

Einladung zum Workshop:

Die Glücklich-App

25. Juni 2026

12 bis 13:30 Uhr

Online

Bitte melden Sie sich bei Teresa Weigand an.

Telefon: 040 689 433 19

E-Mail: Teresa.Weigand@LHHH.de



Die Uni-Klinik in Hamburg hat zusammen mit der Lebenshilfe eine App entwickelt.

Die App heißt: **Glücklich**.



Wofür ist die App?

Es ist eine App für die seelische Gesundheit.

Das bedeutet:

Die App hilft, dass es Ihnen gut geht.

Zum Beispiel:

- Sie können sich freuen.
- Sie sind entspannt.
- Sie können Probleme lösen.

Die App hilft zum Beispiel bei Depressionen.
Dazu hat die Uni-Klinik schon eine Studie gemacht.



Für wen ist die App?

Die App ist für Menschen mit Lern-Behinderung gemacht.

Die App ist in **Leichter Sprache**.

Und sie ist **leicht** zu bedienen.

Aber: Es ist eine App **für alle**.

Am 25. Juni gibt es einen Workshop.

Wir erklären:

- Das ist die Glücklich-App.
- Diese Themen gibt es in der App.
- So funktioniert die App.



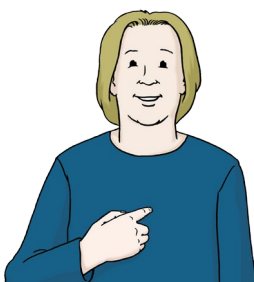
Wir wollen gemeinsam darüber reden:

- Was hilft uns im Alltag schon?

Zum Beispiel wenn wir viel Stress haben.

Oder manchmal traurig sind.

- Wie kann die App helfen?
 - Wie kann man die App im Alltag gut benutzen?
-



Wer kann mitmachen?

Der Workshop ist für **alle**.

Für Menschen mit Lern-Behinderung
und Menschen ohne Lern-Behinderung.



Der Workshop kostet **kein** Geld.



Wo ist der Workshop?

Der Workshop ist online.

Wir treffen uns mit der App Zoom.



Sie wollen mitmachen?

Dann melden Sie sich gerne an.

Kontakt: Teresa Weigand

Telefon: 040 689 433 19

E-Mail: Teresa.Weigand@LHHH.de