

01.10.2014



Die Lach-Kurse richten sich vor allem an Rentner.

Foto: iStock

Den Krebs lachend bekämpfen

Innsbruck – Lachen kann nicht nur soziale, sondern auch seelische Spannungen lösen und somit therapeutisch wirken. Aus diesem Grund ruft der Verein Senioren-Krebshilfe Tirol am heutigen „Tag des älteren Menschen“ das Projekt „Humor trotz(t) Tumor“ ins Leben. Ab Januar 2015 werden in Innsbruck und Schwaz Humor-Workshops für an Krebs erkrankte Senioren und deren Angehörige angeboten. Im Rahmen der dreistündigen Kurse zeigt der Münchner Lachtherapeut Christoph Emmelmann, wie man Lachen gezielt als Lebenshilfe einsetzen kann: „So lernt man, den Krebs als Chance zu sehen, sein Leben in Richtung Gesundheit zu navigieren.“ Wer sich vor Beginn des Kurses einen ersten Eindruck davon machen will, kann bei der Senaktiv (14. bis 16. November in der Messe Innsbruck) an einem Lach-Workshop teilnehmen und sein persönliches Lachverhalten analysieren lassen. (sam)