

**AOK Rheinland/Hamburg  
Die Gesundheitskasse**

Regionaldirektion Duisburg – Oberhausen  
Fachservice Leistungen

Marktstraße 180  
46045 Oberhausen  
Telefon: 0208 8584-0

Ihre Ansprechpartnerin  
Birgit Keber

Telefon: 0208 8584-239  
Telefax: 0208 8584-386  
E-Mail: birgit.keber@rh.aok.de

Datum: 12.02.2019

**An alle Selbsthilfegruppen  
in Duisburg und Oberhausen**

**Einladung zum Vortrag**

Liebe Gruppenleiterinnen,  
liebe Gruppenleiter,

die Selbsthilfe ist eine wichtige und unverzichtbare Säule in unserem Gesundheitssystem. Die AOK Rheinland/Hamburg schätzt die engagierte Arbeit der Selbsthilfeakteure sehr und unterstützt die gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen in vielfältiger Weise.

Mit diesem Schreiben möchten wir Sie auf unser psychosoziales Angebot

**SELBSTHILFE erleben**

aufmerksam machen, das sich an alle Mitglieder von Selbsthilfegruppen richtet. Die nächste Veranstaltung ist ein Vortrag zum Thema

**Glück – (k)eine Glückssache**

*Was Sie persönlich dazu beitragen können, um glücklich(er) zu sein.*

Wir laden Sie und Ihre Gruppenmitglieder sowie deren Angehörige herzlich dazu ein.

AOK-Clarimedis ServiceCenter: 0800 0 326326 – 24-Stunden-Service – [www.aok.de/rh](http://www.aok.de/rh)

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 08:00 bis 18:00 Uhr  
Samstag 09:00 bis 12:00 Uhr

Bankverbindung:

Commerzbank AG Düsseldorf  
BIC COBADEFFXXX  
IBAN DE24 3004 0000 0180 3840 00  
Hamburger Sparkasse  
BIC HASPDEHHXXX  
IBAN DE31 2005 0550 1237 1234 09

Datum 12.02.2019

Blatt 2

„Glücklichsein ist lernbar“, so lautet die mutige Aussage der Psychologin und Gesundheits-trainerin Anka Hansen zu ihrem Vortrag. Auch für Sie. Wagen Sie das „Experiment“, wie Sie mit neuen Denkprozessen neue positive Gefühle erhalten. In diesem interaktiven Vortrag erfahren Sie, wie Sie mit dem Wissen aktuell psychologischer Forschungsergebnisse mehr Glücksgefühle in Ihr Leben bringen.

Anka Hansen, (B. Sc. Psychologie & cand. M. Sc. Psychologie), ist spezialisiert auf das Thema Stressbewältigung und Emotionsaktivierung und ist Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Positiv-Psychologische Forschung e. V. (DGPPF) und somit Expertin in Sachen Glücklichsein. Freuen Sie sich auf einen impulsiven und wirkungsvollen Vortrag.

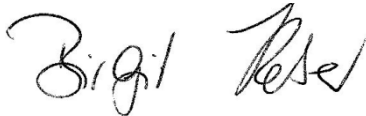
Der Vortrag findet **am 09.04.2019 in der Regionaldirektion Duisburg – Oberhausen** statt.

Der Eintritt ist kostenfrei.

Wir bitten Sie herzlich, die beigefügten Handzettel in Ihrer Gruppe zu verteilen und Ihre Mitglieder sowie deren Angehörige auf diesen interessanten Vortrag hinzuweisen.

Wir freuen uns sehr auf Ihr Kommen!

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Birgit Keber'. The signature is written in a cursive, flowing style.

Birgit Keber  
Fachberaterin Leistungen