

Vielen Dank für deine Teilnahme. Bei Design Thinking geht es unter anderem darum, kreativ an Aufgaben heranzugehen.

Die Herausforderung:

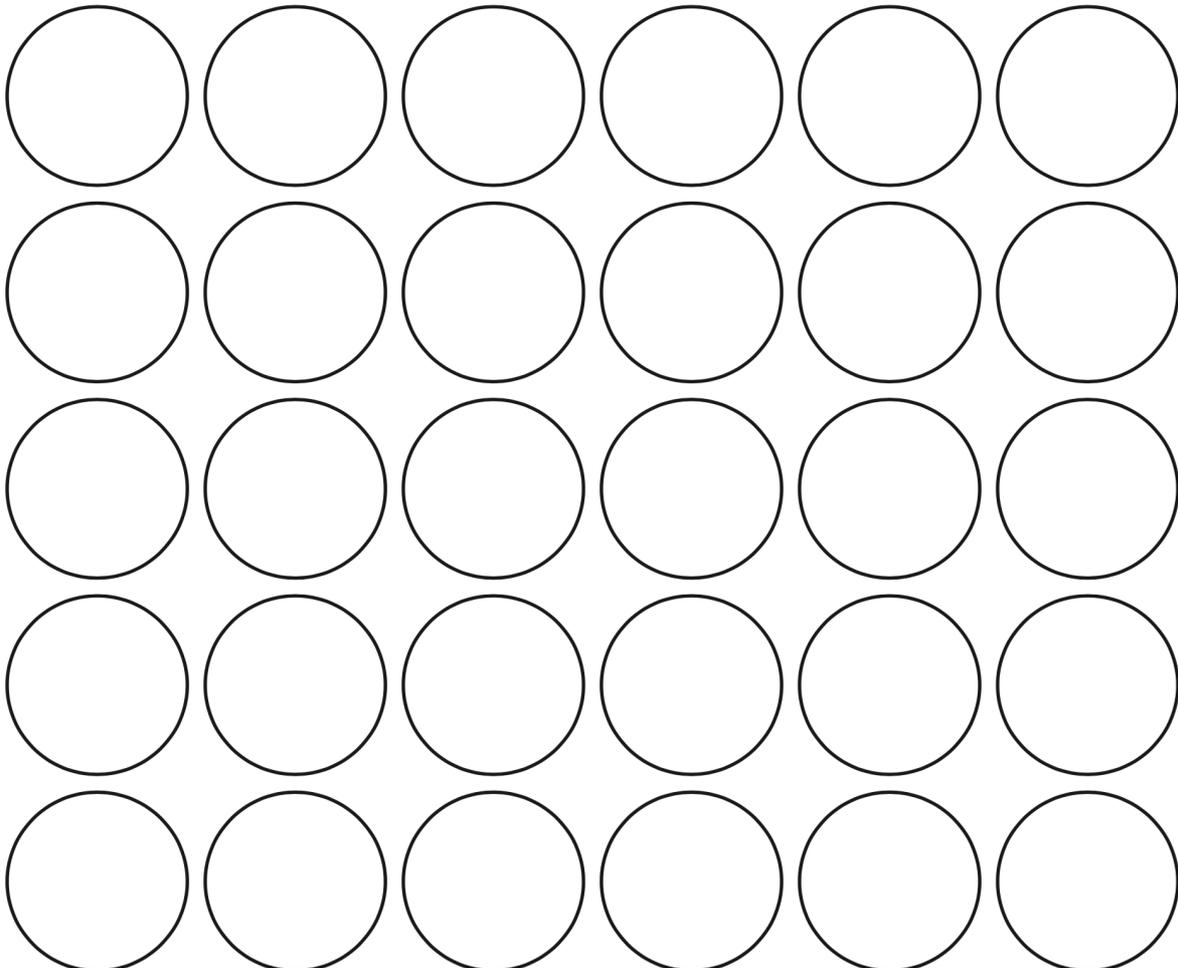
**WIE KÖNNEN WIR MENSCHEN IN HAUSHALTEN DAZU INSPIRIEREN,  
GESÜNDERE ESSGEWOHNHEITEN ANZUNEHMEN?**

*Würdest du als Kind lieber Karotten oder Nachtisch gegessen haben? Für die meisten Kinder ist die Antwort das Dessert. Es schmeckt einfach besser in diesem Alter. Das bedeutet eine Zunahme um 60% seit 1990. Einige schieben diese Zunahme auf Videospiele, Tablets und Handys. Andere machen die Familie dafür verantwortlich: Fehlende Struktur und ein Rückgang gemeinsamer Mahlzeiten in der Familie. Unabhängig von der Ursache haben Kinder weniger Konzentration und Energie ohne richtige Nahrungsaufnahme. Also, was würdest du tun um diese Herausforderung zu lösen? Wie kannst du Haushalte inspirieren gesündere Essgewohnheiten anzunehmen?*

**Zum Aufwärmen**

Quantität geht vor Qualität. Also nicht lange nachdenken, sondern so viele Ideen wie möglich in kurzer Zeit sammeln. Daher gibt es eine kleine Aufwärmübung:

Verwandle möglichst viele der 30 Kreise in erkennbare Objekte. Du hast 3 Minuten Zeit und vergiss nicht: Menge geht vor Schönheit!!!



