥ Livsdesign 360°

Du kommer til at **arbejde kreativt med livsdesign og livsrytmer** via designprocesser og visuelle boards.

Du får en masse spændende metoder og værktøjer til at navigere i livet og finde frem til dine passioner, potentialer og personlige bidrag til verden.

Du kommer også til at arbejde med individuel afdækning af, hvad der kan spænde ben for at realisere dig selv fuldt ud o.m.a.

Det er ikke et one-size-fits-all forløb. Hver enkelt deltager bliver guidet og faciliteret til at skræddersy egne personlige løsninger, der stimulerer og motiverer til handling og sikrer transformation.

Udgangspunktet er, at **læring skal være sjovt.**



Illustration viser nogle af hovedelementerne i Livsdesign 360° forløbet

Formålet med Livsdesign 360°

Formålet med Livsdesign 360° forløbet er at inspirere, støtte og facilitere så mange mennesker og virksomheder som muligt til at finde frem til og designe et formålsdrevet, meningsfyldt og bæredygtigt liv i balance – et liv hvor drømme, passioner og potentialer leves fuldt ud.

Vi ser og oplever **et stigende behov for**, at mennesker får støtte og inspiration til at skabe et liv i balance. Et liv, hvor de omgiver sig med de mennesker, der gør dem glade og beskæftiger sig med noget, som giver mening i det store billede.

Vi kalder det Livsdesign 360°, fordi livsdesign ikke kun handler om at designe sit arbejdsliv. Det handler om at designe hele sit liv med alle de elementer, der indgår.

Jeg har samlet **de bedste metoder** fra mine mange års erfaring med henholdsvis design- og idéudviklingsprocesser samt udvikling af mennesker. Dem har jeg kombineret med min egen **personlige erfaring som livsdesigner** i workshopforløbet Livsdesign 360°.



Bente Boe
Stifter af Heart2Lead

Hvem er målgruppen?

Forløbet henvender sig til alle aldersgrupper. Hvis du synes, at **livet ikke spiller den rigtige melodi** og du ikke er rigtig glad eller at livet passerer med lynets hast, uden at du har tid til at stoppe op og nyde det, så er du klar til at redesigne dit liv. Eller måske har du **en drøm, du ikke får udlevet?** Her er et par andre eksempler:

- ✓ **Du er 20+/-** og i tvivl om hvilken uddannelse/levevej du skal vælge?
- ✓ **Du er 25+** færdig med din uddannelse og i tvivl om hvilken levevej du skal vælge?
- ✓ **Du er 30+/-** godt i gang med din karriere, men du er ikke rigtig glad, selvom alle andre synes du har et godt job og et godt liv.
- ✓ **Du er 40+/-** og synes at livet er et hamsterhjul, hvor det hele konstant går lidt for stærkt og hvor du ikke har tid til at beskæftige med noget, der gør dig glad. Du mangler mening med livet og vil gerne udleve flere af dine potentialer.
- ✓ **Du er 50+** og begynder at spekulere på, om der mon bliver ved med at være brug for dig på arbejdsmarkedet. Eller du begynder at glæde dig til at gå på pension, selvom der er 15+ år til! Eller børnene er måske flyttet hjemmefra og du ved ikke, hvad du skal bruge den nye fritid til.
- ✓ **Du er 65 +/-** og tænker på, hvad du skal lave, når du går på pension. Eller du er gået på pension og har opdaget, at du keder dig og at der mangler noget i dit liv.



Tilmelding + mere info

Tilmelding til Livsdesign360° på www.Heart2Lead.com/livsdesign

Her finder du mange flere informationer om Livsdesign 360°
Bl.a. datoer, investering, Q&A m.m.

Vi kører både daghold, aftenhold, weekendhold og intensive sommerhold.

Tilmelding til gratis inspirationsmøde på www.heart2lead.com/informationsmoede-livsdesign, hvis du gerne vil vide lidt mere, inden du tilmelder dig.



HEART2LEAD