

Gesundheit!Clown Massimo

Die musikalischen Gesundheit!Clown-Besuche von Massimo dienen der Gesundheitsförderung der Teilnehmenden durch «humor- und freudvolle Gemütspflege». Wesentliches Ziel ist, die Bewohnenden mit und trotz Alter und körperlicher/seelischer/geistiger Beeinträchtigungen mit ihrer Lebensfreude, ihrer Lebendigkeit und ihren individuellen Ressourcen in Berührung zu bringen. Methodisch tragen hierzu die themenbezogenen erwachsenengerechten Rollengeschichten von Massimo bei. Zum Beispiel können die Bewohnenden die Geschichten von Massimo in der Kapitänsrolle, in der OLMA-Rolle oder in der Rolle als Sennenbueb aktiv mitgestalten. Dabei lässt das gemeinsame Singen von vertrauten Volks- und schweizerdeutschen Liedern viel Freude aufkommen.



«Auch die kleinste Freude, die wir einander schenken, ist wie eine brennende Kerze: Es können sich unzählige an ihr entzünden.»

(Irmgard Erath)



Humor und Freude haben gesundheitsfördernde Wirkungen. Als Arzt, Psychotherapeut und Gesundheitsclown ist Dr. med. Dietmar Max Burger alias Gesundheit!Clown Massimo rund um die Themen Gesundheit, Humor, Freude und Lebenssinn unterwegs. In all seinen Tätigkeiten geht es darum, die vorhandenen Ressourcen des einzelnen Menschen zu stärken und für den Alltag nutzbar zu machen. Wissenschaftliche Studien geben Hinweise auf vielfältige gesundheitsfördernde Wirkungen von Humor, Lächeln und Lachen:

- stärken das seelische Wohlbefinden
- regulieren die Atmung
- regulieren den Blutdruck
- entspannen die Muskeln
- stärken das Immunsystem
- reduzieren Angst- und Schmerzempfinden

Die Fotos unserer Bewohnenden sprechen doch für sich! Massimo, deine regelmässigen Besuche im APZ bereiten uns allen so viel Freude.

Herzlichen Dank für die unvergesslichen Glücksmomente, welche du uns schenkst. Wir freuen uns schon auf deinen nächsten Besuch 😊

Yvonne Brühwiler, Redaktion