
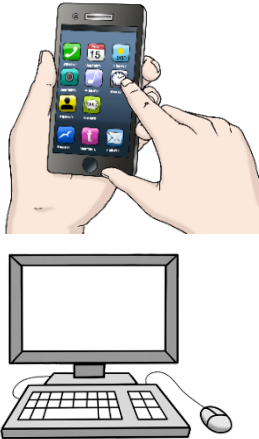







## Glücklich-App: Wir suchen Teilnehmer für einen Test

	<p>Die Lebenshilfe Hamburg und die Uni-Klinik Hamburg Eppendorf untersuchen eine App.</p> <p>Eine App ist ein Programm auf dem Smartphone oder Tablet.</p>
	<p>Die App heißt: <b>Glücklich</b>.</p> <p>In der App gibt es Übungen.</p> <p>Dabei helfen die Übungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Glücklich sein</li> <li>• Den <b>Selbst-Wert</b> stärken</li> </ul>
	<p><b>Selbst-Wert</b> heißt zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich weiß: Ich kann einige Sachen gut.</li> <li>• Ich mag mich selbst.</li> <li>• Ich kenne Leute, die mich gerne mögen.</li> </ul>
	<p><b>Das ist wichtig für die App:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die App ist in Leichter Sprache.</li> <li>• Man kann sie leicht bedienen.</li> </ul>
	<p><b>Wir suchen Menschen, die die App testen wollen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sind Sie 18 Jahre alt oder älter?</li> <li>• Haben Sie eine Lern-Behinderung?</li> <li>• Sind Sie oft traurig?</li> </ul> <p>Oder denken Sie manchmal: Ich kann gar nichts gut?</p> <p>Dann laden wir Sie ein, die App zu testen.</p>

	<p><b>Wichtig: Der Test dauert vier Wochen.</b> Am Anfang füllen Sie einen <b>Fragebogen im Internet</b> aus. Danach benutzen Sie die App. Sie machen jeden Tag eine Übung. Danach füllen Sie noch einen Fragebogen im Internet aus.</p> <p>Das bedeutet: Sie nehmen an einer <b>Befragung</b> teil. Sie können den Fragebogen allein beantworten. Sie können auch eine Person fragen, ob sie ihnen hilft. Zum Beispiel einen Freund. Sie können auch bei der Lebenshilfe Hamburg anrufen, wenn Sie Hilfe brauchen.</p>
	<p><b>Das brauchen Sie für den Test:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein eigenes Smartphone oder Tablet.</li> <li>• Internet</li> </ul> <p><b>Das brauchen Sie für die Befragung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine <b>E-Mail-Adresse</b></li> <li>• Computer oder Smartphone oder Tablet</li> <li>• Internet</li> </ul>
	<p><b>Das wollen wir bei der Befragung herausfinden:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geht es Ihnen besser?</li> <li>• Fühlen Sie sich selbstsicher?</li> </ul> <p><b>Wir brauchen Ihre Hilfe:</b> Haben die Übungen geholfen? Ihre Meinung ist uns wichtig.</p>

<p><b>WUNSCHGUTSCHEIN</b></p>	<p>Sie bekommen nach jeder Befragung einen <b>Online-Geschenk-Gutschein</b>.</p> <p>Das bedeutet:</p> <p>Sie bekommen zweimal einen Gutschein, mit dem Sie für 20 Euro etwas im Internet oder in einem Geschäft kaufen können.</p>
	<p><b>Wollen Sie mitmachen? Haben Sie Fragen?</b></p> <p>Dann melden Sie sich bei mir. Ich freue mich.</p>
	<p><b>Ansprech-Person:</b> Gesa Müller <b>Telefon:</b> 040 – 689 433 19 <b>E-Mail:</b> Gesa.Mueller@LHHH.de</p>
<p>Gefördert durch die</p>  	<p><b>Das Projekt wird gefördert von:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktion Mensch</li> <li>• Techniker Krankenkasse</li> </ul>

**Text:** Projekt Leichte Gesundheits-Apps, **Bilder:** © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e. V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013. **Foto:** Lebenshilfe