

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 67
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Apotheke



Der Lachyoga-Mittagstisch-Teller „Happy Apotheke“

Nina Fuchs aus der Cottage-Apotheke im 18. Bezirk in Wien: die humorvollste und inspirierendste Führungskraft Österreichs! Lang verdient wurde sie nun auch offiziell ausgezeichnet, mit dem Humor Award. Weit über regionale Grenzen hinaus bekannt geworden ist Nina Fuchs mit ihrer Apotheke, der Lachapotheke. Unter diesem Namen kennt man inzwischen die Cottage-Apotheke, seit sie gemeinsam mit ihrem Team in alle Ecken das Lachen mit einbringt – und von dort durch ganz Wien und die ganze Welt.

2006 machte Nina Fuchs sich mit der Apotheke selbstständig – im Inneren immer mit dem Wunsch, noch etwas anderes zu machen. 2013 machte sie in Indien die Ausbildung zur Lach-Trainerin bei Dr. Madan Kataria. Ohne einen Plan, aber mit dem Wunsch, das Lachen ihrer Kundschaft mitzugeben, fuhr sie wieder zurück nach Österreich. Aus dieser Idee entwickelte sich alles Weitere mit einem Team, das durchgehend hinter ihr stand. Die größte Herausforderung war für Nina Fuchs auch erstmal, Lachyoga in ihrer Apotheke mit ihrem eigenen Team zu machen – nachdem sie jedoch ihr Team mit ins Lach-Boot geholt hatte, ging es Schritt für Schritt weiter.

Die Ideen kamen dann aus verschiedenen Richtungen, von Mitarbeitenden oder der eigenen Tochter. So zum Beispiel der Smiley, der inzwischen auf jede Rechnung mitgegeben wird.

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 67 Lachyoga-Mittagstisch

Happy Apotheke

„Als wir das am Anfang gemacht haben und ich gesagt habe „Ich gebe Ihnen noch ein Lachen mit“, dachte ich anfangs selber „Uff, was wird er jetzt sagen“ ... aber in 90 % hat er zurückgelächelt und dann sind wir immer mutiger geworden.“

(Nina Fuchs beim Lachyoga-Mittagstisch)

Der Kundschaft Lachen mitzugeben, das ist inzwischen zur Routine geworden. Lachyoga mit dem Team zu machen, das braucht immer wieder auch die Erinnerung – besonders in stressigen Situationen. In der Apotheke gibt es eine „Schatzkiste“ mit Lachübungen, aus der dann Übungen gezogen und gemeinsam gemacht werden.

Und in diesen Jahren hat sich einiges geändert in der Apotheke und in dem, wofür die Apotheke steht. Auch das Arbeitsklima ist besser geworden – auch wenn es viel Arbeit ist. Medikamentenengpässe und nicht funktionierende elektronische Rezepte machen es nicht gerade leichter. Doch der Zugriff aufs Lachen und Lächeln ist ganz schnell da und die Kolleg*innen erinnern daran.

„Ich hab schon ganz vergessen, wie das Arbeitsklima anders ist.“

(Nina Fuchs beim Lachyoga-Mittagstisch)



Lachübung: mit glitzernder, weicher, cremiger Lachcreme aus Ninas Apotheke eincremen

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 67 Lachyoga-Mittagstisch

Happy Apotheke

Auch auf Produkten aus der Lachapotheke – wie Handcreme, Duschmilch, ... – wird ans Lachen erinnert. „Heute schon gelacht?“ steht auf den bunt gestalteten Produkten. Oder auf dem Deo steht „Denk gut“. Oder „Atme gut“ – alles Anregungen, selbst etwas zu tun. Mindestens zum Grinsen regen die Produkte an – und setzen Lachanker.

Das aktuellste Produkt aus der Lachapotheke sind ätherische Öle. Die Aktivierung der Selbstheilungskräfte in verschiedenen Verbindungen, das schaffen die Produkte von Nina Fuchs.

Das Lachen, die Freude in alles hineinzubringen, gemeinsam mit dem Mitarbeiterinnen Lachübungen zu machen, kindliche Verspieltheit in einer Rolle, die klischeemäßig „seriös“ sein sollte, nämlich die Führungskraft, das verändert Arbeitskultur. So konsequent das Lachen in das eigene Unternehmen zu bringen, ist mutig. Nina Fuchs kann es nur empfehlen, man kann mit dem Lachen und seinem Team viel leichter und viel einfacher etwas weiterbringen.

*„Ich habe nie das Gefühl, dass ich nicht ernst genommen werde. ... Ich kann nur jeden bestätigen, dass das Lachen einen keineswegs in seiner Seriosität gefährdet. Es muss allerdings von innen kommen.“
(Nina Fuchs beim Lachyoga-Mittagstisch)*

Die Veränderung, die Nina Fuchs angestoßen hat und weiter anstößt, läuft auf so vielen Ebenen:

Sie verändert Arbeitskultur, wie wir zusammenarbeiten, wie die Arbeitsverhältnisse sind, was auf die Arbeit gehört und wie da mehr Lachen hineinkommen kann und ist Vorbild darin. Sie verändert Kontakt zur Kundschaft, die wegen Krankheit kommt, verändert, was im Verkauf und der Dienstleistung möglich ist und integriert dort mehr Lachen und Freude. Sie legt den Fokus immer wieder auch auf die Ebene der Aktivierung von Selbstheilungskräften, mit vielen Anregungen und Ankern, die daran erinnern, wie wichtig es ist, zu lachen. Und schließlich ist sie Vorbild darin, dass es möglich ist, Lachen einzubringen in verschiedenste Bereiche und erreicht eine Öffentlichkeit damit, die das zunehmend anerkennen kann, was man nicht zuletzt in der Verleihung des Humor Award sehen kann.

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 67
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Apotheke



Lachübung: Zum Abschluss wurde noch ein Lachen versprüht

Wir wünschen euch auch viel Freude beim Nachhören der Aufnahme!

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 67
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Apotheke

Links:

Link zum LY-Mittagstisch

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

Link zum LY-Mittagstisch „Happy Apotheke“

→ <https://www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch/details/66-happy-apo.html>

Homepage der Lachapotheke (im Shop können auch alle Produkte bestellt werden)

→ <https://www.lachapotheke-shop.com/>

Homepage von Nina Fuchs

→ <https://www.nina-fuchs.com/>

Instagram-Account der Lachapotheke

→ <https://www.instagram.com/lachapotheke/>

Instagram-Account von Nina Fuchs

→ <https://www.instagram.com/ninalachenwirkt/>

Buch: „Lass dein Herz lachen“ von Nina Fuchs

→ <https://www.lachapotheke-shop.com/produkt/buch-lass-dein-herz-lachen-eine-einladung-zu-mehr-lebensfreude/>