

## PRESSEMELDING:

### Etablerer nytt selskap for at flere skal kunne bli «kronisk friske».

Gjennom det nyopprettede selskapet **mPOWER Academy AS** vil gründerne og medeierne bak **Tone Lise Akademiet, Livslyst & Motivasjon AS, Teamwork OU AS, Podium AS og HR-Huset AS** utvikle innovative tilbud og tjenester ved å kombinere forskningsbaserte utdanningsmoduler og stressmestringsverktøy med skjønnhetspleie, velvære og omsorg.

– Konkrete råd, faglig kompetanse og kvalitetssikrede stressmestringsverktøy som vi vet fungerer, samt en bevisst kommunikasjon er en viktig del av vår utdanning for å bruke empowerment i praksis. Særlig for å initiere en egenmobilisering hos mennesker som i utgangspunktet opplever mye stress i hverdagen. Målgruppen vi ønsker å hjelpe er mennesker som ofte blir isolert og som har liten innflytelse over sine liv, slik som: kronisk syke, pårørende, ensomme og gamle mennesker, forklarer **Rebekka Nøkling**. Hun har de siste 20 årene hatt flere lederstillinger innen Life Science og i offentlig og privat helsesektor. Nå eier hun selskapet Livslyst & Motivasjon AS, sammen med **Marius Engh**, som har spesialisert seg på mental trening, coaching, relasjonsbygging, gruppe- og lederutvikling, prosessutvikling, forskningsformidling, produktutvikling av forskningsbaserte opplæringstilbud og skreddersydde utdanningsmoduler.

mPOWER Academy vil ha fokus på positiv selvutvikling, stressmestring, livsglede, velvære og skjønnhetspleie som gir godfølelsen tilbake i hverdagen. Dette har selskapet tenkt å gjøre gjennom et helt nytt utdanningssystem, som allerede starter våren 2019. Her vil skjønnhetspleie kombineres med tverrfaglig kompetanse innen: stressmestring, mental trening, empowerment, endokrinologi, genforskning, hjerneforskning og psykologi. På denne måten vil mPOWER helt konkret hjelpe de som opplever eller har blitt behandlet for: stress og utbrenthet, sosial angst, kreft, hjerte- og karsykdommer, diabetes og muskel- og skjelettlidelser eller andre utfordringer.

– Slik kan vi bidra aktivt til mindre sykkeliggjøring i samfunnet, hvor stadig flere blir kronisk syke. Ved å gi folk fra skjønnhetsbransjen en helt ny tilleggskompetanse innen stressmestring og sette dette i et profesjonelt system, så kan vi snu den uheldige samfunnsutviklingen og hjelpe folk til å bli «kronisk friske» ved hjelp av våre skreddersydde tjenester, sier en engasjert **Tone Lise Forbergskog**. Hennes store hjertesak de siste 10 årene har vært å inspirere andre til å ta aktivt sosialt ansvar. Gjennom sin egen lederrolle og bedriftskultur, hvor Tone Lise Akademiet har hjulpet kvinner som har vært utsatt for menneskehandel og nå også gjennom «Dream Big-prosjektet», har hun selv vist hvordan man går fra ord til handling i et selskap som ønsker å skape positive ringvirkninger i samfunnet.

mPOWER Agency er en viktig del av virksomheten til mPOWER Academy AS:

– Vi tilbyr både utdanningsmoduler og spesialiseringskurs i akademiet. Men vi hjelper også våre ferdigutdannede kandidater gjennom vårt mPOWER Agency som er selskapets markeds- og distribusjonsplattform. Gjennom et enkelt og pålitelig bestillingssystem vil kundene kunne bestille skreddersydde pakker og sertifiserte mPOWER agenter hjem til seg selv, eller der de selv ønsker å få behandling. Våre spesialagenter vil ha en unik og kvalitetssikret fagkompetanse som fornyes kontinuerlig i vårt system, i tillegg til sin praktiske utdanning innen skjønnhetspleie, forklarer **Runar Heggen**. Hans arbeid med medarbeiderskap som leder i Teamwork OU AS samt gründer- og ledererfaring fra Jobzone-selskapet Podium, som er en ledende leverandør av kurstjenester til NAV og karriereveiledning, kommer godt med når mPOWER-utdannelsen også vil tilbys flere faggrupper, slik som: sykepleiere og hjelpepleiere fra høsten 2019. Selskapet vil i tillegg utvikle egne AMO-kurs som en del av virksomheten.

