

# Humor ist, wenn man trotzdem lacht

**Freitag,  
8. Juli 2022  
um 20.00 Uhr**

in der  
**Wirthenstube**  
**Unterstammheim**

**\* Helen Hollinger,**  
Sozialdiakonin,  
Trauerbegleiterin und  
Humor-Coachin,  
Erwachsenenbildnerin  
SVEB, Master psycho-  
soziales Manage-  
ment FHNW.



Humor ist, wenn man trotzdem lacht. Und Lachen ist die beste Medizin. Was der Volksmund schon lange weiss, wird heute von der Medizin bestätigt: Lachen erhöht beispielsweise die Schmerz-toleranz. Und Humor hilft nachweislich gegen Stress. Doch wie lässt sich diese wertvolle Ressource nutzen? Wie kann es gelingen, den Widrigkeiten des Lebens mit heiterer Gelassenheit zu begegnen? Darüber unterhält sich Pfarrer Heinz-Jürgen Heckmann in der Reihe Nachtcafé mit folgenden Humorfachkräften:

**\* Matthias Fischer,** reformierter Pfarrer und Contact-Clown, Spitalseelsorger im Pflegezen-trum Bachwiesen, Stadt Zürich, Co-Leiter des Lehr-gangs «Contact-Clown:in».

**\* Prof. Dr. Helmut Bachmaier,**  
Dozent für Neuere Deutsche Literatur an der Universität Konstan-z mit den Forschungsschwer-punkten «Humorforschung und Komiktheorie» sowie «Alterskultur und Alters-dichtungen».

*In der zweiten Hälfte des Abends sind Besucherinnen und Besucher herzlich eingeladen, Fragen zu stellen und mitzudiskutieren.  
Ihr Pfarrer und Ihre Kirchenpflege im Stammertal*

**«Das Leben hört nicht auf, komisch zu sein, wenn wir sterben.  
So wenig, wie es aufhört, ernst zu sein, wenn wir lachen».**  
George Bernard Shaw