

Sonnhalden Journal

LEBENSGESCHICHTE

Aus dem Leben von
Helmut Mischler

HINTER DEN KULISSEN

Demenz geht
uns alle an

REPORTAGE

Lachen ist
gesund



Lachen ist gesund – wenn Sissi, Felix und Anton die Sonnhalden besuchen

Im Februar 2016 durfte ich das erste Mal die Künstler des Vereins Lebensfreude in der Sonnhalden begrüßen. In den Vorgesprächen mit der Präsidentin des Vereins, Frau Christine Lienhard, erfuhr ich schon sehr viel über die Besuche und war überzeugt, dass es für unser Haus das Richtige ist. Denn die feinfühligten Clown-Besuche sind keine Show und es geht auch nicht darum eine lustige, laute Vorführung für alle zu zeigen. Es geht vielmehr darum den Bewohnern Momente der Freude zu bereiten. Ein weiterer Punkt, in dem sich die Besuche des Vereins Lebensfreude von anderen Angeboten unterscheiden, ist ihre Individualität. Die Besuche sind keine Veranstaltung, bei welcher sich viele Bewohner in einem Raum befinden und der Clown gleichzeitig für alle auftritt. Denn viele Bewohner hören oder sehen nicht mehr so gut, haben kognitive Defizite oder könnten aus anderen Gründen einer solchen Veranstaltung gar nicht mehr folgen. Die Besuche sollen ein wärmer, liebevoller Sonnenstrahl sein, welcher durchs Haus zieht. Dabei passt er sich stets dem Gesundheits- und Gemütszustand der Bewohner an. Einmal sitzen die Clowns nur am Bett und summen sanft eine Melodie, oder sie spielen und singen alte Lieder, tanzen und schaukeln rücksichtsvoll... Jeder Besuch ist anders, immer steht die besuchte Person im Mittelpunkt.

Ich freute mich selber sehr auf den Besuch und war gespannt auf die Reaktionen unserer Bewohner.

Schon als ich Sissi und Felix begrüßte, spürte ich die professionelle und wertschätzende Haltung der beiden und dass sie mit Herzblut bei der Sache sind. Sie erkundigten sich nach der Stimmung im Haus, dem Befinden der



Bewohner und was es Besonderes zu beachten gilt. Zum Beispiel ob jemand bettlägerig ist, eine andere Sprache spricht oder nicht mehr gut hört.

Dann ging es los auf die Station. Schon auf dem Weg zum Lift zauberten Sissi und Felix zufällig angetroffenen Bewohnern oder Gästen ein Lächeln ins Gesicht. Auf der Station wurden wir schon gespannt erwartet. Neugierig saßen die Bewohner an den Tischen, aber auch das Pflegepersonal wollte sich den Besuch nicht entgehen lassen.

Schon vom ersten Moment an spürte man, mit wie viel Hingabe und Einfühlungsvermögen Sissi und Felix ihre Besuche gestalten. Stets ist der Kontakt äusserst würdevoll und von Respekt geprägt. So ist es auch nicht verwunderlich, dass sie höchstens bei jemandem auf Zurückhaltung, aber niemals auf Ablehnung, stossen. Mich fasziniert ihre Fähigkeit sich spontan der Situation oder Gefühlslage der Bewohner anzupassen, nicht zu laut aber auch nicht zu leise zu sein und stets die richtigen Worte, Lieder oder Mittel zu finden. Dass die Künstler des Vereins Lebensfreude nicht nur in der Kunst der Clownerie aus- und weitergebildet werden merkt man sofort, wenn man sie in der Interaktion mit Bewohnern sieht, welche z.B. an einer Demenz erkrankt sind. Der Umgang ist höchst professionell, von Fachwissen geprägt und es ist eine Freude den beiden bei ihrer Aufgabe zuzusehen.

Knapp eine Woche später kamen dann Felix und Anton in die Sonnhalden, um die beiden anderen Stationen zu





konnte ich nach den Auftritten erleben, als sie sich sehr müde, aber zufrieden, von mir verabschiedeten. Es ist jedoch nur ein Abschied auf Zeit, denn die nächsten Besuche sind schon geplant...

besuchen. Und wieder war es wunderschön zu sehen, wie viel Fröhlichkeit sie auf den besuchten Stationen verbreiteten.

Sissi, Felix und Anton haben mit ihren Besuchen viel Heiterkeit, Freude, Leichtigkeit und Farbe in die Sonnhalden gebracht. Auf den Gesichtern der Bewohner hinterliessen sie ein fröhliches Lächeln und nicht wenige fragten, ob sie auch bald wiederkommen würden.

Dass die Künstler mit ganzem Herzen bei der Sache sind und ihre Rolle mit viel Energie und Engagement erfüllen,

Ich möchte mich an dieser Stelle ganz herzlich bei Sissi, Felix und Anton als auch bei Christine Lienhard und dem Verein Lebensfreude bedanken, dass sie diese wunderbaren Momente ermöglichen. Vielen lieben Dank! Mein Dank gilt aber auch unserem Genossenschaftspräsidenten Hansjörg Binder, welcher mich auf den Verein Lebensfreude aufmerksam gemacht hat und so den Stein ins Rollen brachte.

Liebe Leserinnen und Leser, Humor ist eine Kraftquelle und Lachen ist gesund, das ist wissenschaftlich bewiesen. Und trotzdem tun wir es viel zu selten. Dabei würde es so viele Gelegenheiten geben zu lachen oder etwas mit Humor zu nehmen, anstatt sich darüber zu ärgern und vieles würde etwas leichter gehen...

Ich wünsche ihnen in diesem Sinne viele fröhliche Momente, Heiterkeit und Lebensfreude und dass sie, wenn sie sich das nächste Mal ärgern, dies vielleicht mit Humor nehmen können und darüber lachen.

Melanie Thalmann, Leitung Aktivierung



LEBENS FREUDE

Der gemeinnützige, steuerbefreite Verein Lebensfreude engagiert sich für humorvolle und respektvolle Clown-Besuche bei demen-ten, kranken und betagten Menschen, sowie bei Menschen mit einer Behinderung, in Heimen und Institutionen. Der Verein wird zu 80% von Spenden finanziert. Die Heime leisten zudem einen Beitrag an die Kosten.

Weitere Infos unter: www.verein-lebensfreude.ch oder Telefon 079 273 41 66

