

LivslustPortalen

- hvordan best mulig mestre motgang

www.livslustportalen.no



HVEM ER VI i LivslustPortalen AS?

Anbjørg Sætre Håttun (født 1972) er journalist, foredragsholder, forfatter, debattleder og programleder og har jobbet med helseformidling i 12 år. Først og fremst har hun vært knyttet til NRK, der hun var med å bygge opp kanalens helseprofil, og folk flest kjenner henne fra helsemagasinet *NRK Puls*, der hun først var reporter og programleder i til sammen 7 år. Som journalist har hun bred erfaring med å dra ut og møte folk, og den har hun fått igjennom mange års journalistisk arbeid først for Nyhetsavdelingen deretter for Faktaavdelingen i NRK, samt gjennom å holde offentlige appeller, foredrag samt å lage reportasjer for pasienttidsskrifter. Anbjørg er utdannet i sosiologi, språk, pedagogikk og journalistikk fra NTNU, Christian Albrechts-Universitat zu Kiel, Universitetet i Wien og Høgskulen i Volda. Hun er en erfaren journalist som jevnlig leverer kronikker og spalter til aviser og magasiner. Høsten 2011 var hun aktuell som programleder på TV 3 med tv-serien *Det blir bedre*, der hun møtte kjente personer som fortalte om hvordan de hadde taklet motgang i livet. Denne serien ble nylig nominert for beste livsstilsprogram i *Gullruten*. Anbjørg har gitt ut *Livslust* (Aschehoug 2008) og har inspirert tusenvis av mennesker med foredragene sine om livslust og stressmestring. Hun har vært kreativ redaktør for boken *Frisk året rundt* (Cappelen 2004), og for tiden arbeider hun med en ny bokserie på 5 helsebøker som skal utgis på Gyldendal. Boka *Stressmestrer* var den første boken i serien, den ble utgitt våren 2011. Og høsten 2012 kommer bok nummer to *God Bedring*. Anbjørg har vært ansatt som kreativ leder, med bl.a. ansvar for konseptutvikling, oppbygging av venneforeningen og kursledelse, for Aberia Helseresort. I dag er hun eier og partner med Rebekka Nøklung i LivslustPortalen AS, som også har sin egen forlagsvirksomhet og web-TV produksjon. Nyutgivelsen av bestselgeren *Livslust* gis ut i eget forlag sommeren 2012, etter stor etterspørsel fra hennes publikum og kursdeltagere.



Rebekka Nøklung (født 1970) har medisinsk genforskningsbakgrunn og tilleggskompetanse innenfor personlig veiledning (coaching). Hun har hatt flere lederstillinger både innenfor akademien og det private næringsliv. Rebekka er en rutineret foredragsholder, motivator, kursleder og konferansier, og har en bred kompetanse og lang arbeidserfaring med å skape tverrfaglige relasjoner og møteplasser. Hun har gjennom årenes løp ledet flere fellesarrangementer innenfor kategorien «Science for a better life». Hun har også jobbet med markeds- og kommunikasjonsstrategi, patentbeskyttelse og kommersialisering av forskningsresultater. Rebekka har tilleggsutdanning innenfor bl.a. psykologi (i organisasjon og ledelse) fra Universitetet i Oslo (UiO), Lov- og bransjekunnskap fra Legemiddelindustriforeningen, samt prosjektledelse og journalistikk fra Høgskolen i Oslo. Hun har skrevet en rekke fagpublikasjoner, populærvitenskapelige artikler og pasientrelaterte historier for ulike pasient- og frivillighetsforeninger og hun har jobbet som nettredektør i flere «Life Science» firmaer og interesseorganisasjoner med fokus på helse. Hun satt også i fagrådet for *Menneskekroppen* i forbindelse med UiO sitt 200 års jubileum. Rebekka var daglig leder og redaktør i Birkeland Publications ved UiO der hun jobbet med kvalitetssikret helseformidling fra UiO og universitets-sykehusene. Hun var prosjektansvarlig og redaktør for en rekke bøker: *Fruktbar kunnskap - for mannens edlere deler* (2006, utgitt sammen med Kreftforeningen), *Hjelp, jeg har fått høyt blodtrykk! Hva nå?* (2007, med forord av direktøren i Helsedirektoratet, Bjørn-Inge Larsen), *Antioksidanter – Den sanne historien* (2008, utgitt sammen med Kagge forlag), *Barn og medisiner* (2009, utgitt av Cappelen Damm forlag). Rebekka har vært direktør for Aberia Helseresort og før det var hun ansatt i Kreftforeningen som spesialkommunikasjonsrådgiver i Generalsekretariatet og senterleder for Vardesenteret (kreftsenteret ved Radiumhospitalet). Her hadde hun nær pasientkontakt og svært mange oppfølgingssamtaler med kreftpasienter og deres pårørende. I dag er hun eier og partner med Anbjørg Sætre Håttun i LivslustPortalen AS. På privat initiativ grunnla og startet Rebekka interessenettverket MITOCHONDRIA i 2005 – en innovativ og tverrfaglig møteplass der informasjon og erfaringer utveksles og der ny energi skapes (www.mitochondria.no).



Anbjørg Sætre Håttun og Rebekka Nøklung jobber tett med forskningsmiljøene i inn- og utland og utgir egne helsenyhetssaker, kronikker og bøker. De er også aktuelle som helsespaltister i Livslust-serien i Tara – Norges største kvinnemagasin, fra oktober 2012 og utover i 2013.



LivslustPortalen AS vil hjelpe deg til å øke livskvaliteten og mestringfølelsen din! Dette gjør vi gjennom å tilby deg våre foredrag, workshops, bøker og livslustkurs. Målet vårt er at du skal få dine personlige livsmestringsverktøy basert på fagkompetanse og vår unike kunnskapserfaring innenfor selvutvikling, stressmestring og forebygging.

www.livslustportalen.no

For bestilling av våre bøker og tjenester, eller mer informasjon om hvordan vi kan skreddersy en løsning for deg og dine - ta kontakt med Rebekka Nøklung, mob: 900 71 428 eller e-post: rebekka@livslustportalen.no