

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

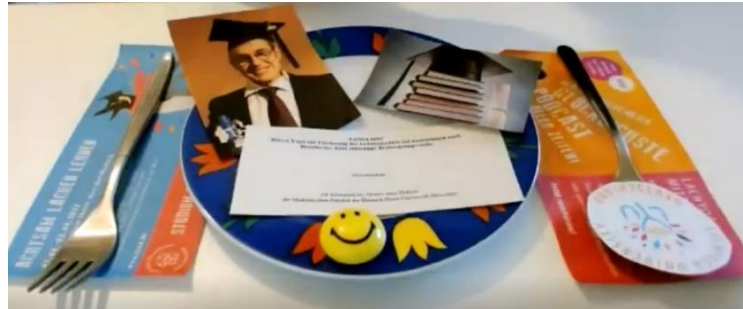
Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen Live Zoom-Meeting dabei zu sein
oder später den Podcast dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 43
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Doc



Geschafft! Nach 7 Jahren ist die Doktorarbeit nun fertig und verteidigt.

Herzlichen Glückwunsch Dr. Rüdiger Lewin!

Rüdiger Lewin hatte am 20.01.2022 seine Disputation, um seine Doktorarbeit zu verteidigen. In dieser stellt er die erste deutsche Lachyoga-Studie mit Brustkrebspatientinnen vor. Um was es in der Studie ging und welche Ergebnisse er herausfand, das ist im Lachyoga-Mittagstisch #20 („Lachen hilft“) nachzuhören und dort im PDF nachzulesen. Ein paar seiner Ergebnisse und Aussagen sind:

- Lachyoga verbessert die Lebensqualität
- Lachyoga reduziert Stress
- Lachyoga verbessert psychometrische Parameter
- Lachyoga führt zu nachhaltigen Verbesserungen
- Lachyoga hat eine gute Therapieadhärenz
- Lachyoga fördert das posttraumatische Wachstum
- Lachyoga ist ein niederschwelliges Bewegungsangebot

Aus Freude darüber und um den erfolgreichen Abschluss seiner Dissertation mit ihm zu feiern, war zum Lachyoga-Mittagstisch ein Überraschungsbesuch in der Praxis von Rüdiger Lewin geplant. Seine Frau Hildegard organisierte, dass Angela Mecking, Dagobert und Gisela Dombrowsky zur Gratulation vor Ort sein konnten. Der Lachyoga-Mittagstisch war live dabei.



Lachyogis in geheimer Mission –

Gabriela und Sandra wollen sich mit dem ganzen Lachyoga-Mittagstisch in Rüdigers Praxis schleichen ...

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen **Live Zoom-Meeting** dabei zu sein
oder später den **Podcast** dazu anzuhören.

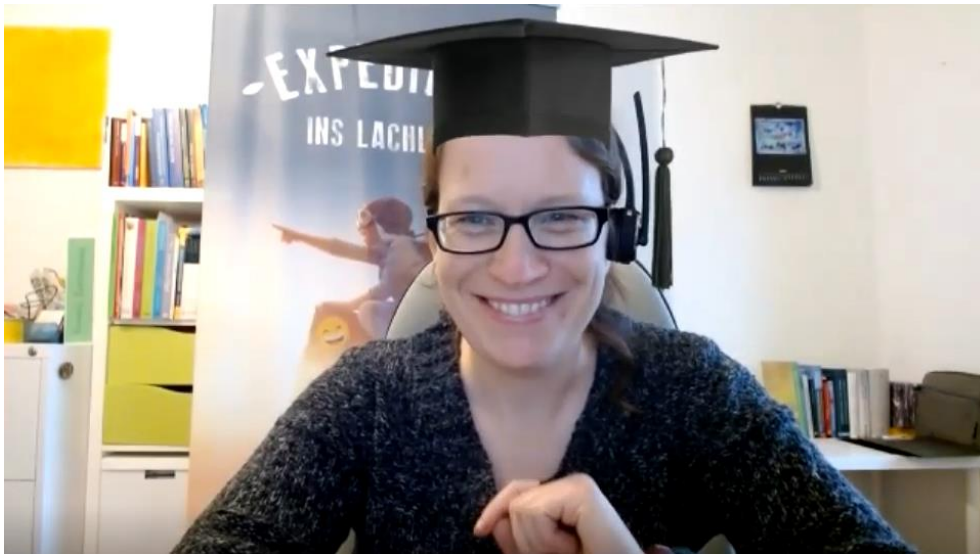
Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 43
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Doc

In diesem PDF möchten wir euch einen kleinen Einblick vom Überraschungsbesuch bei Dr. Rüdiger Lewin geben.



