

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe/Atemstillstand Schwäbisch Hall

gegründet 2004 von Anita Häberle
Vorsitzender: Werner Kloss Blütenstr.10 74585 Rot am See
Tel 07955/ 2002 Fax 07955/ 92 66 390
Mobil 0151/ 179 35 203 Mail wer-kloss@t-online.de

Liebe Mitglieder, Angehörige, Freunde, Gäste und Interessierte

*Ich möchte Euch herzlich einladen zu unserem nächsten SHG -Treffen am
Samstag den*

12. August um 14.00 Uhr

***im Hotel Golden Nugget am Autohof Satteldorf
im großen Saal***

*Begrüßung der Mitglieder, Angehörige, Neue und Interessierte zu unserem 4. Treffen
im Jahr 2017*

Das Thema „Lachen bis die Tränen fließen“ ist angesagt, und wird praktisch geübt.

*Frau Gisela Khodamoradi aus Schwäbisch Hall zeigt uns in Ihrem Seminar, was
Lachen für eine Wirkung auf uns Menschen hat. Beim Lachen werden vom Kopf bis
zum Bauch 300 Muskeln angespannt, allein 17 im Gesicht.*

*Beim lauthals loslachen pressen wir den Atem stoßartig mit 100 Stundenkilometer aus
der Lunge heraus. Lachen stärkt die Lunge. Beim Lachen werden die Abwehrkräfte
gestärkt, der Streßpegel sinkt, der Hormonschub bringt Glücksgefühle, der Blutdruck
wird verringert usw. Dies sind alles gute Faktoren um die Schlafapnoe positiv zu
beeinflussen.*

***Auf einen zahlreichen Besuch würde ich mich wie immer freuen
Werner Kloss***

***Unser nächstes Treffen findet am Samstag den 14.Oktober 2017 statt, mit einem
geplanten Vortrag von Notar Franz Wick aus Niederstetten über Vollmachten,
Generalvollmacht und Patientenverfügung.***

Ps. Änderungen vorbehalten.