

LQB Vortrag: Humor und Lachen: Wellness für die Seele

Lachen setzt „Glückshormone“ frei, die unsere Stimmung heben und uns helfen, Herausforderungen positiv zu meistern. Zudem stärkt Humor soziale Bindungen und fördert Resilienz. In unserer stressigen Welt sollten wir bewusst Zeit zum Lachen nehmen – es schafft Verbindung und tut gut. Also, lachen wir – die beste Wellnessoase!

Information

Kursdauer: 2 Einheiten

Kursbeitrag: Teilnahmebeitrag gefördert
Bildungsförderung LE 23-27

Fachbereich: Persönlichkeit & Kreativität

Zielgruppe: Die Bäuerinnen

Verfügbare Termine

01.01.2028 00:00,

Beginn	01.01.2028 00:00
Ende	02.01.2028 00:00
Örtlichkeit	VA-Ort noch offen,
Information	Anna Steininger, Tel 0043 259 26115, anna.steininger@lk-noe.at
Kursnummer	3-0090563
Trainer:in	Elisabeth Rennhofer
Veranstalter	LFI Niederösterreich