1/2017

HumorCare

HumorCareBlatt

Eine lose Sammlung von Ideen, Materialien, Anregungen und Wünschen von HumorCare – von Mitgliedern, mit Mitgliedern, für Mitglieder ...

HumorCare-GV: Sa 18.03.2017 (s.S. 4*)

Editorial ...

Liebe HumorCare-Mitglieder

«Bloss nicht den Humor verlieren in dieser gestressten Welt!», meinte kürzlich ein Bekannter zu mir. Ich muss an die betagte und gebrechliche Frau in meiner Humorwerkstatt im APH denken, die uns allen gut verständlich zurief: «Ohne meinen Humor wäre ich nicht mehr da!». Und in den Bekanntschaftsanzeigen (es gibt sie noch!), hält man nach dem «humorvollen Partner» oder der «Lebenspartnerin mit Humor» Ausschau. Humor ist gefragt. Mehr denn je, wie mir scheint. Just diese kostbare Ressource «Humor» ist uns von HumorCareSchweiz inne und beflügelt und erleichtert unsere Aktivitäten, lässt den Stress nicht an uns heran. Unterhaltungshumor in Ehren, doch bei diesem gehts nur um den kurzfristigen, spontanen Lacher.

In meinen Gesprächen mit HumorCare-Mitgliedern wird mir immer wieder bewusst, dass es die Wertschätzung des Humors mit all seinen gelebten Anwendungen im beruflichen, wie im privaten Alltag ist, der uns zusammenhält. Doch ein Verein besteht nicht nur aus einer Mitgliederliste, sondern lebt durch seine Aktivitäten, die Gelegenheit zum Austausch und zum sich Kennenlernen geben. Die Humortreffs (Bern, Basel, St. Gallen), die ernst-heiteren Mitgliederversammlungen, die Schifffahrt auf dem Thunersee, die Weiterbildungen unserer Clowns (Huusglön, CareClowns®), der HumorCareTag, eine informative neue Website, Humorkongresse und dieses HumorCareBlatt. Auch im neuen Jahr wird es diese Gelegenheiten geben und ich lade euch ein, daran teilzunehmen. Kommt an die GV in Olten (Einladung folgt), wo wir über die Zukunft unseres Vereins befinden und lasst euch das vielseitige Programm des Humorkongresses in Basel vom kommenden 16./17. September 2017 nicht entgehen (s.S. 2). In der Hoffnung, euch dort anzutreffen, wünsche ich euch und euren Lieben Gesundheit und viele humorvolle Momente im neuen Jahr. *Beat Hänni*

HumorCareTag 2016 in Bern ...

(Text und weitere Bilder s.S.2)

... HumorCareTag 2016 in Bern ...

An die 40 sonntäglich-heiter gestimmte HumorCare-Mitglieder pilgerten am 20. November 2016 zum traditionellen HumorCareTag in der schmucken «Villa Stucki» zu Bern. Die Vorstandsmitglieder Franziska Fruttiger und Fredi Buchmann hatten eingeladen und waren die engagierten Macher des perfekt organisierten Anlasses. Ein klangvoller Empfang bei Ankunft der Gäste: virtuose Weisen auf Salome Guggisbergs Geige und akustisch begleitetes Gelächter der übergrossen Porträts alter Menschen der Fotografin Stephanie Meier (s.m.foto@gmx.ch).

In Plenumsvorträgen des Vormittags stellte HumorCare-Mitglied Dr. Jenny Hofmann, Oberassistentin bei Prof. Dr. Willibald Ruch (HumorCare-Mitglied, Psychologisches Institut an der Uni Zürich), überzeugend Projekte vor, die aufgrund der Zusammenarbeit von Forschung und praktischer Humorarbeit realisiert werden konnten. Prof. med. Jürg Kesselring, Chefarzt Neurologie und Neurorehabilitation an der Klinik Valens (GR) gelang es humorvoll und unter aktiver Beteiligung seiner Zuhörer, das Wesen des Lachens zu ergründen.

