



*Eine lose Sammlung von Ideen, Materialien, Anregungen und Wünschen aus dem Hause HumorCare Schweiz – von Mitgliedern, mit Mitgliedern, für Mitglieder ...*

## Worte des Präsidenten.

### Liebe Leute von HumorCare Schweiz

Und wieder hält Ihr unser Blatt in den Händen. Das achte schon. Den elektronischen Medien zum Trotz etwas «Handfestes». In Ergänzung zu unserer website [www.humorcare.ch](http://www.humorcare.ch). Zwei Informationsplattformen, die einen Beitrag zur Festigung und Überzeugung Eurer Humorarbeit leisten sollen.

HumorCare Schweiz hat in den letzten 3 Jahren an Wahrnehmung und Prominenz gewonnen, nicht zuletzt dank den engagierten Auftritten einzelner Mitglieder, Presseartikeln, (und) Anfragen über das Internet und den zunehmenden Besuchen unserer Website. Im letzten Jahr wurden meines Wissens drei Diplomarbeiten über Humoranwendungen im Gesundheitsbereich geschrieben. Alle mit Bezug auf unseren Verein. Eine Gymnasialklasse widmete im Rahmen einer Projektwoche einen ganzen Tag ihrem Interesse an der Humorarbeit von HumorCare Schweiz und seinen Mitgliedern. Gut so. Im weiteren stelle ich erfreut fest, dass auf Flyern, Visitenkarten, Broschüren und Webseiten vermehrt

Eure Mitgliedschaft erscheint. Diese soll als «Qualitätssiegel» für solide Humorarbeit gelten.

Im Rückblick auf letztes Jahr sind die neuen HumorCafés in Bern, Zürich und St. Gallen eine erfreuliche Bereicherung unseres Vereinslebens. Ich muntere Euch auf, diese zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch zu besuchen. Termine und Orte sind unserer Website zu entnehmen.

Beachtet das Datum vom **5. März 2010**, an dem in Olten unsere jährliche Generalversammlung stattfindet. Die Einladung erhält Ihr separat. Wir werden u.a. über neue ethischen Richtlinien und die revidierten Statuten diskutieren und befinden – deshalb scheint es uns wichtig, dass mögliche viele von Euch anwesend sein werden.

Obwohl das neue Jahr schon gehörig angebrochen ist, wünsche ich Euch mit meinen Kolleginnen und Kollegen im Vorstand und im Redaktionsteam ein rundum gesundes und von vielen humorvollen Erlebnissen bereichertes 2010.

*Beat Hänni, Präsident HumorCare Schweiz*

### Aus dem Vorstand

HumorCare Schweiz erreicht Mitgliederhöchststand: 135.

## HumorForum 2009.

«**Humorvolle Kommunikation in sozialen Berufen**» lautete das Thema am 7. November 2009 in Aarau im Weiterbildungszentrum für Gesundheitsberufe (WE'G).

Und wieder war es der störrisch-störende Putzgeist LINA (Regula Pavelka), der unserem Präsidenten in die Eröffnungsworte fiel. Er liess es gewähren, hatte sie doch allerhand zur verklemmten betriebsinternen Kommunikation zu bemängeln. «Als Putzfrau macht man so seine Beobachtungen», meinte sie schelmisch und hatte die Lacher auf ihrer Seite.

Mit seinem Impulsreferat und wohlgewählten Karikatur- und Comics-Illustrationen machte sich Professor Johannes Gruntz-Stoll engagiert für mehr Humor im Unterricht stark und ertete Applaus für seine kernig-heiteren Aussagen und Anregungen.

Schnittstellen der Humorarbeit bot die von allen Teilnehmern besuchte Humorbörse. Sie gab Gelegenheit zu Erfahrungsaustausch und Inspiration.

Wie das ureigene Humorpotential für die zwischenmenschliche Kommunikation mobilisiert werden kann, wurde in den vier Workshops gezeigt: Clownesk (Monica Hary), in spielerischem Humortraining (Sandra Rusch, Heidi Stolz), kommunikativ-zaubernd (Ueli Lerch) und stressbewältigend (Max Burger).

Einmal mehr zeigte sich auch an dieser **Humor Forum**-Ausgabe, wie viel praktische und vielseitige Erfahrung bei HumorCare Schweiz und seinen Mitgliedern vorhanden ist und im Austausch für die eigene Humorarbeit an diesem Anlass vermittelt werden kann.

