



**ROTE NASEN**  
Lachen bringt Hoffnung

**Post**

02-23

Lebensfreude auf der Kinderstation im Vivantes Klinikum  
**EIN AUSGEBROCHENER LÖWE  
IN BERLIN-NEUKÖLLN**



# LIEBE LESERIN, LIEBER LESER!

# 20 Jahre

Mit 20 Jahren sind wir längst aus den Kinderschuhen herausgewachsen und sind bereit für die nächsten 20 Jahre. Wir von ROTE NASEN haben in den letzten 20 Jahren im Gesundheitswesen viel bewegen können. Wir wissen aber auch, dass wir mit Humor noch mehr Menschen erreichen können.

Anlässlich unseres 20. Jubiläums schauen wir auf unseren Weg zurück und empfinden viel Dankbarkeit und Vertrauen in unsere Arbeit. Wir richten unseren Blick auch auf die Zukunft und auf die Mission, weiterhin denjenigen Lebensfreude und Lachen zu schenken, die es am meisten brauchen.

Der symbolische Staffellauf im Zuge unseres runden Geburtstags führte uns durch 20 Kinderkliniken und Pflegeheime bundesweit. Die Staffel steht für das Lachen, das ROTE NASEN Clowns von einer Einrichtung zur nächsten tragen. Zum BMW BERLIN-MARATHON endete unser „Lachel-Lauf“ dort, wo er angefangen hat: in der Hauptstadt.

Und damit beginnt der Lauf von Neuem. Denn auch wenn unsere Künstlerinnen und Künstler den Staffelstab nicht mehr physisch mit sich tragen, bringen sie weiterhin tagtäglich Lachen, Lebensfreude und Hoffnung zu Menschen in Not.

In dieser Ausgabe möchten wir uns bei all den Menschen bedanken, die unsere Projekte durch ihre Spenden, ihr Engagement und ihre Arbeit möglich machen, wie das Team im Kinderhospiz Sonnenhof, das bereits seit 15 Jahren mit uns zusammenarbeitet. In Görlitz arbeitet eine Gruppe aus deutschen und polnischen Clowns zusammen und beweist, dass Lachen eine internationale Sprache ist. Es erwarten Sie viele Einblicke in unsere Arbeit und in die Welt der Clowns. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen!



Herzlichst

*Reinhard Horstkotte*

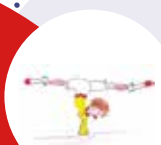
Reinhard Horstkotte  
Künstlerischer Leiter

PS: Auf Seite 6 erfahren Sie, wie die Kinder von der sozial- und neuropädiatrischen Station im Vivantes Klinikum Berlin-Neukölln einen entlaufenen Löwen mit einer Bratwurst wieder eingefangen haben.

### Spread the word!

Wir teilen ein Lachen und Sie unsere Botschaft: Erzählen Sie anderen Interessierten von unserem Engagement und geben Sie diese Infopost gerne an Ihren Freundes- und Bekanntenkreis weiter!

**Wir haben auch in dieser Ausgabe einen Clown für Sie versteckt. Auf die Plätze, fertig, suchen!**



# DER „ROTE NASEN Lachel-Lauf“ 20 WOCHEN – 20 STATIONEN

20 Jahre ROTE NASEN – Das will gefeiert werden, und zwar mit einer Aktion, die ganz viele der kleinen und großen Patientinnen und Patienten mitzulebrieren lässt. Beim „ROTE NASEN Lachel-Lauf“ – einem einzigartigen Staffellauf – trugen unsere Clowns von Mai bis September 2023 das Lachen von Haus zu Haus, symbolisiert durch den Staffelstab mit roter Nase. So konnten bundesweit 20 Kliniken und Pflegeheime mitfeiern – und mit jeder Jubiläumsvisite erhielt der Stab eine rote Nase mehr ...



### WOCHE 1: KINDERKLINIK DER CHARITÉ, BERLIN

Der symbolische Staffellauf startete in der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin auf dem Campus des Virchow-Klinikums der Charité in Berlin: In den vergangenen 20 Jahren haben ROTE NASEN Clowns dort bei ca. 2.500 Clownvisiten rund 60.000 kranken Kindern und ihren Angehörigen Lachen und fröhliche Momente geschenkt.