Du hast 5 Kreise gefüllt? Das solltest du nochmals probieren. Wie gesagt: Quantität geht vor Qualität. Du wirst sehen: Es geht.

Du hast 10 Kreise geschafft? Mach dich für die nächste Aufgabe noch freier. OK, du bist aufgewärmt, aber da geht noch mehr :-)

Du hast mehr als 20 Kreise mit deiner Phantasie verzaubert? Gratulation, du bist so was von bereit! Es kann los gehen.

30 Kreise gefüllt? Du Genie! Der Rest wird ein Spaziergang für dich :-)

### **gleich geht's los**

Noch ein paar Dinge zur Unterstützung:

- + Keine Idee ist verrückt genug. Wenn jeder in deinem Umfeld die Idee gut finden würde, dann ist sie nichts Besonderes. Habe Mut, verrückt zu denken. Alles ist erlaubt, auch wenn es noch so verrückt klingt.
- + Sammle alles. Jetzt ist nicht der Zeitpunkt, eine Auswahl zu treffen. Bringe bitte alles, was dir in den Sinn kommt, zu Papier. Gewertet wird später.
- + Wenn du mit Kärtchen arbeitest, dann eine Idee pro Karte. Nicht mehrere Ideen auf einer Karte vermischen.
- + Jede Idee kann ein „Ja, und“ erzeugen. Nicht erlaubt ist ein „Ja, aber“, denn das ist nur eine Umschreibung für „Nein“. Wenn du auf andere Ideen stößt, dann mache daraus neue Ideen, die die Idee aufgreifen.

### **Brainstorming**

Es geht los. Wenn der Ideenfluss zur Neige geht. Hier Input für dein Denken außerhalb des Gewohnten:

- + Fußballfans unternehmen alles, um an den letzten Paninisticker (Bilder von Fußballstars, die in ein Album geklebt werden) zu kommen. Was kann uns dazu motivieren, alles für gesünderes Essen zu geben?
- + Wöchentliche Gemüseboxen mit Rezepten zwingen einen, sich mit den oft neuen Lebensmitteln auseinanderzusetzen. Was „zwingt“ mich noch, mich positiv und mit Freude mit gesundem Essen zu befassen.
- + Wie peinlich, wenn die Müllabfuhr deinen Müll durchsuchen würde und dich mit Lebensmitteln konfrontiert, die du nicht gegessen, sondern entsorgt hast. Wie kann dich eine Community zu positiveren Essgewohnheiten animieren.
- + Tolle Blutwerte, Idealgewicht, super Körperfettwerte? Oder doch eher Likes von Freunden. Sterne in Gesundheits-Votings? Oder ganz etwas anderes? Was kann dich so positiv motivieren, dass du deinen Lebensstil dafür ändern würdest?

### **Und jetzt geht's los**

Schreibe alles auf, was dir einfällt, immer eine Idee nach der anderen. Du hast 7 Minuten. In den 7 Minuten sollte der Stift nie ruhen. **Schreibe, schreibe, schreibe!**

## **Und jetzt**

Du bist fertig? Alles, was dir eingefallen ist, hast du zu Papier gebracht? Sammle deine Ideen in 2 Stöße:

- + Ideen, die alle deine Freunde sofort unterschreiben würden, davon begeistert sind
- + Ideen, wo zumindest die Hälfte deiner Freunde sagen würde: „Schwachsinn, verrückt, dass geht nie, zu teuer, zu kompliziert, zu unrealistisch, ...

Du hast mehr Zettel auf dem ersten Stoß? Dann mache bitte noch eine zweite Runde. Nochmals 5 Minuten. Wenn du Zeit hast, mach davor nochmals die Aufwärmübung mit den 30 Kreisen. Du hast mehr im 2. Stoß? Eine zweite Runde wird vielleicht noch irrer :-))

## **Jetzt aber**

Du hast es geschafft. Schreibe bitte alle Ideen in ein Dokument. Ganz oben mit etwas Abstand deine Top 3-5 Ideen. Darunter den Rest. Aber bitte wirklich alles. Nicht werten, nicht löschen. Bitte an mich senden an [schuetzenhofer@me.com](mailto:schuetzenhofer@me.com)

## **Geschafft**

Viiiiiiiiiielen Dank.

Ich werde die Ideen clustern und euch um eine Abstimmung bitten, bzw. alle, die daran teilnehmen wollen. Ihr wart super. Danke für eure Unterstützung.

Ganz liebe Grüße  
Michi