

# Zeige Dein Lächeln

Praxis für Gesundheitskultur, Ulrike Fahlbusch  
opti-school, Volkhard Schroth

Telefon 0761/8978388

Telefon 0761/2117947

Die Alltagsmasken erschweren derzeit eine wohltuende, gelingende und ermutigende Kommunikation, weil sie Wesentliches verbergen: unseren Gesichtsausdruck.

Wir haben nach Lösungen gesucht und so ist diese einfach herzustellende transparente Mund-Nasen Bedeckung entstanden.

Mittlerweile gibt es etliche Menschen, die diesen Schutz an ihrem Arbeitsplatz, beim Einkaufen und in öffentlichen Verkehrsmitteln anstatt der üblichen Stoffmasken tragen. Dieser Schutz erleichtert die Kommunikation und ermöglicht weitgehend freies Atmen. Ein weiterer Vorteil ist, dass die „Maske“ leicht zu reinigen ist, auch unterwegs.

Wir leben in einer herausfordernden Umbruchzeit. Umso wichtiger ist es jetzt, sich den auftauchenden Unsicherheiten und Ängsten zu stellen und gleichzeitig das Positive im eigenen Umfeld stärken.

Wie kann dies besser geschehen als durch freundliche, offene und respektvolle Begegnungen? Deshalb – mach`mit!

## Zeige Dein Lächeln

Lächeln verbindet Menschen - lächeln ist ansteckend.

Lächeln erzeugt positive Resonanz.

Ganz unmittelbar reagiert unser Körper mit der Ausschüttung von Glückshormonen.

Das stärkt im Übrigen nachweislich unser Immunsystem.



**Zeige Dein Lächeln**      Bleib sichtbar, ob mit oder ohne Alltagsmaske!

Die Herstellungsanleitung ist auf der Rückseite zu finden.

Alles Gute wünschen Ulrike Fahlbusch & Volkhard Schroth

PS: Diese transparente Alltagsmaske kann keinen medizinisch notwendigen Schutz ersetzen.

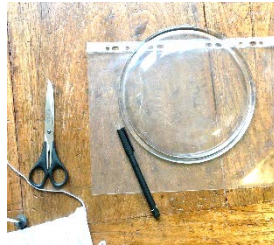
Hirschenhofweg 4  
79117 Freiburg

[www.ulrike-fahlbusch.de](http://www.ulrike-fahlbusch.de)  
[www.opti-school.de](http://www.opti-school.de)

# Zeige Dein Lächeln

Praxis für Gesundheitskultur, Ulrike Fahlbusch  
opti-school, Volkhard Schroth

## Anleitung zum Basteln der Klarsicht-Alltagsmaske



1 Materialien:  
Prospekthülle A4,  
wasserfester Stift, Gummi-  
Litze 5mm, Blumendraht,  
Klebeband



2 Mit Teller (ca. 24cm  
Durchmesser) anzeichnen



3 Ausschneiden



4 Blumendraht auf 5,5cm  
abschneiden



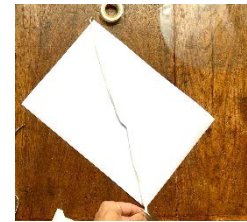
5 Draht an zwei Stellen  
durchstecken, um ihn zu  
fixieren



6 Draht von beiden Seiten  
mit Klebeband abdecken.



7 Klebeband auf die zweite  
Seite



8 Gummi-Litze auf die  
Länge von A4 diagonal  
abschneiden



9 Gummiband einfädeln - fertig

Hirschenhofweg 4  
79117 Freiburg

[www.ulrike-fahlbusch.de](http://www.ulrike-fahlbusch.de)  
[www.opti-school.de](http://www.opti-school.de)