BERLIN

BERLIN

BERLIN

PRENZLAUER BERG, BERLIN

BERLIN-BUCH

BERLIN

### WOCHE 6: KRANKENHEIM PRO SENIORE, BERLIN

Am 8. Juni 2023 trafen die ROTE NASEN Clowns im Krankenhaus Pro Seniore in Berlin ein, wo sie seit zwei Jahrzehnten ein fester Bestandteil der therapeutischen Betreuung für psychisch kranke Erwachsene sind. Als Dank für die langjährige gute Zusammenarbeit wurde die musikalische Jubiläumsshow mit Slapstick und Zauberei abgerundet.



WUSTERHAUSEN

MITTENWALDE

GÖRLITZ

LEIPZIG

FRIEDRICHSHAFEN

NUFRINGEN

FRANKFURT AM MAIN

RHEINBERG

HAMBURG

POTSDAM

BERLIN-SCHÖNEFELD

BERLIN-NEUKÖLLN

BERLIN-SPANDAU

BERLIN

### WOCHE 16:

### ERNST VON BERGMANN KLINIKUM, POTSDAM

Staffelübergabe im OP: Zwei Mal in der Woche leisten speziell geschulte ROTE NASEN Clowns emotionalen Beistand in der Kinderchirurgie im Ernst von Bergmann Klinikum in Potsdam. Sie übernehmen, wenn Eltern nicht mehr da sein können, und begleiten die jungen Patientinnen und Patienten zu Untersuchungen und sogar bis in den OP!



### WOCHE 19:

### EV. WALDKRANKENHAUS, BERLIN-SPANDAU

Der „Lachel-Stab“ hatte es fast geschafft, als er die Kinderstation des Evangelischen Waldkrankenhauses in Berlin-Spandau erreichte – das älteste Projekt von ROTE NASEN: Rund 16.000 Kinder und deren Familien freuten sich an den Freitagnachmittagen der letzten 20 Jahre über fröhliche Momente und unbeschwerte Augenblicke. Die ROTE NASEN Clowns bedanken sich für den wöchentlichen herzlichen Empfang und freuen sich schon auf den nächsten Freitag, und den nächsten, und den danach, ...



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20



# 5 FRAGEN AN ...



**STEFAN KRÄMER.** Er ist Diplom-Pädagoge und seit 2017 der pädagogische Leiter im Kinderhospiz Sonnenhof, das ROTE NASEN Clowns seit 15 Jahren jeden Freitag besuchen. Wir haben zu diesem Anlass mit Stefan Krämer über die Kinderhospizarbeit, die Clownvisiten und ihre Wirkung gesprochen.

**1** Was machen Pädagogen und Pädagoginnen in einem Kinderhospiz, was sind die Aufgabebereiche?

Meine Aufgabe ist primär die Koordination der pädagogischen und psychosozialen Fachkräfte und der Ehrenamtlichen. Ich versuche dafür zu sorgen, dass meine Kolleginnen und Kollegen den Alltag mit den Gästen des Hospizes gut gestalten können. Viele unserer Gäste sind pflegebedürftig aufgrund ihrer schweren Erkrankungen. Das sind oft Grundbedürfnisse, die erfüllt werden müssen. Aber das Leben besteht aus viel mehr. Da braucht es verschiedene Sichtweisen, um zu erkennen, was für den Gast gerade wichtig ist. Es ist cool, dass man sich unter den Professionen austauschen kann und Ideen findet. Wir sind nicht Pädagogen im klassischen Sinne. Wir erziehen nicht oder bilden aus wie in der Schule. Wir ermöglichen Erfahrungen. Das führt bei den Gästen zu ganz viel Umweltkenntnis, dass man sich selbst erfährt und seine Persönlichkeit weiterentwickeln kann.

**2** Im Kinderhospiz habt ihr viel mit den Themen Trauer, Tod und Abschied zu tun. Wie geht ihr damit persönlich um?

Wir machen das eigentlich so ähnlich wie die Clowns. Es gibt das „Kinderhospizmitarbeitenden-Ich“, das viele Werkzeuge auf professioneller Ebene angesammelt hat, um sich dem Thema Abschied zu widmen. Wir haben uns ja bewusst dafür entschieden, hier zu arbeiten, wo das Thema Tod präsent ist und wo man sich auch intensiver vielleicht mal mit der eigenen Sterblichkeit auseinandersetzt. Um hier zu arbeiten, braucht es eine große Offenheit gegenüber diesen Themen. Tod und Trauer und Abschied gehören zu unserem Leben dazu. Aber sie bestimmen es nicht. Meine Kollegin, unsere Kunsttherapeutin, hat einen schönen Satz dazu gesagt: „Da wo der Tod ganz nah ist, ist ganz intensives Leben.“ Diese intensiven Momente haben auch sehr viel Schönes, und das zu sehen ist auch ein Umgang mit dem Thema.

