



## Gesund durch das neue Jahr

Wir lachen nicht, weil wir glücklich sind,  
wir sind glücklich, weil wir lachen. (Zitat)

Es ist die Begabung eines Menschen, der die Unzulänglichkeit  
dieser Welt und die alltäglichen Schwierigkeiten mit heiterer  
Gelassenheit begegnen kann. Humor kann den Alltag erfreulicher machen.

Dazu gehört lachen. Richtig gesund, ist lachen auch.

Stärkt das Immunsystem und den Zusammenhalt

Entdecke die befreiende Kraft des Lachens.

### Icons zum Schmunzeln:



Freue mich



Gut gemacht



Pause



Tanzen? Kuschneln?

Wie sagte unsere Ex-Kanzlerin Angela Merkel:

Bewahrt euch die Fröhlichkeit im Herzen

Gut für Körper und Geist und hilft, den Alltag schöner zu gestalten

Ulrich C Bredemeier  
Geschäftsführer