

12. Mai 2022

Der «heilsame» Humor und die Kraft des Lachens

Ist Lachen gesund? In diesem Seminar befassen sich die Teilnehmenden mit dem «guten», dem «heilsamen» Humor. Humor verhilft zu einer anderen Haltung und Lebenseinstellung, zu mehr Freude an der Arbeit, steckt andere an und führt zu einer Verbesserung des Arbeitsklimas. «Was eine Massage für den Körper, ist das Lachen für die Seele!» (Helga Schäferling)



Kursinhalt

Das Seminar bietet Gelegenheit in einer lockeren Atmosphäre über die humorvolle Seite des Lebens nachzudenken und darüber, wie Humor als Ressource uns dabei unterstützen kann, den Herausforderungen des Lebens und den Hindernissen des Alltags gelassener zu begegnen.

Es werden theoretische Hintergründe zu Humor und positive Auswirkungen von Lachen beleuchtet und erfahrbar gemacht. Lachen befreit, führt zu einer inneren Distanz, verbessert unsere Kreativität, sodass wir mit mehr Freude und Motivation unsere Arbeit und unsere Lebensereignisse besser bewältigen können.

Ganz nach dem Motto: «Geht es mir gut, geht es den KlientInnen gut!»

Kursziel

Die Teilnehmenden

- setzen sich mit dem Thema Humor und Lachen auf spielerische und bewegungsreicher Art und Weise auseinander
- erhalten Basiswissen über die Bedeutung von positivem Humor und die verschiedenen Humor-Stilrichtungen
- erfahren mögliche Auswirkung von Humor und Lachen auf Körper, Geist und Seele
- erhalten Ideen zur Förderung von Humor im eigenen «Lebens»- und Arbeitsalltag

Dozentin

Linda Hutzler-Fumagalli
Pflegeexpertin, Gerontologin MAS,
Clownin und Humorberaterin

Kursinfo

Theorie & Praxis
7 Kursstunden | max. 16 Teilnehmer

Voraussetzung

Interessierte Fachpersonen und Laien

- 📅 Donnerstag, 12. Mai 2022
- 🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr
- 👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 190.00
- 👤 Nichtmitglieder CHF 255.00
- 👕 Bequeme Kleidung
- ! Mitbringen: Offenheit & Spielfreude
- 📅 Anmeldung: 4 Wochen vor Kursbeginn