



„HUMOR TROTZ(T) DER KRISE! EINE WICHTIGE RESSOURCE IN ALLEN LEBENSLAGEN“

Veröffentlicht am 04.10.2022 um 10:00 Uhr

Humor ist eine Bewältigungsstrategie für alle Beteiligten. Im Rahmen einer Veranstaltung anlässlich der Hospiz- und Palliativwoche 2022 beleuchtet Katrin Hansmeier am 10. Oktober ab 18.00 Uhr in ihrem humorvollen aber auch ernsten Vortrag die kreativen und wertschätzenden Seiten des Humors und wie wir ihn auch in herausfordernden Zeiten und schwierigen Situationen behalten und nutzen können.



Humor kann Stimmung managen, Spannung entspannen und Aufmerksamkeit erhöhen. Das haben wir alle schon erlebt. Besonders in angespannten Situationen und Krisenzeiten ist der Humor eine Bewältigungsstrategie für alle Beteiligten. Egal, ob es um

/ Foto: Steffi Henn

die Diskussion der Ordnung in der Spülmaschine, Teamprozesse oder das Lebensende geht. Weil der Humor uns handlungsfähig macht, hat er evolutionstechnisch überlebt. Erleben Sie im Rahmen der Veranstaltung „Humor trotz(t) der Krise! Eine wichtige Ressource in allen Lebenslagen“ im Vortrag von Katrin Hansmeier, wie gut wertschätzender, ermutigender Humor tut und die eigene Psychohygiene als selbststärkende Ressource aktiviert! Zu Lebzeiten!

Katrin Hansmeier ist Autorin, Rednerin, Diplom-Schauspielerin. Sie hat in zahlreichen Theater- und Film- sowie TV-Produktionen mitgewirkt, u.a. im Berliner Tatort, Danni Lowinski, Schubert in Love. In ihrer Diplomarbeit untersuchte sie die Kraft von Humor als Bewältigungs- und Überlebensstrategie. 2012 rief sie das Projekt „Arzt mit Humor“ ins Leben, um Medizinern eine spezifische Humorausbildung zu ermöglichen. Sie schreibt regelmäßig humorvolle Beiträge für Fachzeitschriften und gibt Interviews unter anderen für MDR, VERDI, ZDF, HR und Deutschlandfunk. 2019 veröffentlichte sie gemeinsam mit Eva Ullmann das Buch „Humor. Das Manifest für verzögerte Schlagfertigkeit“.

EINLADUNG zum Infoabend für Patienten, Angehörige und Interessierte

„Humor trotz(t) der Krise! Eine wichtige Ressource in allen Lebenslagen“ – lautet der Titel des Informationsabends, der im Rahmen der Hospiz- und Palliativwoche am **10.10.2022 um 18.00 Uhr** für alle Interessierten im **Foyer der Sana Kliniken Lübeck** angeboten wird. Informationen zur Veranstaltung finden Sie unter: <https://www.sana.de/luebeck/gut-zu-wissen/veranstaltungen>. Eine **Anmeldung ist erforderlich** unter www.sana.de/luebeck/veranstaltungsanmeldung. Die Veranstaltung findet unter den aktuellsten Bestimmungen der Corona-Bekämpfungsverordnung des Bundes sowie des Landes Schleswig-Holstein statt. Aus diesem Grunde gilt für den Zutritt zur Veranstaltung die **Verpflichtung zum Tragen einer FFP2-Maske** sowie zum **Vorweisen eines von einer offiziellen Teststelle ausgestellten, tagesaktuell negativen SARS-CoV-2-Tests**. Diese Regelung ist unabhängig vom Impf- oder Genesenen Status. Selbsttests sind nicht zulässig.