

Unbenannt

Lachletter im März 2019 für Lachfreunde

1. Nicht nur im Karneval - Lachen ist gesund
2. LachTermine im März in Freiburg
3. Witziges

=====

Nicht nur im Karneval - Lachen ist gesund

Lachen ist die beste Medizin? Na ja, nicht so ganz. Die Gelotologen (Humor- und Lachforscher) haben allerdings ein paar erstaunliche Wirkungen entdeckt. Lachen lindert Schmerzen, stärkt das Immunsystem, intensiviert die Tiefenatmung, reduziert Stress und last not least sorgt Lachen für gute Laune und macht Dich und die Menschen in deiner Umgebung glücklich.

Wenn beide Mundwinkel nach oben gehen und die Augen das Lachen widerspiegeln, dann spüren wir nach kurzer Zeit, dass unser Gehirn mit der Ausschüttung von Glücks- und Belohnungshormonen reagiert, wie zum Beispiel Endorphin, Serotonin, Dopamin, Oxytocin. Die Folge...
weiterlesen: <http://humor-lachen.de/nicht-nur-im-karneval-lachen-ist-gesund/>

=====

2. LachTermine im März in Freiburg

Montags Lachstunde von 19 bis 20 Uhr seit 2002 in Freiburg, Habsburgerstr. 107a Carolushaus, 60 Min. 11,11 €.

Freitag 22.03.2019, 90 Glücksminuten, Frei., 18:30 - 20:00 Uhr. 90 Glücksminuten mit Erkenntnissen der Glücksforschung.

Samstag 30.3. 2019 wellnessstag mit Lachyoga - selten sooo gelacht! von 10 bis 16:30 Uhr

Sa. + So. 30.3.2019 + 31.3.2019 Lachyoga wochenende mit Trainer Zertifikat Dr. Kataria
weiterlesen <http://humor-lachen.de/>

=====

3. Witziges

- Stell dir vor es wäre Karneval und keiner wäre in Köln...
- Über Karneval macht man keine Witze, das ist eine ernste Sache.
- Mama, was bedeutet Alaaf? - „Sei still Heini, wir wohnen in Düsseldorf!“

...Mehr Witze: <http://humor-lachen.de/witziges>

=====

Unsere Datenschutzbestimmungen entsprechen der aktuellen DSGVO. Sie finden diese auf unserer Website
<http://humor-lachen.de/untere-navigationsleiste-nicht-loschen/kontakt/>

Ihre Adresse haben wir durch einen Kontakt erhalten. Eure Daten sind bei uns sicher. Wir geben diese an keinen Dritten weiter. Wer weiterhin unseren Newsletter bekommen möchte braucht nichts zu tun.

Der Newsletter kann jederzeit abgemeldet werden:

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

oder er E-Mail an info@humor-lachen.de „Newsletter abmelden“. Die Daten werden dann umgehend gelöscht.

Newsletter 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/>

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

=====

Postanschrift

Unbenannt

Bärbel Hinz-Käfer
Bergstr. 40
D-79194 Gundelfingen Freiburg

Telefon +49 (0)761 7059822
Mobil 01520 1999410
E-Mail: info@humor-lachen.de
Internet: www.humor-lachen.de