Sandra mit virtuellem Doktorhut zu Ehren von Rüdiger Lewin – auch von den anderen Lachyoga-Mittagstisch-Teilnehmer:innen hatten sich viele einen „Zoom-Doktorhut“ aufgesetzt



Angela Mecking, Dagobert und Gisela Dombrowsky vor der gynäkologischen Praxis von Rüdiger Lewin ... noch ahnt er nichts.

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen **Live Zoom-Meeting** dabei zu sein
oder später den **Podcast** dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 43
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Doc



Lachyoga-Mittagstisch MOBIL - Lieferung durch die Außenreporter:innen



Vor dem Praxisschild

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen Live Zoom-Meeting dabei zu sein
oder später den Podcast dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 43
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Doc

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!



Zur bestandenen Promotion gratulieren wir ganz
herzlich und wünschen alles Gute!

DR. RÜDIGER LEWIN



*Alles schon vorbereitet! Hildegard, Rüdgers Frau, hat schon alles hergerichtet für den Lachyoga-Besuch ...
... und den Lachyoga-Doktor:*



Rüdiger Lewin mit Karte und Geschenk und Doktorente auf seinem Hut

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen **Live Zoom-Meeting** dabei zu sein
oder später den **Podcast** dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

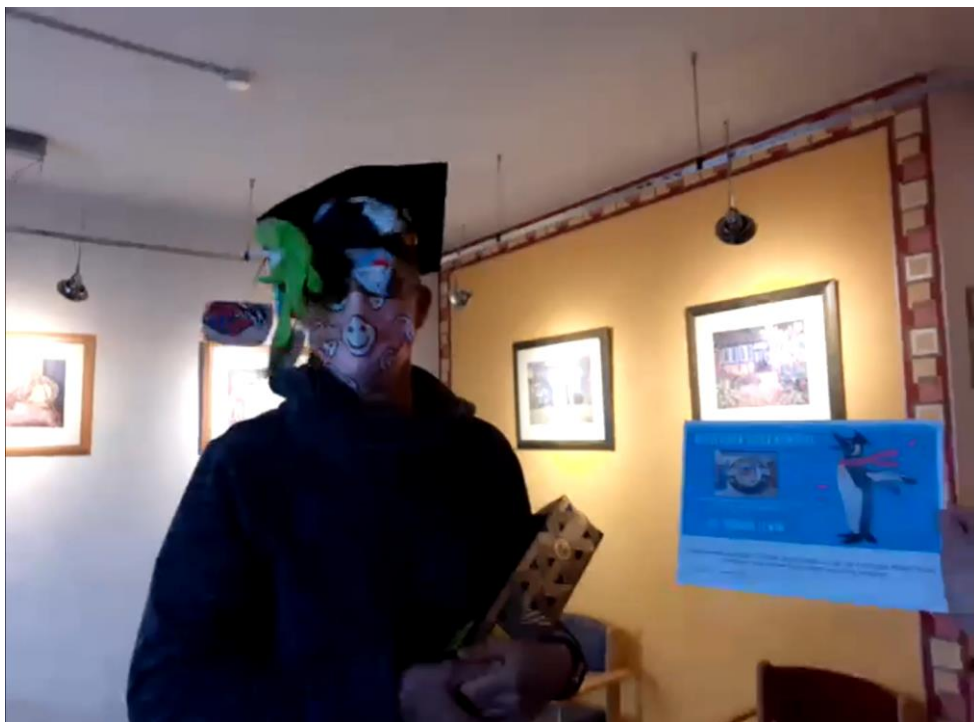
www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 43
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Doc



Geschenkübergabe durch Gisela Dombrowsky



Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen Live Zoom-Meeting dabei zu sein
oder später den Podcast dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 43
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Doc

Auch Madan Kataria kam dazu und würdigte die Leistung und den Erfolg von Rüdiger Lewin. Er betonte nochmal die Wichtigkeit von wissenschaftlichen Studien. Gemeinsam schickten wir alle die Vision in die Welt, dass noch viel viel mehr Studien zu Lachyoga gemacht werden, in Deutschland und in der ganzen Welt.



Dr. Madan Kataria zu Gast bei Dr. Rüdiger Lewin (zumindest virtuell)



Dr. Madan Kataria freut sich kräftig mit!

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen **Live Zoom-Meeting** dabei zu sein
oder später den **Podcast** dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 43
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Doc



Möge es noch viiiiiel besser werden als wir uns das vorstellen können!

Links:

Link zum LY-Mittagstisch

→ <https://www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html>

Link zur Website von Dr. Rüdiger Lewin

→ <https://www.frauenarzt-lewin.de/>

Link zum LY-Mittagstisch „Happy Doc“ (Überraschungsbesuch)

→ <https://www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch/details/43-ueberraschung.html>

Link zum LY-Mittagstisch „Lachen hilft“ (Vorstellung der Studie von Rüdiger Lewin)

→ <https://www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch/details/20-lachen-hilft.html>