### Buchtipp

... und wieder mal ist mir ein Buch ins Auge und dann in die Hände gefallen:

#### «Wir Humortrainer kochen auch nur mit Wasser»

behauptet Dr. Eckart von Hirschhausen in seinem Vorwort zu dem Buch «Humor im Business – Gewinnen mit Esprit und Witz» und relativiert damit auf sympathische Art die Versprechungen vieler Humorbücher und -Seminare. Das genannte Buch von A. Kresse und E. Ullmann (Cornelsen Verlag 2008 – ISBN 978-3-589-23599-5) ist meines Erachtens auch für nicht-Business-Menschen lesenswert, weil es sich auf den ersten 70 der über 170 Seiten mit grundlegenden Informationen über den Humor (z.B. Anatomie des Lachens; Humor- und Lachforschung; Humor und Witz ...) und einer kurzen und umfassenden Übersicht über Humortechniken beschäftigt. Die anderen 70 Seiten sind dann dem Humor im Business gewidmet. Abgeschlossen

wird das Ganze mit einem «Speedcoaching zur eigenen Humorpraxis». Hierzu empfiehlt Hirschhausen: «Gebrauchsanleitung lesen und ausprobieren ... deshalb braucht man Situationen und Menschen mit denen man üben kann. Und Übung macht den Meister – irgendwann überflüssig».

Wer könnte besser Situationen und Menschen bieten, als Humorcare?

Wenn sich 10 Leute bei mir melden, die Interesse an gemeinsamem Üben haben, organisiere ich einen Übungstag. [h-g.lauer@humorcure.ch](mailto:h-g.lauer@humorcure.ch)

### Internet-Tipp

Wer sich für alles, was um den Humor rum passiert und geschrieben wird, interessiert und sich nicht sehr vor Unmengen Text fürchtet, erstellt ein «Alert» bei google ([www.google.de/alerts](http://www.google.de/alerts)) mit dem Suchbegriff «Humor» – und schon flattert Dir täglich oder wöchentlich alles in die Mehlbox, was zu diesem Thema geschrieben ist. Einiges ist brauchbar.

---

*In der Absicht, eine Brücke zwischen der Liga der Humorforscher und den Humorpraktikerinnen und -praktikern zu schlagen, figuriert seit kurzem auf unserer Website ein Humor-Forschungs-Link.*

### 10th Int. Summer School and Symposium on Humour and Laughter, 05.–10.07.2010

Interdisziplinäre und internationale Weiterbildungsveranstaltung zu «Theorie, Forschung und Anwendung von Humor». Diese «Summer School» wird von *HumorCare Schweiz-Mitglied Willibald Ruch* seit 2001 veranstaltet und die diesjährige Jubiläumsveranstaltung (10th International Summer School and Symposium on Humour and Laughter) wird erstmalig in Zürich stattfinden. Weitere Informationen und Anmeldung auf der Webseite [www.humoursummerschool.org/10/index.html](http://www.humoursummerschool.org/10/index.html)

*Die Veranstaltung wird in englischer Sprache abgehalten!*

---

### «T(h)un Sie lachen» 2010

19.–20. Februar 2010

Tagung in Thun mit dem HumorCare Schweiz-Mitglied Marcel Briand.

Thema: «Humor, Musik und Bewegung»

[www.thun-sie-lachen.ch](http://www.thun-sie-lachen.ch)



**Spieltag** mit Hans-Georg Lauer am 20. März 2010 in Thun: Anmeldung und Info bei: [christina.vongunten@bluewin.ch](mailto:christina.vongunten@bluewin.ch)

### HumorCare Schweiz – Internas

HumorCare-Website: [www.humorcure.ch](http://www.humorcure.ch)  
Zugang: 1. Menu links – Link: • I n t e r n a s  
(Download der aktuellen Mitgliederliste, interne Mitteilungen usw.)

**Passwort: Werden Sie Mitglied!!!**

### 11. Internationaler Humorkongress 2010 Bad Zurzach



Humor Bad Zurzach

#### «Ein Glücksfall – Humor»

**Freitag, 17.–19. September 2010**

Ein Glücksfall ist es, wenn man «mit Humor arbeiten» darf. Bei dieser Ausdrucksweise sind alle denkbaren Interpretationen ausdrücklich erwünscht ...

Arbeit ist aber bekanntlich nur das halbe Leben. Der Kongress wird Dir Möglichkeiten aufzeigen, wie Humor Dein Arbeitsumfeld und Deinen persönlichen Alltag bereichert. Der Anlass baut auf ein tragfähiges wissenschaftliches Fundament und bringt hinter sinnigen Humor in der Praxis ins Spiel.

*Am Freitagnachmittag, 17. September gestaltet HumorCare Schweiz mit den Huusglön ein Workshop-Programm.*

Anmeldung und Infos:  
[www.humor-badzuzrach.ch](http://www.humor-badzuzrach.ch)

Rosi Gross empfängt uns in ihrer putzigen Wohnung in Basels Gundeldingerquartier. Sie gehört zu unsern Mitgliedern der ersten Stunde. Ihr Lebenslauf ist so bunt und vielseitig wie die farbenfrohe Ausstattung ihrer gemütlichen Behausung – ein Spiegelbild des Weges, den ihr Leben genommen hat. Rosi ist 1933 geboren. Wir wiederholen: 1933.