Nach einem würzigen Mittagessen im nahegelegenen Kultur-Restaurant «laCULTina» verteilten sich die Teilnehmenden auf die diversen Workshops, die den gelebten Humor aus seinen verschiedenen Blickwinkeln zum Inhalt hatten. Das Abschlussfoto der munteren Gesellschaft, mit selbstgebastelten Narrenkappen, durfte nicht fehlen. Damit keine Missverständnisse entstehen: beim Inhalt der Gläser handelte es sich um eine alkoholfreie Beerenfruchtbowle. *(Mehr Bilder in der Bildergalerie HC-Website.)*

HumorCare-Mitglieder erwarten den Auftakt zum HumorCareTag.

Dr. Jenny Hofmann, Oberassistentin bei Prof. Willibald Ruch (ETH-ZH).

Prof. med. Jürg Kesselring, Chefarzt an der Klinik Valens (GR).

Porträts alter Menschen der Fotokünstlerin Stephanie Meier.

Neues vom Humorkongress 2017 ...

Die Vorbereitungen für den Humorkongress 2017 sind fast vollendet: Das Programm steht, die Referentinnen und Referenten haben erfreut ihre Teilnahme zugesagt und ihre Angebote beschrieben. In wenigen Tagen kommt das Vorprogramm heraus und jedes HumorCare-Mitglied kann sich zum Superspezialsonderpreis anmelden. Besonders interessant sind natürlich die Frühbucherrabatte.

Es wird thematische Schwerpunkte geben: eine Schiene beschäftigt sich mit «Humor und Gesundheit», eine andere mit «Humor und Soziales». Daneben gibt es – quasi als berufliche Weiterbildung – am Samstag gesonderte Beiträge für Lachtherapeuten und am Sonntag für Clowns.

Wer das monatlich erscheinende elektronische Humorkongressblatt, in dem das HK-Programm und die Referenten genauer vorgestellt werden, beziehen möchte, wende sich an Romy Marty – und schon ist es in der Mailbox: ***sekretariat@humorcare.ch***

Nähere Informationen und Anmeldung über www.humorkongress.ch. HumorCare Mitglieder haben Spezialrabatt!!!

Interview mit Elisabeth Schmider ...

Elisabeth, erzähle uns bitte etwas aus deinem Lebenslauf:

Ich bin auf einem Bauernhof mit drei Geschwistern aufgewachsen. Mit 26 habe ich geheiratet und war danach Ehe-, Hausfrau und Mutter eines Sohnes, der mit 19 Jahren an den Folgen eines Unfalls starb. Heute lebe ich alleine, auf eigenen Füssen. Ich liebe die Natur mit ihrer stillen Selbstverständlichkeit und erfreue mich an meinem Büsi «Saloy». Am Sonntag gehe ich gerne in den Gottesdienst, um neue Impulse zu erhalten und singe seit einer kleinen Ewigkeit in einem Kirchenchor. Zudem bin ich im Kirchgemeinderat als Ressortverantwortliche für Diakonie, Erwachsenenbildung, Kultur, OeME und Seniorenarbeit.

Mein Beruf als Krankenpflegerin habe ich bis zur Heirat ausgeübt und bin vier Jahre nach der Geburt unseres Sohnes wieder eingestiegen und zwar in einem Altersheim. Kurze Zeit später konnte ich im gleichen Haus eine handwerkliche Aktivierung aufbauen, die ich 15 Jahre leitete. Leider nahmen meine gesundheitlichen Schwierigkeiten wegen des Rheumas stetig zu und so wurde es Zeit, mich aus diesem Berufsleben zu verabschieden. Während dreier Monaten des Jahres bin ich in Madagaskar in meinem «Hilfe zur Selbsthilfe»-Projekt tätig.

Du engagierst dich sehr für dieses Projekt in Madagaskar. Kannst du uns dieses etwas näher beschreiben?