**3** Unsere Clowns kommen jeden Freitag zu euch. Wie helfen sie euch und den Gästen im Alltag?

Wenn Freitag ist, dann weiß ich, da gibt es einfach ein Highlight. Es ist eine feste Größe. Ich sehe die positive Wirkung der Clownvisiten nicht nur bei den Gästen, ich sehe es bei dem ganzen Stimmungssystem Sonnenhof. Wenn wir mal unterbesetzt und gestresst sind und die Clowns kommen, dann ist der Moment mit den Clowns für die Gäste absolut stressfrei. Davon zehren wir auch. Das bringt die manchmal unruhige Stimmung wieder ins Lot.

**4** Hast du von den Clowns etwas gelernt? Wie integrierst du den Humor in deinen Arbeitsalltag?

Ich wollte mir immer die Ukulele anschauen, daran bin ich aber leider gescheitert. Ich nehme ganz viel Situatives mit. Ich schaue immer wieder: Was ist gerade da? Und dann baue ich es einfach ein. Vielleicht zerreiße ich gerade einen Stoff. Und dann gucke ich nach links, und ein Gast fängt an zu lachen. Dann sage ich mir: Gut, dann reißen wir jetzt ganz viel, von mir aus zerreißen wir eine Stunde lang Stoff.

**5** Welche ist deine liebste Erinnerung aus einer Begegnung mit einem Clown und einem Gast?

An meine erste Sterbebegleitung werde ich mich immer erinnern. Der Junge liebte es, Witze zu machen. Jeden Freitag haben die Clowns ihm die große Bühne gegeben, da wurde applaudiert, sie haben ihn motiviert, er selbst zu sein, ganz nach dem Motto: Schaut mich an, hier bin ich, und das ist mein Witz. Das war großartig. Die Clowns ermöglichen es den Menschen, sie selbst zu sein, weil sie ihre Stärken und Ressourcen erkennen. Und neulich haben wir mit zwei erkrankten Geschwisterkindern in unserem Aquarium im Gemeinschaftsraum einen toten Fisch gesehen. Die Clowns haben die Kinder mit einem Lied inspiriert, seine Beerdigung zu feiern. Obwohl Tod und Humor vielleicht auf den ersten Blick etwas Konträres sind, gehören sie zusammen, und das spiegelt sich in dieser Begegnung sehr gut wider.



## NACHBARSCHAFTLICH SCHÖN

Deutsch-polnische ROTE NASEN besuchen Pflegebedürftige in Görlitz.

„Die Nase, sehr schön. Die Augen, sehr schön. Die Haare, sehr schön. Deine Seele, liebe Anneliese, sehr schön!“ ROTE NASEN Clown Madame Klimbim singt voller Begeisterung ein persönliches Ständchen für Anneliese\*. Die fast 100-jährige Dame sitzt entspannt mit einem Lächeln im Gesicht in ihrem Sessel und hört aufmerksam zu. Die Freude und der Genuss des Moments sind ihr ins Gesicht geschrieben. Begleitet wird Madame Klimbim von Clowndame Klara, die sanft auf ihrer Ukulele spielt und leise die zweite Stimme tönt. Ein Augenblick, der die Zeit stehen lässt und die Seele berührt!

Es ist ein heißer Sommertag, als sich die beiden Clowns aus Deutschland und Polen im Seniorenzentrum „Am Stadtpark“ treffen. Passend zur Kulisse des ehemaligen preußischen Ständehauses in Görlitz kleiden sich die zwei professionell ausgebildeten Künstlerinnen in graziöse Kleider mit eleganten Accessoires, um als Clowns die Bewohnerinnen und Bewohner der Pflegeeinrichtung zu besuchen.