*Wir fragen:*

*Wir kennen Dich als quirlige, unternehmungslustige und humorvolle Person. Woher nimmst Du denn mit 76 Jahren Deine Energie?*

**Rosi:** Ich glaube an das Gute in allen Menschen und freue mich, wenn ich dies durch meine Worte und Taten in den mir begegnenden Menschen verstärken kann und ihren Glauben an sich selbst festigen helfe. Aus der Freude erwächst mir die Kraft, der Mut und die Zuversicht, dass gelingen wird, was ich anstrebe.

*Erzähle uns etwas aus deiner Kindheit und Jugend, das deinen Lebenslauf besonders geprägt hat.*

**Rosi:** Ich bin als Tochter eines erfolgreichen Eislauftainers mit meiner Zwillingsschwester als Kinderstar hart gefordert, aber vom Publikum verwöhnt und bewundert worden.

*(Rosi Gross trat mit ihrer Schwester bereits mit 6 Jahren als Eislauf- und Rollschuhakrobatin, Ballet- und Steptänzerin auf.)*

Als meine vier Teenagerkinder mir im und ums Haus einige Arbeiten abnehmen konnten, begann ich in der Krankenpflege zu arbeiten. Zuerst nur einen Tag pro Woche bis ich sicher war, dass ich im Pflegeberuf die Lehre als Krankenschwester beginnen konnte. Nach erfolgreich abgeschlossener Lehre wurde ich einige Jahre später angefragt, ob ich die Kaderschule des Roten Kreuzes besuchen wolle, um die Ausbildung zur Lehrerin anzutreten.

*Stimmt es, dass Du als werdende Lehrerin für Krankenpflege die Diplomarbeit über «Humor in der Krankenpflege» geschrieben hast?*

**Rosi:** In der Grundausbildung zur Krankenschwester habe ich wenig Humor erlebt oder nur von Patienten. Das Pflegepersonal stand meistens unter erheblichem Stress und kämpfte mit Übermüdung. Meine heitere, positive Art wurde von Mitarbeiterinnen oft als «unecht» oder unpassend bezeichnet, was mich zunehmend traurig stimmte. Ich war an den Umgang mit Künstlern aller Sparten gewöhnt und wurde so wie ich war geliebt. Im Umgang mit Patienten aber liess ich mich nicht beirren und lebte meinen Humor zu deren Freude, so oft es die Situation zulies.

*Du hast Dich in der Humorarbeit der Clownin verschrieben. Welche Clownfigur gibst Du Dir?*

**Rosi:** Die klassischen Clowns der Commedia dell'arte und des Zirkus sind hinlänglich bekannt und auch nicht wegzudenken. Meine Figur ist die «Grossmutter-Nonna-Babuschka», je nach Land. Ich fühle mich in dieser Gestalt wohl und natürlich, was mir erlaubt, frei von der Leber weg zu sprechen und zu handeln. Es beflügelt meinen Einfallsreichtum und die Spontaneität auf Unvorhergesehenes humorvoll zu reagieren. Da ich meine Aktivitäten lustig kommentiere, wenn ich die Sprache des jeweiligen Landes kenne, so nutze ich dies sehr gern.



*Erzähle uns etwas über Deine diversen Clownaktivitäten.*

**Rosi:** Der Besuch bei den Ärmsten der Armen und bei den Reichsten der Reichen, sowie der Tag bei den Taub-Blinden sind die drei ausgefallensten Erlebnisse meiner letzten Russlandreise im November 2009.

Rosi Gross war schon achtmal mit Patch Adams und seiner Clowngruppe in Russland unterwegs und einmal mit seinem Bruder in Italien. Das letzte Mal im November 2009, mit 40 Clowns und Clowninnen aus 11 Nationen. Sie besuchten Waisenhäuser, Behindertenheime und Kinderspitäler (siehe auch [www.humorcare.ch](http://www.humorcare.ch) – unter «Aktuelles» – Aktivitäten von HC-Mitgliedern – Bericht der Clownreise 2008).

*Danke Rosi für dieses beeindruckende Gespräch und Deine warme Gastfreundschaft. Wir wünschen Dir weiterhin viel Gesundheit und ungebrochenen Elan in Deiner Humorarbeit.*

*Schlussbemerkungen: Rosi Gross hat sieben EnkelInnen und wird bald zum fünften Mal Urgrossmutter. Neben ihrer Clown Aus- und Weiterbildung entwickelte sie schon früh Interesse an Fremdsprachen (italienisch, französisch), Malen und Zeichnen und gründete ihre eigene Schule für Privatunterricht in Basel. Sie hat unzählige Kostüme selber geschneidert.*

**«Humor-Biografien» ...**  
... unter dieser Rubrik wollen wir Humorlebensgeschichten von HumorCare-CH-Mitgliedern erzählen. Wir laden Euch ein, Eure Humorbiografie zu überdenken und uns zur Veröffentlichung in einer der nächsten Nummeris zu übermitteln.

