

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: Selbstbehalt wird vom Verein "Die Bäuerinnen" übernommen
Bildungsförderung LE 23-27

Fachbereich: Persönlichkeit & Kreativität

Zielgruppe: Die Bäuerinnen

Verfügbare Termine

20.03.2026 19:00, Baden

Ort	Baden
Beginn	20.03.2026 19:00
Ende	20.03.2026 20:30
Örtlichkeit	BBK Baden und Mödling, Pfaffstättner Straße 3, 2500 Baden
Information	Irene Pechhacker, pechhackerirene@gmail.com
Kursnummer	3-0091221
Trainer:in	Elisabeth Rennhofer
Veranstalter	LFI Niederösterreich
Termin 1	20.03.2026, 19:00 - 21:00 Uhr