

## LQB-Vortrag: Humor und Lachen: Wellness für die Seele DB Baden

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

<b>Kursdauer:</b>	2 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	Selbstbehalt wird vom Verein "Die Bäuerinnen" übernommen Bildungsförderung LE 23-27
<b>Fachbereich:</b>	Persönlichkeit & Kreativität
<b>Zielgruppe:</b>	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