Frauen gründeten einen Verein dieser heisst Tsimanavaka – was auf Deutsch heisst: «Alle haben die gleichen Rechte». Er dient zur Schulung von Frauen und Mädchen ab 14 Jahren. Mit dem erlernten Wissen erhalten sie eine Verdienstmöglichkeit. Unsere Themen sind: Haus- und Landwirtschaft, Gesundheit, Handarbeit, neue Kochrezepte erlernen, energiesparendes Kochen, Verkaufsmöglichkeiten ausfindig machen, Gemüseanbau, Heilkräuterkunde, umweltfreundliche Düngung, Kleintierzucht, eigene Biographie kennen lernen, Hygiene, Sport (Basketball/Fussball) Familienplanung, Bibliothek, Musik und Theater, Glaubensleben. Die Spenden werden gebraucht für: Schulungsmaterial, Kleinkredite, Löhne, Mitarbeitende und Lehrpersonen, Übersetzer, Koordinator und Spesen. Ich selber schaffe unentgeltlich, sowie alle Mithelfer in der Schweiz.

Hat es in dieser anspruchsvollen Projektarbeit auch Platz für Humor?

Lachen ist ein Lebenselixier und gehört zum Alltag. Hätten die Madagassen den Humor und das Lachen nicht, wäre es bald zum Verzweifeln. Oft fehlt es am Nötigsten, ohne Aussicht auf Änderung, also ist die beste Methode darüber zu lachen. Gibt es in Tsimanavaka ein schwieriges Problem, wird herzhaft gelacht. Je nach dem kann es dann vorkommen, dass ich diejenige bin, die sagt: «Frauen, wir können schon lachen, aber wir brauchen auch eine Lösung für das Problems».

Ist Madagaskar ein Land zum Reisen?

Es ist ein Land mit fröhlichen, hilfsbereiten Menschen, die in grosser Armut leben. Wer die Begegnung mit dieser Armut nicht scheut und kein «erniedrigendes Mitleid» zeigt, dem kann ich das Land nur empfehlen. Wer sich bei mir meldet, dem kann ich sogar ein geeignetes Fahrzeug mit kompetentem Chauffeur und Reiseführer anbieten.

Du bist als Clown unterwegs. Was hat dich zu dieser Humorarbeit motiviert und wie hast du dich dazu ausgebildet?

Ich habe immer gerne in Laientheatern mitgespielt. Irgendwann fand ich, ich könnte doch eine Clownschule besuchen. Die Grundausbildung absolvierte ich bei David Gilmore und anderen Fachpersonen. Bei den Weiterbildungen ist mir wichtig, mich nicht auf die Clownerie zu beschränken, sondern mich auch in andern Themen weiterzubilden, da Clownerie für mich ein breites Spektrum umfasst, mein Clown soll ein «ganzheitliches Leben» haben.

Beschreibe uns den Clown in dir.

Kunigunde ist behutsam, herzlich, fröhlich, aber nicht ausgelassen, bei der Sache, verliert sich kaum, authentisch, ideenreich, spielerisch, kameradschaftlich, nimmt Raum und gibt ihn weiter. Kunigunde möchte das Herz berühren, darum ist in meinem Briefkopf ein Herz. Die Arbeit als Clownin erfüllt mich mit einer tiefen inneren Freude. Humor gehört zu meinem Leben.

Du gehörst zur Gruppe der «Huusglön» und der der «CareClowns®» von Humor Care. Gibt es da Gemeinsamkeiten und Unterschiede in deiner Clownarbeit?

Gemeinsam sind die rote Nase und die Liebe zu den Menschen. Unterschiedlich ist der Ablauf. Als Huusglownin besuche ich mit einer PartnerIn eine behinderte oder schwer erkrankte Person. Diese kann bis zu zehn Personen einladen. Für die besuchte Person stellen die beiden Clowns ein kleines Programm zusammen, das je nach Situation während des Spiels auch abgeändert werden kann. Als CareClown® bin ich alleine in einem Alters- und Pflegeheim unterwegs. Ich besuche Bewohner, die kaum am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Meine Arbeit ist Wahrnehmen, Spüren und improvisiertes Spiel – spontan aus dem Moment heraus – wie es eben gerade passt.

