

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir freuen uns sehr, Sie und Ihre Freunde zu folgender Veranstaltung einzuladen:

Offenes Singen im Mai

mit

Chorleiterin Andrea Hartinger

Donnerstag, den 4. Mai 2023 – 19:00 Uhr

Pfarrsaal St. Raphael – Steppach

Kolpingstraße 8, 86356 Neusäß

Keine Vorkenntnisse erforderlich - Singen macht glücklich

Dass Singen die Stimmung verbessert und glücklich macht, wurde in mehreren Untersuchungen nachgewiesen. Beim Singen werden körpereigene Glückshormone ausgeschüttet. Endorphin, Serotonin, Dopamin und Adrenalin werden freigesetzt und verbessern so unseren Gefühlszustand. Zeitgleich werden Stresshormone wie Cortisol und Adrenalin abgebaut und die Abwehrkräfte gestärkt.

Wir freuen uns auf Ihre Stimme!