



**Kostenfreie Online-Seminare**  
Termine weitere Infos und  
Anmeldung unter  
[veranstaltung.rps.aok.de](https://veranstaltung.rps.aok.de)

# Ihr Weg zu mehr Wohlbefinden

**Mit unseren kostenfreien Online-Seminaren**

Wertvolles Wissen, praktische Tipps und frische Motivation  
zu Bewegung, Ernährung, Entspannung, Familie und Gesundheit.

**Live, interaktiv und einfach von zuhause aus.**

**Gesundheit erLEBEN**

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland  
Die Gesundheitskasse.