Seit 2019 kommen dank der vielen Spenden ROTE NASEN Clowns alle zwei Wochen am Mittwoch in das Seniorenzentrum und bringen Leichtigkeit und Lebensfreude in den Alltag der älteren Menschen. Die Clownvisiten in Görlitz laufen in Zusammenarbeit mit den polnischen Kolleginnen und Kollegen „CZERWONE NOSKI – Kłown w Szpitalu“ der Red Noses International Gruppe. Die Zweisprachigkeit ist gerade in der Grenzstadt ein Mehrwert. Viele der Mitarbeitenden in der Pflege reisen täglich aus Polen zur Arbeit an und freuen sich, wenn sie mit den Clowns auf Polnisch kommunizieren können. Die Präsenz der Clowns erhellt die gesamte Stimmung im Haus.

Bergit Kahl, die Inhaberin und Einrichtungsleiterin des Seniorenzentrums „Am Stadtpark“, ist für die Zusammenarbeit dankbar: „ROTE NASEN sind fester Bestandteil in unserem Haus. Mit ihren Clownvisiten bringen sie Freude, Glück und Abwechslung in den Alltag unserer Bewohnerinnen und Bewohner und zaubern jedem Menschen ein Lächeln ins Gesicht. Herzlichen Glückwunsch zum 20. Geburtstag und danke für die wertvolle Arbeit!“

\* Name zum Schutz der Person geändert





## EIN AUSGEBROCHENER LÖWE IN BERLIN-NEUKÖLLN

Es ist Mittwoch, das heißt für die Kinder auf der Sozial- und Neuropädiatrie im Vivantes Klinikum Berlin-Neukölln: Heute kommen die Clowns! Dieses Mal hat Bemoll seine Gitarre dabei und Bartusch tänzelt zur Musik den Gang der Station entlang. Im Gruppenraum sitzen die Kinder schon ganz aufgeregt im Halbkreis.

Das Clown-Duo zaubert Jonglierbälle hervor und Bartusch zeigt, was er kann. Die Kids dürfen auch mitmachen und werfen sich mit den Clowns die Bälle hin und her. Plötzlich springt Alex\* auf, weil das Telefon klingelt. „Ist für euch! Der Zirkusdirektor. Der Löwe ist ausgebrochen!“

Vor Schreck lässt Bemoll fast seine Gitarre fallen. Ein frei laufender Löwe in Berlin?! Nicht schon wieder! Der Auftrag vom Zirkusdirektor ist eindeutig. Bartusch und Bemoll müssen den Löwen fangen und ihn zurück in seinen Käfig bringen. Was jetzt? Alle Kinder auf Station überlegen mit und helfen den beiden Clowns dabei, einen Plan auszuarbeiten, um den Löwen wieder einzufangen. Alex hat eine Idee: Sie könnten die Bratwurst benutzen, die er in der Kiste mit den Holzklötzen gefunden hat.

Gesagt, getan. Damit locken sie die entlaufene Raubkatze in Nullkommanix in die Falle und wieder sicher hinter Gitter.

In einigen Einrichtungen, die unsere ROTE NASEN Clowns dank unserer Spenderinnen und Spender regelmäßig besuchen können, finden die Visiten in Gruppensituationen statt, und nicht wie üblich auf den einzelnen Zimmern. Dabei entstehen ganz eigene Dynamiken, und unsere Künstlerinnen und Künstler müssen sehr spontan reagieren. Das macht Spaß und kann zu überraschenden Momenten führen, wie dem Anruf eines imaginären Zirkusdirektors und der Jagd nach einem entlaufenen Löwen in Neukölln. Die kleinen und mittelgroßen Patientinnen und Patienten sowie ihre Angehörigen auf der Sozial- und Neuropädiatrie im Vivantes Klinikum nehmen die Clowns jede Woche mit großer Vorfreude in Empfang und sind dankbar für die spannende Abwechslung vom Krankenhausalltag.

\* Name zum Schutz der Person geändert

## EMERGENCY SMILE

Mehr als einen Moment der Freude und ein Lachen schenken in Zeiten von Krisen, Krieg und Katastrophen – weltweit!

Um Menschen in schwierigen Lebenssituationen auch in anderen Teilen der Welt zu erreichen und ihnen Freude, Lachen und Hoffnung zu schenken, gibt es seit 2013 das Nothilfeprogramm Emergency Smile (ES). An bislang 13 Standorten in Europa, Asien und Afrika – und damit über die Grenzen der elf Partnerländer unserer Organisation hinaus – sind ROTE NASEN Clowns für Kinder in Krankenhäusern, für Menschen mit Behinderungen und für jene, die psychosoziale Unterstützung benötigen, im Einsatz. Dabei sind sie oftmals an Orten anzutreffen, an denen Clowns eher nicht erwartet werden, beispielsweise in Flüchtlingslagern oder in Ländern, in denen Menschen leben, die aufgrund von Krieg oder einer anderen Katastrophe auf der Flucht sind.

