

Lachletter Januar 2018

Unsere Themen

1. Karneval, Fasching, Fasnacht
2. Lachyoga Trainer Ausbildung
3. Wellness pur -ein Tag voller Fröhlichkeit
4. Humor + Lachtermine in Freiburg
5. Witzige Wortakrobaten

Glückwunsch, Sie haben das Jahr 2018 erreicht! Wenn jetzt auch noch die Tage voller Gesundheit + Freude, Arbeit + Erfolg, Humor + Lachen angefüllt sind, dann wird es ein glückliches Jahr. Das wünscht Ihnen

Bärbel Hinz-Käfer, Humorcoach HCDA, Lachyogatrainerin

=====

1. Karneval, Fasching, Fasnacht

Fröhlichkeit aufs Stichwort? Was spricht eigentlich dagegen, viele Anlässe zu nutzen, um zu lachen und ausgelassen zu sein? Der „tierische Ernst“ verfolgt uns täglich, in den Nachrichten, in der Presse, in fast allen Medien, während der Arbeit. Da ist manchmal ein "Gegenprogramm" notwendig.

Humor und Lachen haben gesundheitsfördernde Wirkung, das wissen zwischenzeitlich nicht nur die Gelotologen. Die Vorsätze, mehr Lachen und Leichtigkeit in den Alltag zu bringen, scheitern allerdings häufig. Wir verhalten uns oft kontrolliert, selbstbeherrscht, kritisch. Weiter lesen: <http://humor-lachen.de/karneval-fasching-fasnacht/>

=====

2. Lachyoga Trainer Ausbildung

Dieses Lachyoga Wochenende in Freiburg ist ein zweitägiges Intensivtraining mit dem Abschluss „Certified Laughter Yoga Teacher“ Dr. Katarina und ideal für alle, die Lachen lieben und sich intensiv mit der Lachyoga Methode auseinandersetzen wollen. Sie profitieren von meiner über 15jährigen Erfahrung und lernen über 100 Übungen kennen. Sie können das Kompaktseminar außerdem für den Aufbau eines beruflichen Standbeins als LachYoga Trainer nutzen, einen Lachclub gründen oder auch in Ihre bisherige Arbeit integrieren, z.B. in Heil- und Pflegeberufen, Lehrtätigkeiten, Coaching usw.

<http://humor-lachen.de/lachyoga-trainer-ausbildung-maerz-2018/>

=====

3. Wellness pur -ein Tag voller Fröhlichkeit mit Lachyoga Erlebnis am Sa. 24.3.18

Sie entspannen und tanken Energie und Lebensfreude auf! Ängste, Stress und depressive Verstimmungen verschwinden und Sie spüren sofort, dieser Tag ist eine Wohltat für den Körper und macht unglaublichen Spass. Sie erfahren, wie gesund das Lachen tatsächlich ist und ganz nebenbei trainieren Sie Ihre Humorfähigkeit. Weiter lesen: <http://humor-lachen.de/wellness-pur-ein-tag-voller-froehlichkeit-mit-lachyoga-erlebnis-am-sa-24-3-18/>

=====

Humor + Lachtermine in Freiburg

Lachstunden montags ab Januar 18 von 19 bis 20 Uhr in Freiburg.

22.1. + 29.1. Gute Laune trotz Stress und Ärger.

3.2.18 VHS Freiburg von 9.30 – 11.00 Uhr Wir lachen uns gesund - eine Einführung ins Lachyoga.

12.3. + 19.3. Glückstraining.

24.3. + 25.3.2018 Ausbildung zum Lachyoga Trainer mit Dr. Kataria Zertifikat

24.3.2018 Wellnesstag mit Lachyoga – selten sooo gelacht!

9.4., 16.4., 23.4. Hamsterrad Ade – Strategien und Training für humorvolle Gelassenheit

6.6. 19:30 – 21 h Lachyoga VHS Freiburg.

15.6.18 Lachyoga 50Plus 18 bis 20:30 h

Weiter lesen: <http://humor-lachen.de/lachtermine-in-freiburg-save-the-date-2018/>

=====

Witzige Wortakrobaten Zungenbrecher

1. Am zehnten zehnten zehnten zehn Uhr zehn zogen zehn zahme Ziegen zehn Zentner Zucker zum Zoo.
2. Auf den sieben Robbenklippen sitzen sieben Robbensippen, die sich in die Rippen stippen, bis sie von den Klippen kippen.
3. Denke nie du denkst, denn wenn du denkst, du denkst, dann denkst du nicht, dann denkst du nur du denkst, denn das Denken der Gedanken ist gedankenloses Denken.
4. Der dünne Diener trägt die dicke Dame durch den dicken Dreck, da dankt die dicke Dame dem dünnen Diener, dass der dünne Diener die dicke Dame durch den dicken Dreck getragen hat.

Weiter lesen: <http://humor-lachen.de/untere-navigationsleiste-nicht-loschen/witziges/>

=====

Ihre Adresse haben wir durch einen Kontakt erhalten. Sie können diesen Newsletter jederzeit abbestellen. Melden Sie sich bitte auf der Seite ab: <http://www.humor-lachen.de/newsletter.htm>

oder schicken Sie uns ein E-Mail an info@humor-lachen.de „Newsletter abmelden“

Anmelden unter: <http://www.humor-lachen.de/newsletter.htm>

=====
Lachstunden montags 19 bis 20 Uhr, St. Carolushaus EG, Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg.
Parkplätze vorhanden. Straßenbahnlinie 2 Tennenbacherstr. Weitere Termine <http://www.humor-lachen.de/termine.htm>

Kontakt info@humor-lachen.de Tel. 0761 7059822.
=====

Postanschrift

Bärbel Hinz-Käfer

Freiburger Lachclub

Bergstr. 40

D-79194 Gundelfingen Freiburg

Telefon +49 (0)761 7059822

Mobil 01520 1999410

Fax +49 (0)761 7059821

E-Mail: info@humor-lachen.de

Internet: www.humor-lachen.de