

Momo fragt: „Hast du heute schon gelacht?“

Weil Lachen so gesund ist, lehrt es Clown Momo in Kindergärten, Seniorenhäusern und Schulen.

Momo der Clown und seine Freundin Bella kommen gerne zu jüngeren und älteren Menschen in Kindergärten, Schulen, Seniorenhäuser und überall dort hin, wo gerne gelacht wird. Das Programm von Momo: „Alles ist möglich!“ – Eine Clownerie voller Satire, Sprüche und Botschaften. „Führt euch immer das Positive vor Augen, habt eine niedrige Erwartungshaltung, damit ist es nicht möglich, enttäuscht zu werden!“ so Momo. Der Clown nimmt freiwillige Spenden entgegen, die der Caritas zur Flüchtlingshilfe zur Verfügung gestellt werden.

Wachlachen

Eine kleine Muskelbewegung, ein Lächeln sowie fröhliches Lachen fördern die Gesundheit und stärken das Immun-



Gegen eine freiwillige Spende kommt Momo mit „Alles ist möglich“ ins Haus. Das Geld kommt der Caritas Flüchtlingshilfe zugute. KK

system. Beim Lachen benötigt der Mensch 80 Muskeln und eine Minute herzlich lachen entspannt Blockaden im Emo-

tionalbereich und wirkt sich nachweislich genauso auf den Körper aus wie 5 Minuten Joggen oder 30 Minuten Entspan-

nungsübungen. Dass dem Menschen das Lachen angeboren ist, beweisen Kinder. Sie lachen bis zu 500 mal pro Tag. Laut dem Wissenschaftler Paul Ekman gibt es 19 verschiedene Arten von Lachen, jedoch nur eine ist echt. Alle anderen dienen zur gesellschaftlichen Integration - wie zum Beispiel das Lächeln aus Höflichkeit.

KONTAKT MOMO

Irmgard Baum

0650/5566301

Gitta Schrödl-Ramseier

0664/ 3117951

(Seniorenhäuser)

Franziska Kaltenegger

0664/7641856 (Schulen)

Brigitte Ruprecht

0664/9287057 (Kindergärten)