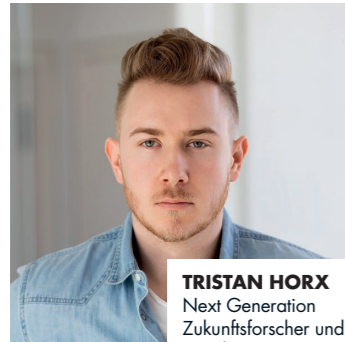


19.3.2022
10-17 Uhr,
PKZ Women Zürich Loft,
keine Anmeldung erforder-
lich – kommen Sie
einfach vorbei!

GLÜCK IN DER FORSCHUNG



TRISTAN HORX
Next Generation
Zukunftsforscher und
Trendscout

TRISTAN HORX GEHÖRT ZUR NÄCHSTEN GENERATION DER TRENDFORSCHERFAMILIE HORX, GRÜNDER DES ZUKUNFTSINSTITUTS.

«JETZT FOLGT DAS POST-DIGITALE-ZEITALTER, DAS EINE GESUNDE UND GLÜCKLICHMACHENDE SYNTHESE AUS DIGITAL UND ANALOG FINDET.»

«Wir befinden uns gerade in der digitalen Korrekturschleife. Über alle Generationen hinweg sind wir zwar bestens vernetzt, Oma und Opa sind unter die Blogger gegangen, das Geburtstagsständchen wird über Zoom gesungen. Gesellschaftlich gesehen sind wir bereits am Höhepunkt der Digitalisierung der Zukunft angekommen. Nun folgt die Korrekturschleife. Im Zuge der Überdigitalisierung suchen die Menschen wieder nach echten Beziehungen und Kulturtechniken.»



Auszug aus dem Buch «Unsere Fucking Zukunft», erschienen im Quadriga Verlag

LIFESTYLE

HOW TO *live* HAPPY

Optimismus, Fröhlichkeit und Zufriedenheit: Mit positiven Gedanken lebt es sich besser. Das INSIDE MAGAZINE stellt Schweizer Persönlichkeiten vor, die das Glück zu ihrem Lebensmotto gemacht haben.

ANNA MAIER

Sie ist eine Frau mit zahlreichen Talenten: Moderatorin – zuletzt von «The Masked Singer Switzerland» –, Kommunikationsberaterin, Künstlerin und Autorin. Im Interview mit PKZ verrät sie, was ihr Buch besonders macht und woran man glückliche Menschen erkennt.

Was ist das Neue und Besondere an Ihrem Buch?
ANNA MAIER: Mein Ziel beim Schreiben des Buches «Sei du der Pilot deines Lebens» (Giger Verlag) war es, dass es sich beim Lesen anfühlt, wie wenn man mit einer guten Freundin abends an einem Küchentisch sitzt und bei einem Glas Wein über das Leben diskutiert. Spannend ist, dass ich einen regen persönlichen Austausch mit den Leserinnen und Le-

sern pflege. Dieses Vertrauen in mich empfinde ich als unglaublich wertvoll.

Würden Sie sagen, man sieht es einem Menschen an, ob sie ihren bzw. er seinen Weg gefunden hat, ob sie/er glücklich und zufrieden ist?

Menschen, die mit sich im Reinen sind und ihren Weg gehen, sind meines Erachtens häufig zu erkennen an ihrer

«UNSERE WELT BRAUCHT MEHR AUTHENTIZITÄT, MEHR «SEIN» UND WENIGER «SCHEIN».»

ANNA MAIER

positiven und gelassenen Ausstrahlung, sie hören zu und sind offen und unvoreingenommen. Ich beobachte, dass Menschen, die mit sich und ihrem Leben hadern, häufiger gereizt sind, sich provoziert fühlen oder andere angrei-

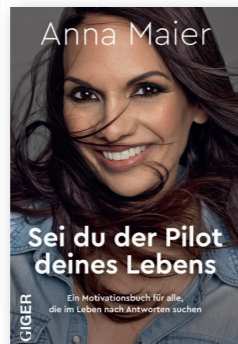


FOTOS: Nicole Bökhäus - boekhhaus.com

BUCHTIPP

«Sei du der Pilot deines Lebens»

Das Motivationsbuch von Anna Maier ist im Giger Verlag erschienen. Es inspirierte zahlreiche Leserinnen und Leser zu einem sehr persönlichen Austausch mit der Autorin.



GLÜCK ALS SCHULFACH

«GLÜCK IST, EIN LEBEN ZU FÜHREN, IN DEM MAN ZUFRIEDENHEIT FINDET.»

LUCIA MIGGIANO



LUCIA MIGGIANO

remaking.ch nennt sich die Initiative, die Glück als Schulfach in der Schweiz etablieren will. Eine treibende Kraft: Lucia Miggiano, Ex-Bankerin, die mit 50 Jahren ihrer Berufung folgte, Lehrende zu sein.

OPTIMISMUS TRAINIEREN

«SICH ETWAS ZU LEISTEN, LÖST POSITIVE EMOTIONEN AUS.»

SIGMAR WILLI



SIGMAR WILLI

Prof. Sigmar Willi ist Referent, Berater und Coach zu Glück, positiver Psychologie, Team-Entwicklungen und Konfliktmanagement. Er ist Dozent an der Ostschweizer Fachhochschule St. Gallen.



LESEN SIE MEHR UNTER PKZ.CH/HOWTOLIVEHAPPY oder **QR-CODE SCANNEN.**

FEEL GOOD DAY BEI PKZ

Ein ganzer Tag im Zeichen des Wohlbefindens: Lernen Sie spannende Coaching-Methoden, alternative Heilpraktiken, Beauty-Treats und Kulinarik kennen die einfach happy machen. Am 19. März 2022 im Loft von PKZ WOMEN Zürich

INES KLAR

Body Talk
KLAR-BODYTALK.DE

SABINE KAUKER

Reiki, TCM, Familienaufstellung
SABINE-KAUKER.COM

YVONNE SCHUBERT

Kompetenz-Coaching
YPSIOLOGIE.CH

LUCIA MIGGIANO

Glück als Schulfach
REMAKING.CH

TATJANA KOTORIC

Styling to feel good
TATJANAKOTORIC.COM

SQINTEA

Schönheit von innen
SQINTEA.COM

CLARINS

Pflege- und Make-up-Profitipps
CLARINS.CH

KAISIN

Feelgood Food
KAISIN.CH



MEHR INFOS UNTER PKZ.CH/FEELGOODDAY oder **QR-CODE SCANNEN**