---

**PRESSEKONTAKT:** Rebekka Nøkling (mob: 900 71 428, e-post: [rebekka@livslystogmotivasjon.no](mailto:rebekka@livslystogmotivasjon.no))  
**Høyoppløselige bilder kan sendes ved behov og etter nærmere avtale med presseansvarlig.**

## Ledergruppen bak selskapet mPOWER Academy AS:



**Tone Lise Forbergskog** har over 30 års erfaring som entreprenør, produktutvikler og foredragsholder. Hun brenner for tema som hvordan lykkes som entreprenør, ledelse med hjertet og aktivt sosialt ansvar. 20 år gammel startet Tone Lise sin første neglesalong i Oslo og fire år senere grunnla hun Tone Lise Akademiet A/S: [www.toneliseakademiet.no](http://www.toneliseakademiet.no), Norges eneste profesjonsskole i neglelakk og makeup. Produktutvikling har hun holdt på med helt siden starten, og foruten egne merker som TL Design neglelakk og TL Spa Design har hun bidratt i produktutviklingsprosessen til en rekke andre merker. Tone Lise jobber i dag som rektor og daglig leder

for Tone Lise Akademiet og er deleier og strategisk partner i TL salongene. Hun er i tillegg Senior Leader ved Anthony Robbins Company. Selv har hun i over ti år engasjert seg for å hjelpe kvinner utsatt for menneskehandel. En suksessfull salgskampanje i 2005 frontet av seks norske kjendiskvinner skaffet både penger og publisitet til dette arbeidet. I samarbeid med en rekke organisasjoner er engasjementet videreført gjennom et eget prosjekt som tilbyr ofre for menneskehandel utdanning og en ny start. Nå er Tone Lise i gang med et nytt prosjekt: *Dream Big*, som innbefatter bl.a. bokutgivelse og gratis utdanning til utsatte kvinner på Zanzibar.

**OM TONE LISE AKADEMIET:** *"På Tone Lise Akademiet tilbyr vi utdanning og kurs innen neglelakk, hudterapi, fotterapi og vippedesign. Våre fagskoletilbud er godkjent av NOKUT, - noe som betyr at vi møter de strenge krav som Kunnskapsdepartementet stiller til fagskoler, og alle er støttet av Lånekassen. Våre ansatte og høyt kvalifiserte lærere sørger for at du innen kort tid kan skape og utvikle en spennende karriere innen skjønnhetsbransjen. Vi er stolte av å være en av landets eldste, meste kjente og største utdanningssteder innen skjønnhet og velvære, og vi vil hjelpe deg på din vei mot suksess i en bransje full av muligheter."*

**Rebekka Nøklings** er grunnleggeren og eier av Livslyst & Motivasjon AS, som eier Livslyst & Motivasjon Senteret i Oslo: [www.livslystsenteret.no](http://www.livslystsenteret.no), LivslystMagasinet: [www.livslystmagasinet.net](http://www.livslystmagasinet.net) og Livslyst-studioet. Hun jobber som coach, mental trener, kurs- og utdanningsleder, medisinsk og terapeutisk yogainstruktør og paraterapeut. Rebekka er en profilert foredragsholder som har holdt foredrag for tusenvis av mennesker rundt om i Norge, Sverige, Italia, Tyskland og USA. Hun holder også kontinuerlig foredrag for helsepersonell på Helseforetak og sykehus om: "siste nytt fra forskningen", stressmestring, pustøvelser, medisinsk yoga og meditasjon. Rebekka underviser også medisinstudentene på Bjørknes Høyskole i kjemi, biokjemi, genetikk og molekylærbiologi. I tillegg er hun helsejournalist, radioprogramleder og hun har sin egen podcastserie i Nettavisen med John John Bruseth. Det at Rebekka fikk brystkreft i ung alder gjorde at hun måtte lære seg å mestre motgang og bli en «overlever med senskader». Resultatet ble at hun utviklet sine personlige livsmestringsverktøy og en egen coachingmetode som er basert på hennes livserfaring, banebrytende forskning i grensesnittet mellom: genforskning, endokrinologi, hjerneforskning og psykologi, samt samarbeidet hun har med faren og Magister i psykologi, Olav Nøklings, som ledet psykologiundervisningen på Norges Idrettshøyskole i flere tiår. Rebekka er Cand. Scient med en bred medisinsk bioteknologi- og genforskningbakgrunn. Hun er også sertifisert og diplomert MediYoga-instruktør og Dinah Rodrigues-yogainstruktør spesialisert innen: stress og utbrenthet, kreft, diabetes, hormoner og depresjoner. Hun har de siste 20 årene hatt flere lederstillinger innenfor områdene «Life Science» i inn- og utland, og bl.a. vært Global produktsjef for medisinske genroboter i GenoVision/Qiagen, helseforlagssjef og redaktør ved Universitetet i Oslo (UiO) i Birkeland Publications, prosjektleder i Bio-Medisinsk Innovasjon AS, direktør i Aberia Healthcare og driftsleder- og senterkoordinator for Vardesenteret (et senter for kreftrammede og pårørende på Radiumhospitalet).



