

Das Tante-Gertrud-Syndrom (TGS) - oder lachen bis der Arzt kommt



Erfahren Sie mehr über das Tante Gertrud Syndrom, einer offenbar weit verbreiteten Krankheit.

Erfahren Sie, ob jemand, der sich zweimal halb totgelacht hat, anschließend ganz tot ist.

TGS: 2 Stunden Lachmuskeltraining (bei Bedarf auch länger). Für Lachschäden kann allerdings keine Haftung übernommen werden.

Aus dem Programm:

Wie entsteht ein Mensch?

Der Ablauf von der Wiege bis zur Bahre

Die Partner- und Berufswahl

Blondinen und andere Menschen

Der Kontakt mit Ärzten und Behörden

The Final Count-down

Was sagen die Ärzte eigentlich zum Thema?



Lachen ist gesund. Beim Lachen werden vom Kopf bis zum Bauch und 300 Muskeln angespannt, allein 17 im Gesicht. Richtiges Lachen stellt ähnlich hohe Anforderungen Leistungssport. Beim Lachen nimmt die Lunge viel Luft auf. Der Stoffwechsel wird angeregt. Der Stresspegel sinkt und der Hormonschub bringt Glücksgefühle.

Lachen verstärkt positives Denken und hilft gegen Depressionen. Für eine gewisse Zeit kann man die eigenen Probleme vergessen und sich auf das angenehme Leben konzentrieren.

Deshalb gibt es auch den sogenannten Galgenhumor. Der funktioniert tatsächlich und lässt uns gelassener mit einer schwierigen Situation fertig werden. Herzhaftes Lachen hat einen ähnlichen Effekt auf den Körper wie ein halbstündiger Dauerlauf. Ein richtiger Lachanfall ist so anstrengend, dass man kaum noch Luft bekommt und sogar am nächsten Tag Muskelkater haben kann. Lachen ist ansteckend und verbessert so auch die Laune der anderen.

Warnhinweis

Eine Gefahr besteht allerdings: so wie bei einer Speisekarte bei einem Menü dem Einen das Wasser im Mund zusammenläuft, entwickelt sich bei dem Andern die Vorstellung, das Menü verzehren zu müssen, echter Brechreiz. So vielfältig ist das Leben. Vergessen Sie einmal den Alltag und lachen Sie sich herzlich gesund. Für firmeninterne Buchungen lassen sich übrigens auch branchenspezifische Humorsituationen einbauen.