**Bekendmaking gelukdriehoek**

**Nieuwsbriefitems**

[voorstel 1]

**Bouwen aan geluk? De nieuwe geluksdriehoek wijst de weg!**

Wie wil werken aan zijn geluk heeft daar nu een praktisch hulpmiddel voor: **de geluksdriehoek.** Deze figuur toont de 3 bouwblokken van geluk en bundelt de zaken die je zélf kan beïnvloeden om gelukkig(er) te worden. Op die manier wil de geluksdriehoek Vlamingen stimuleren om aan hun mentaal welbevinden te werken. Ook online: op [geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be) staan **praktische tips, filmpjes, oefeningen en verhalen** van (bekende) Vlamingen over verschillende geluksgerelateerde thema’s. Er is ook een **geluksmaat**. Dat is een test die die je meer vertelt over hoe het gesteld is met jouw geluk. Het dashboard houdt de resultaten voor je bij. De geluksdriehoek werd ontwikkeld door het Vlaams Instituut Gezond Leven met de hulp van heel wat experten. Het is het allereerste educatieve model in Vlaanderen dat 100 % toespitst op mentaal welbevinden.

*(cta)*Ontdek de geluksdriehoek

[voorstel 2]

**Geluk zit in een klein driehoekje**

*Zou het niet fijn zijn als we allemaal wat gelukkiger werden?* Met die vraag in het achterhoofd verzamelde het Vlaams Instituut Gezond Leven met hulp van een groep topexperten alle belangrijke wetenschappelijke studies over geluk. De opgedane kennis brachten ze samen in één duidelijk beeld: **de geluksdriehoek**. Dit educatieve model wil Vlamingen helpen om aan hun mentaal welbevinden te werken. De geluksdriehoek toont de 3 bouwblokken van geluk en is bewust uit balans gebracht met een oranje bol die tegenslag symboliseert. Perfect geluk bestaat immers niet. Het nieuwe model krijgt ook online een plaats: op [geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be) staan **praktische tips, filmpjes, oefeningen en verhalen** van (bekende) Vlamingen over verschillende geluksgerelateerde thema’s. En last but not least: er is ook een **geluksmaat**. Dat is een test die die je meer vertelt over hoe het gesteld is met jouw geluk.

*(cta)*Maak kennis met de geluksdriehoek

[voorstel 3]

**Gezond Leven lanceert educatief model voor mentaal welbevinden**

En die heeft zijn naam niet gestolen. De nieuwe **geluksdriehoek** toont de 3 bouwblokken van geluk en bundelt de zaken die je zélf kan beïnvloeden om gelukkig(er) te worden. De driehoek staat een beetje wankel. En dat is bewust: een oranje bol haalt haar uit evenwicht net zoals tegenslagen ons soms uit evenwicht halen. Een imperfecte driehoek dus, symbool voor geluk dat ook nooit perfect kan zijn. Het gloednieuwe model krijgt ook online een plek: op [**geluksdriehoek.be**](http://www.geluksdriehoek.be) staan **praktische tips, filmpjes, oefeningen en verhalen** van (bekende) Vlamingen over verschillende geluksgerelateerde thema’s. Er is ook een **geluksmaat**. Dat is een test die die je meer vertelt over hoe het gesteld is met jouw geluk. Het model werd ontwikkeld door het Vlaams Instituut Gezond Leven met de hulp van een groep experten.

*(cta)*Dit is de geluksdriehoek

**Facebook**

Wil je werk maken van je geluk? De **geluksdriehoek** van Gezond Leven helpt je met tools en inzichten om je gelukkig(er) te voelen. Ontdek de figuur op [www.geluksdriehoek.be.](http://www.geluksdriehoek.be/) Je krijgt en leest er ook tips, oefeningen en verhalen van (bekende) Vlamingen over geluk. Er is ook een geluksmaat, die je meer vertelt over hoe het gesteld is met jouw geluk.

**Instagram**

Wil je bouwen aan je geluk? Je staat er niet alleen voor! De #geluksdriehoek van @gezondlevenvl helpt je daarbij. Surf naar [www.geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be) voor tips, oefeningen en verhalen van (bekende) Vlamingen over geluk. Er is ook een geluksmaat, die je meer vertelt over hoe het gesteld is met jouw geluk.

**LinkedIn**

Na de voedings- en bewegingsdriehoek lanceert [Vlaams Instituut Gezond Leven](https://www.linkedin.com/company/vlaams-instituut-voor-gezondheidspromotie-en-ziektepreventie-vigez-vzw/) een nieuw model: de #**geluksdriehoek**. Het is het allereerste model in Vlaanderen dat 100% toespitst op mentaal welbevinden. Ontdek het op [www.geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be).

**Twitter**

De voeding- en bewegingsdriehoek hadden ze al. En nu lanceert @GezondLevenVL ook een model dat 100% toespitst op mentaal welbevinden: de #geluksdriehoek! Ontdek er alles over op [www.geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be)!