CareClowns® tauschen sich aus ...

CareClown®
begegnen, bewegen, berühren

An einem Herbstsamstag war ein Treffen der CareClowns® in Olten angesagt. Es galt einem ersten Erfahrungsaustausch, nachdem alle den Vertiefungskurs mit Ulrich Fey und einen supervisierten APH-Besuch absolviert hatten. Unter der umsichtigen Moderation von Vorstandsmitglied Franziska Fruttiger konnte jeder Anwesende seine Anregungen und Erwartungen in die Runde einbringen. Hauptziel der Retraite war die Entwicklung eines Teamgeistes innerhalb dieser besonderen Clowngruppe, die Teil der HumorCare-Initiative «Glücksmomente – Humor kennt kein Alter» ist. Eine Kerngruppe bestehend aus drei designierten Clowns wird die Kontinuität konzeptionell sicherstellen.

Die Huusglön danken ...

Huusglön
Besuche mit Humor und Herz

Der Frauenverein Horben u. Umgebung mit 40 Mitglieder organisiert jedes Jahr den beliebten Purezmorge in Luckhausen. Der Erlös geht jedesmal an eine gemeinnützige Organisation. Diesmal durften wir diesen grosszügigen Betrag entgegennehmen. An diesem wunderschönen Sonntagvormittags-Brunch kamen ca. 400 Leute. Darunter auch viele Familien mit Kindern. Es war ein gemütliches, freudiges Dorffest. Clown Pablo schenkte Kindern und Erwachsenen manches Lachen und steckte sie mit seiner Spielfreude an.

Am 14. Grafenrieder Wiehnachtsmärit ging die Hälfte vom gesamten Erlös an die Huusglön. Die Huusglön Circolina und Fridolin erfreuten mit ihrem Spiel und Präsenz so manche Kinder mit deren Familien und Erwachsenen. Ein herzliches Dankeschön den beiden!

Herzlichen Dank an alle Spenderinnen und Spender für unseren Trägerverein Huusglön. Danke an alle, welche sich für uns engagieren und weitersagen, dass es uns gibt. DANKE, DANKE, DANKE!

Ich wünsche euch allen frohe Festtage und einen guten Start ins neue Jahr 2017! *Patrick Hofer, Präsident*

HUMOR-TREFFS 2017: siehe HumorCareWebsite: wwww.humorcare.ch

HumorCareSchweiz an der Herbsttagung des SBK ...

Herbsttagung des Schweiz. Berufsverbandes der Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner (SBK), Sektion Bern

«Humor in der Pflege» durfte an dieser Veranstaltung nicht fehlen! Wir waren mit einem Standtisch anwesend, vom Berner HumorCare-Mitglied Madeleine Theiler kompetent betreut (s. Bild). Sie vertrat unser ganzes Vereinsangebot: Unsere In-house-Schulung, die Huusglön, den Verein HumorCareSchweiz und den Humorkongress 2017, mit Flyern in der Tagungsmappe.

Unser HC-Werbebanner im Foyer der Tagung war nicht zu übersehen.

HumorCare-Schweiz auf ...

facebook

https://www.facebook.com/humorcareschweiz

... bitte liken!!!!!

*HC-GV 2017 in Olten ...

Um möglichst vielen Mitgliedern die Anreise zu verkürzen, findet die HC-GV vom 18. März 2017 in Olten statt. Einladung mit Ortsangabe folgt. Der Vorstand bittet um zahlreiches Erscheinen, denn es wird gewählt, über die Zukunft des Vereins gesprochen und zum gemeinsamen Lunch eingeladen. Und im Nachmittagsteil wird's wie immer lustig.

Wir freuen uns auch auf spannende Diskussionen und natürlich auch auf alle Eure Beiträge und Reaktionen:
DIE HUMORCARESCHWEIZBLATTMACHER: Beat · Birgitta · Enrico · Hans-Georg · Redaktion: h-g.lauer@humorcare.ch