Speziell ausgebildete Clowns helfen mit unterschiedlichen Angeboten, die immer an die jeweilige Situation angepasst sind: In Clown-Shows und bei musikalischen Paraden können die Zuschauerinnen und Zuschauer Sorgen und Ängste einmal vergessen, um neue Energie und Hoffnung zu schöpfen. In Workshops wird Humor als Haltung vermittelt, sodass Hilfskräfte, medizinisches Personal und Freiwillige mit belastenden Situationen mit mehr Leichtigkeit umgehen können – auch mit Humor. Kinder und Jugendliche in Ausnahmesituationen können in speziellen Zirkus-Workshops selbst zu Darstellerinnen und Darstellern werden und jonglieren, Akrobatik oder Zauberei lernen. Dabei konzentrieren sich die jungen Künstlerinnen und Künstler auf die neuen Aufgaben und können den belastenden Alltag für eine Weile ruhen lassen – und am Ende schenken sie selbst Freude und Lachen in der Show für ihre Familien, Freunde und Freundinnen und Betreuungskräfte.

Kunst und Humor haben ein großes Potenzial zu helfen – einfühlsam und ganz persönlich. Stress und Traumata können abgebaut und überwunden werden. Somit wirken Kunst und Humor nicht nur kurzfristig in dem Moment des Lachens und der Ablenkung, sondern erwiesenermaßen langfristig. Damit die Emergency-Smile-Einsätze optimal wirken, wird jeder Einsatz sorgsam geplant: Drei bis vier ROTE NASEN Clowns und ein Projektleiter oder eine Projektleiterin sind für gewöhnlich bereits eine Woche vor Projektstart vor Ort und bereiten sich vor. Anschließend arbeiten die ROTE NASEN Clowns bis zu drei Wochen lang mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Damit ist jeder Einsatz auf die Bedürfnisse der Kinder oder Erwachsenen zugeschnitten und kann seine Wirkung voll entfalten.







## QUATSCH MACHEN KANN HEILSAM SEIN!

Interview mit Maria Gundolf, stellvertretende künstlerische Leiterin und ROTE NASEN Clown Brischitt

**Maria, du bist jetzt seit fast 20 Jahren ROTE NASEN Clown. Was war dein erster Berührungspunkt mit Clowns?**

Als Kind habe ich Clowns im Fernsehen gesehen, meistens Zirkusclowns, fand sie aber nie wirklich lustig. Ich glaube, ich habe einfach keine Guten gesehen. Als ich Schauspielerin wurde und nach Berlin kam, hat mir eine gemeinsame Freundin von einem Krankenhausclown erzählt. Wie gefühlvoll und poetisch dieser von seiner Arbeit gesprochen hat und der künstlerische Anspruch, der dabei deutlich wurde, hatte mit meinem Bild von Clownfiguren aus der Kindheit gar nicht mehr so viel zu tun.

**Wie kam es zu deiner Entscheidung, selbst Clown zu werden?**

Über die erwähnte Freundin erfuhr ich von einem Clown-Workshop. Meine Mutter war wenige Monate zuvor an Krebs verstorben und ich weiß noch, wie bedrückend und trist ich die Zeit im Krankenhaus empfunden habe. Das Bild, wie meine Mutter von einem Clown besucht wird, war unglaublich tröstend. Als würde das Licht im Zimmer angehen. Also bin ich zu dem Workshop gegangen, und mir war sofort klar, dass es die richtige Entscheidung war.

**Wie hast du deine Figur Brischitt gefunden und wie sehr hat sie sich seither verändert?**

Es ist ein lebenslanger Prozess und eine stetige Weiterentwicklung. Am Anfang hat Brischitt noch mit französischem Akzent gesprochen. Das hat sich irgendwann nicht mehr richtig angefühlt. Was geblieben ist: Brischitt wäre gerne Französin. Brigitte Bardot ist ihre große Ikone und das hat sie gerade mit vielen älteren Damen gemeinsam. Das ist oft ein guter Einstieg, um zu Seniorinnen einen Draht aufzubauen. Letztlich ist es aber so, dass meine Figur auch wie ein Alter Ego ist. Meine Schwächen sind Futter für Brischitt. Über sie kann ich die Eigenschaften verarbeiten, die mir als Maria oft im Weg standen.

