

**Wir kommen zu Ihnen**

**Nach Delmenhorst und in den Landkreis Oldenburg**

**denn „Humor hilft pflegen“**

## Humor hilft pflegen

Liebe Pflege-Profis aus Delmenhorst und dem  
Landkreis Oldenburg,

ich glaube, „Seelenhygiene“ ist genauso wichtig  
wie Desinfektion!

Daher freue ich mich sehr, dass die Trainer:innen  
und „Humor-Profis“ meiner Stiftung nun zu Ihnen  
nach Delmenhorst kommen können.

Ich lade Sie herzlich ein, mit uns zu erkunden, wie  
Humor Sie persönlich stärken und unterstützen  
kann.



Ihr Eckart von Hirschhausen



## Humor kann man üben – z.B. mit uns!

Deshalb haben wir ein spezielles Workshopkonzept entwickelt, indem wir das, was Klinikclowns über **Humor** und damit **Kommunikation, zwischenmenschlichen Kontakt** und **Selbstfürsorge** wissen, an Sie weitergeben möchten.

In unseren Workshops wird aber niemand zum Clown und niemand muss sich lächerlich machen. Es darf auch gelacht werden – aber wir machen kein Lachyoga oder erzählen uns Witze (es sei denn, Sie haben einen besonders guten auf Lager...)




„Humor ist der Knopf, der verhindert, dass uns der Kragen platzt.“

Joachim Ringelnatz

## Was passiert genau in den Workshops?

Durch kleine Übungen, Spiele und gemeinsame Beobachtungen und Reflexionen erkunden wir:

- Was **Präsenz** ist und wie sie uns hilft
- Was wir tun können, um in der Kommunikation den Boden dafür zu bereiten, dass **Humor natürlich entsteht**
- Wie wir aktiv die **Perspektive wechseln** können und wie uns dies helfen kann
- Wie wir wahrnehmen und was wir tun können, um mit **schwierigen Situationen umzugehen**



„Wer andere pflegt,  
muss sich selbst gut  
pflegen.“

Eckart v. Hirschhausen

## Wie sind die Rahmenbedingungen?

- Wichtig: die Teilnehmer:innen müssen für die Dauer des Workshops vom Dienst freigestellt werden
- Dauer: 3,5 Stunden
- Teilnehmeranzahl: min.12, max. 20
- Raum: wir benötigen einen Raum, der groß genug für alle Teilnehmer:innen in einem Stuhlkreis ist und in dem die TN zudem frei umhergehen können
- Technik: gern nutzen wir Beamer und Flipchart



## Forschung

### Wir wollen es genau wissen

Wir erforschen Humor, weil wir es genau wissen möchten.

Daher kooperieren wir für das Projekt „Humor in der Pflege“ in Delmenhorst und im LK Oldenburg mit dem **Bayerischen Forschungszentrum Pflege Digital**.

Die Teilnehmer:innen werden in den Workshops gebeten, einen anonymen Fragebogen auszufüllen.

Einen weiteren Fragebogen schicken wir Ihnen ca. 3 Monate nach dem Workshop zu und bitten Sie, diesen an die Mitarbeitenden, die an dem Workshop teilgenommen haben, auszuhändigen.

**Helfen Sie mit, die Wirkung von Humor genauer zu erforschen!**



## Wie organisieren wir die Workshops?

Hier können Sie Workshoptermine verbindlich und bequem buchen:

[https://www.humorhilftheilen.de/buchung\\_delmenhorst/](https://www.humorhilftheilen.de/buchung_delmenhorst/)

Sollten Sie Fragen oder Wünsche haben, melden Sie sich gern bei unserer Projektleiterin:

**Lea Böttger**

[l.boettger@humorhilftheilen.de](mailto:l.boettger@humorhilftheilen.de)

Telefon: 0228 24336571

Mobil: 0179 5479936

Erreichbar Mo, Di, Do, Fr 09:30 – 16:30 Uhr



## Unsere Trainer:innen in Delmenhorst/Oldenburger

### Andreas Bentrup

Andreas ist ausgebildeter Schauspieler, Theaterpädagoge, Klinikclown und fachlicher Leiter für unsere Workshops. Er bringt viel Erfahrung mit und reist aus Hildesheim an.



### Inge Schäkel

Inge Schäkel ist ausgebildete Schauspielerin, Montessori- und Theaterpädagogin. Als „Fräulein Rose“ sorgt sie mit 50er-Jahre Musikkabarett in vielen Senioreneinrichtungen für ordentlich gute Stimmung.



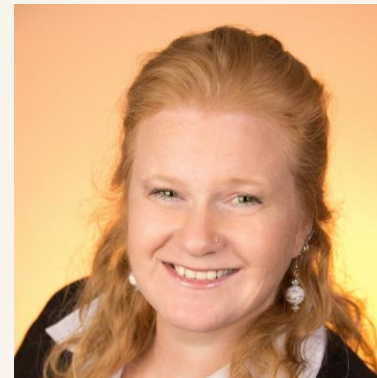
### Markus Weise

Markus, unser Mann in Delmenhorst, ist Berufsschullehrer an der BBSII und u.A. ausgebildeter Theaterpädagoge, Klinikclown und Humortrainer. Und noch viel mehr, fragen Sie ihn mal!



### Andrea Voermann

Andrea ist seit über 20 Jahren als Klinikclownin und Humortrainerin tätig. Derzeit lebt sie, gebürtige Ostfriesin aus Leer, in Oldenburg.







**Wir freuen uns auf Sie!**

**[www.humorhilftheilen.de](http://www.humorhilftheilen.de)**



# Über uns

## die Stiftung Humor Hilft Heilen

## Warum gibt es Humor nicht auf Rezept?

Humor ins deutsche Gesundheitswesen zu bringen, ist mir eine Herzensangelegenheit.

Dazu habe ich im Jahr 2008 die **Stiftung Humor Hilft Heilen** gegründet.

Tagtäglich schaffen wir menschliche Begegnungen, die es ohne die Stiftung nicht geben würde.



Eckart von Hirschhausen



## Augenblicke, die bewegen

Lachen verbindet Menschen – insbesondere in schweren Zeiten. Deshalb bringen wir auf vielen kreativen Wegen positive Impulse und heilsame Stimmung in ganz Deutschland dorthin, wo es gerade wenig zu lachen gibt.

Dabei ist die Wissenschaft auf unserer Seite: Gesunde können sich kranklachen – und Kranke gesund!



## Begegnungen auf Augenhöhe – mit Augenzwinkern



### Klinikclowns

Über **10.000** Clownsvisiten für Kinder, Erwachsene und Senioren in Kliniken und Pflegeeinrichtungen.



### Workshops

Über **1.300** Humortrainings für Pflegeschüler und Pflegeteams.



### Forschung

Wissenschaftliche Evaluationen zur heilsamen Wirkung von Humor.

## Momente, die bleiben – ein Leben lang

### Kinderstation

Klinikclowns bringen schöne und verrückte, berührende und glückliche Momente in die Einrichtungen.

### Pflegekräfte im Beruf

In unseren Workshops erhalten die Profis auf der Station Instrumente, die sie im aufreibenden Alltag unterstützen

### Frühchenstation

Durch Musiktherapie werden Neugeborene in ihren ersten Lebenswochen bei der Entwicklung unterstützt

### Pflegeausbildung

An mehreren Pflegeschulen sind wir mit unserem Curriculum fester Bestandteil der Ausbildung

### Palliativstation

Mit sensiblem Humor begegnen die Klinikclowns hier den Patient:innen