

# Pressemitteilung

Nr.: 2019/059

Weißenburg i. Bay., den 15.03.2019

Auskunft erteilt: Lena Kagerer  
Telefon: 09141 902-390  
Telefax: 09141 902-7390  
E-Mail: lena.kagerer@landkreis-wug.de  
Presseverteiler: Presseverteiler regional

---

## Humor als Gesundheitsförderung

**Am Dienstag, 26. März 2019, um 18.30 Uhr, findet in Gunzenhausen das nächste PflegeFORUM altmühlfranken statt. Die Mitglieder des PflegeFORUMs der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> laden dazu alle beruflich Pflegenden ein. Es geht um „Humor – eine gesunde Ressource in der Pflege“.**

Sind Sie humorvoll oder kennen Sie Menschen, die diese Wesensart auszeichnet? Ja? Dann können Sie sich glücklich schätzen, denn mit einer gewissen Portion Humor lässt es sich leichter leben. Humorvolle Menschen begegnen alltäglichen Schwierigkeiten und Ereignissen mit Heiterkeit und einer gewissen Gelassenheit.

Die Kraft und Wirkung von Humor wird oft verkannt, er bietet vor allem auch im beruflichen Alltag einen Ausgleich. Denn wo Humor ist, ist auch ein Lachen und Lachen wiederum verbindet, trägt zu einer positiven Stimmung bei und ist gesundheitsfördernd – auch in der Pflege.

Deshalb lautet das Thema des neunten Pflegeforums altmühlfranken „Humor – eine gesunde Ressource in der Pflege“. Gerade Pflegekräfte sind häufig starken körperlichen und seelischen Belastungen ausgesetzt, umso wichtiger ist es, seine Gesundheit zu pflegen und zu stärken. Humor hilft dabei und ist eine gute Möglichkeit seine Gesundheit aktiv zu fördern.

Wie man Humor entwickeln kann zeigt der „Klinikclown“ Andreas Schock. Anhand seiner eigenen Geschichte erzählt er, wie ihm seine humorvolle Art in vielen Situationen weiterhilft und wie er andere Menschen mit seiner Heiterkeit anstecken und zum Lachen bringen kann.

Andreas Schock ist Heilerziehungspfleger, Diplom-Pflegewirt und Dozent an einer Heilerziehungspflegeschule. Er besitzt eine abgeschlossene Weiterbildung in



Clownspädagogik und ist weltweit unterwegs, um Menschen mit der heilenden Kraft des Humors zu begegnen. Einen Einblick in seine Arbeit konnte man bereits in seinem Kinofilm „Joy in Iran“ erhalten – eine berührende Dokumentation über den Einfluss von Humor und die Kraft des Lachens über Ländergrenzen hinweg.

Am Dienstag, den 26. März 2019, wird Andreas Schock speziell für beruflich Pflegende den Aspekt Humor in der Gesundheitsförderung aus seiner Sicht darstellen. Beginn ist um 18.30 Uhr im Markgrafensaal in Gunzenhausen. Pflegekräfte können sich bei der Geschäftsstelle der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> telefonisch unter 09141 902-426, per E-Mail unter [gesundheitsregion@landkreis-wug.de](mailto:gesundheitsregion@landkreis-wug.de) oder online unter [www.altmuehlfranken.de/pflegeforum](http://www.altmuehlfranken.de/pflegeforum) anmelden.