**Marius Engh** er coach, mental trener, parterapeut, foredragsholder, medisinsk yogainstruktør og partner/eier av Livslyst & Motivasjon AS, sammen med Rebekka Nøtkling. Han er utdannet sosionom fra Diakonhjemmet Høyskole, med tilleggstudning fra Universitetet i Oslo innen: *Professional installation ethics and human view* og kurs innen *Health Environment and Security, Function Evaluation, Psychiatric Suffering og Solution Focused Approach*. Marius er diplomert og sertifisert MediYoga-instruktør og Dinah Rodrigues-yogainstruktør spesialisert innen: kreft, hormoner, diabetes, stress og depresjoner. Han har en bred og lang ledererfaring fra sosialt arbeid med barn og voksne innen fagfeltene: rus, psykiatri, barnevern, asylmottak (både for familier og for enslige mindreårige) og rehabilitering. Marius er også daglig leder av Livslyst & Motivasjon Senteret og Livslyst-studioet (film og podcast), samt fagansvarlig for selskapets prosessveiledning for bedrifter og obligatoriske opplæring av ansatte ved asylmottak.



**OM LIVSLYST & MOTIVASJON AS:** *“Livslyst & Motivasjon AS tilbyr et kvalitetssikret kurs- og opplæringstilbud med fokus på livslyst, stressmestring, positiv selvutvikling, helse- og rehabilitering og forebygging til alle som trenger det – uavhengig av alder og evt. diagnose. Vårt hovedkontor ligger på Majorstuen, hvor enkeltpersoner, grupper og bedrifter kan delta på våre kurs, workshops, coachingtilbud og yoga & meditasjonsklasser i Livslyst & Motivasjon SENTERET: [www.livslystsenteret.no](http://www.livslystsenteret.no) – et mentalt treningscenter som styrker både kropp og sinn!”*



**Runar Heggen** er daglig leder i TeamWork: [www.teamwork.no](http://www.teamwork.no), og hadde før det stillingen som daglig leder i HR-Huset AS og administrerende direktør Podium AS – og han ser for seg interessante samarbeidsmuligheter med Teamwork og deres nettverk i Skandinavia. Han har bakgrunn fra forsvaret og har gått på befalskolen. Runar er utdannet Handelsøkonom med en master i endringsledelse. Han er gründeren bak Jobzone-selskapet Podium som er en ledende leverandør av kurstjenester til NAV og karriereveiledning. I løpet av 15 år bygget han dette selskapet fra null til 130 mill. i omsetning. Runar er spesielt opptatt av medarbeiderskap og *Den Skandinaviske Ledelsesmodellen*, som han mener vil bidra til et godt og effektivt arbeidsliv fremover. Han er også medforfatter i boken: **“Medarbeiderskap - Hva som får folk til å ta ansvar og vise initiativ”**, som han har skrevet sammen med professor Stefan Tengblad og Johan Velten. I boken forklarer de hvordan lederen kan utvikle et forpliktende samspill mellom ledere og medarbeidere, fordi: Medarbeiderskap handler om å lære medarbeiderne å ta ansvar sammen med lederen, både for resultater som skal skapes, for arbeidsmiljøet og for arbeidsplassen som helhet.

**OM TEAMWORK:** *“Hvordan utvikle godt medarbeiderskap? Det er lettere sagt enn gjort å få til gode, åpne samtaler om de viktige temaene. De fleste har en så hektisk hverdag at det er vanskelig å få tid til snakke sammen, og det er ofte vanskelig å komme frem til hva man skal prate om. Gode samtaleverktøy er helt avgjørende. TeamWork har i 30 år jobbet med å utvikle verktøy og medarbeiderundersøkelser som hjelper ledere til å utvikle sin enhet, med beskjeden bruk av felles tid, og lite behov for ekstern bistand.”*