# Stiftung Humor und Gesundheit.

**Kennt ihr diese Stiftung schon?  
Sie feiert dieses Jahr den 5. Geburtstag**

## Geschichte

Im Frühjahr 2005 sassen fünf Gleichgesinnte zusammen und fanden sich in der Überzeugung, dass der therapeutische Humor noch besser bekannt und verankert werden muss. Für Projekte mit diesem Ziel fehlen jedoch oft die finanziellen Mittel.

## Zweck

Deshalb wurde die Stiftung «Humor und Gesundheit» gegründet. Sie bezweckt die Initiierung und Förderung von Projekten, die therapeutischen Humor zum Wohle erwachsener, körperlich oder geistig behinderter, betagter, dementer Menschen und deren Angehörigen einsetzt. Ebenso sollen Mitarbeitende der Pflege und Betreuung im Zentrum von Humorprojekten stehen.

Die Stiftung untersteht der eidgenössischen Stiftungsaufsicht. Die Spenden sind steuerlich abziehbar.

## Projekte

Die unterstützten Projekte sind innovativ, nachhaltig und fördern Humor gezielt. Einige der über 20 Projekte, die wir bereits unterstützt haben, sind hier aufgelistet

- Ein Zirkusprogramm mit aktiver Beteiligung von psychisch beeinträchtigten jungen Erwachsenen
- Eine Clowngruppe, deren Mitglieder Hausbesuche bei Familien mit behinderten Angehörigen machen
- CD eines musikalisch-heiteren Aktivierungskonzeptes für Demenzerkrankte
- Anschubfinanzierung eines «Heiterkeitspflegers» im Rahmen eines umfassenden Humorkonzeptes in einem Alters- und Pflegeheim.

STIFTUNG

HUMOR & GESUNDHEIT

## Was die Stiftung Humor und Gesundheit wünscht/braucht:

Ernsthafte, nachhaltige und innovative Humorprojekte, die einer Anschub- oder Teilfinanzierung bedürfen. Im Rahmen unserer Möglichkeiten – wir sind noch eine kleine, junge Stiftung – versuchen wir gerne zu helfen.

Es können Projekte sein wie z.B.:

- einige Monate regelmässig «Humor mit Betagten» in einem Alters- und Pflegeheim und ein illustrierter Kurzbericht zu den Erfahrungen und Wirkungen
- Humor im Rahmen der Aktivierungstherapie und damit Verankerung von Humor in einem Angebot eines Pflegeheimes
- Foto-Dokumentation zu Humor im Pflegeheim – für einmal ohne Clowns
- Produktion eines bestehenden Humortagebuches zu einem Buchband
- Unterstützung von pflegenden Angehörigen durch Humor.

Die Stiftung ist offen für Eure Ideen und Projekte.

## Anträge

Stiftungsunterlagen und Anträge könnt ihr über die Geschäftsstelle Stiftung Humor und Gesundheit, Picassoplatz 4, 4002 Basel erhalten oder über die Website [www.stiftung-humor-und-gesundheit.ch](http://www.stiftung-humor-und-gesundheit.ch) herunterladen. Der Stiftungsrat trifft sich 2–3 Mal im Jahr. Die Antragstermine sind der 28. Februar und der 31. August des laufenden Jahres.

## Gesucht Clowns aus der Nordwestschweiz

Wir suchen für unsere Clowneinsätze in der Nordwestschweiz neue ausgebildete Clowns, die sich für unseren Verein engagieren und die anspruchsvolle Aufgabe übernehmen möchten. In der Regel machst du Hausbesuche zu zweit bei jungen und älteren Menschen mit einer geistigen und/oder körperlichen Behinderung. Oder du besuchst Menschen mit einer chronischen Erkrankung. Wir erwarten auch eine aktive Mitarbeit in unserem Verein und die Bereitschaft zur internen und externen Weiterbildung.

**Weitere Auskünfte: Fredi Buchmann**  
Neumattstrasse 43, 4103 Bottmingen BL  
Tel. 061 422 03 64  
E-Mail: [fredi.buchmann@bluewin.ch](mailto:fredi.buchmann@bluewin.ch)  
Website: [www.huugloen.ch](http://www.huugloen.ch)



Wie freuen uns auch auf spannende Diskussionen und natürlich auch auf alle Eure Beiträge und Reaktionen:  
DIE BLATTONIKEN BeatBeateBeatriceEnricoHans-Georg