**Was macht für dich einen Clown aus?**

Clowns brechen aus Konventionen aus. Sie machen Fehler und scheitern, machen sich lächerlich und fallen. Am Ende stehen sie aber immer wieder auf, richten das Tutu und versuchen es erneut. Das ist heilsam, sowohl für die Künstlerinnen und Künstler hinter der Clownfigur als auch für die Menschen, die dem Clown begegnen. Für mich nimmt das die Angst vorm Versagen und schenkt Mut.

## WENIGER STRESS – MEHR FREUDE

Mit dem Weiterbildungsangebot der HumorAgenda® lernen Betreuungs- und Pflegefachkräfte, belastende und stressige Situationen im Berufsalltag mit Humor besser zu bewältigen.

„Schon wieder die falsche Schublade erwischt!“ Jetzt nur nicht ärgern, weiß Humor-Trainerin und ROTE NASEN Künstlerin Maria Gundolf. Lieber über den kleinen Fehler einmal herzlich lachen. Denn kleine Fehler passieren allen, vor allem in stressigen Situationen. Menschen, die in der Pflege arbeiten, sind häufiger belastenden Situationen ausgesetzt. Mit ein paar Tricks und Kniffen können stressige Alltagssituationen jedoch entschärft und Überlastung vorgebeugt werden. Die Wunderwaffe: Humor! Gemeinsam liebevoll über die kleinen Fehler lachen verbindet und löst dabei Stress auf. Wie kann Humor im streng getakteten Pflegealltag helfen?

Maria Gundolf, auch bekannt als ROTE NASEN Clown Brischitt, verrät in den Workshops der HumorAgenda® den Betreuungs- sowie Pflegefachkräften, wie sie ohne zusätzlichen Zeitaufwand Humor in ihre Arbeit einfließen lassen können. Eine Teilnehmerin ist Marina Ilic, Betreuungsfachkraft im Pflegeheim „Anlagenring“ in Frankfurt am Main. „Meine Arbeit ist vielseitig, erfordert viel Einfühlungsvermögen und soziales Engagement“, berichtet sie. „Ich mache bei dem Workshop mit, um zu lernen, wie ich noch mehr Licht und Freude in meinen Arbeitsalltag bringen kann. Wenn die Clowns im Haus sind, dann wirken sie wie die Sonnenstrahlen am Morgen.“



Die Bewohnerinnen und Bewohner und auch wir Pflegerinnen und Pfleger sind fröhlicher und ruhiger, und das auch noch nachwirkend. Ich bin überzeugt, dass mir Humor und die Tipps der Clowns eigentlich überall und bei allen Kontakten zu den Bewohnerinnen und Bewohnern wie auch zu Teamkolleginnen und -kollegen helfen können.“

Und Situationen ergeben sich tagtäglich genug, die nur aufgegriffen werden müssen. Beispielsweise, wenn eine demenzkranke Bewohnerin besonders auf Musik reagiert, ist es sinnvoll, das aufzugreifen. Da braucht man kein Sänger zu sein, es geht vielmehr um die Emotionen, die erzeugt werden. Maria Gundolf beobachtet immer wieder: „Wenn die Bewohnerinnen und Bewohner gut gelaunt sind, wenn sie lachen, wenn sie sich gesehen fühlen, dann arbeiten sie dem Pflegepersonal letztlich zu. Dann geht alles leichter, schneller und mit viel weniger Widerstand.“

Marina Ilic möchte vor allem die positiven Schwingungen nach den Clownvisiten so lange wie möglich nachhallen lassen: „Ich erhoffe mir, dass ich durch Rollenspiele und praktische alltägliche Beispiele im Workshop lernen kann, den Alltag mit mehr Leichtigkeit und Gelassenheit zu meistern, auch wenn die Clowns gerade nicht vor Ort sind.“





## KOOPERATION ROTE NASEN UND BAUER FRUCHTSAFT

Basierend auf wissenschaftlichen und künstlerischen Erkenntnissen bilden ROTE NASEN Deutschland professionelle darstellende Künstlerinnen und Künstler aus, die bei kranken und leidenden Menschen in Krankenhäusern, auf Kinderstationen, in den Pflegeeinrichtungen, in Kinderhospizen oder in der Kinderpsychiatrie regelmäßig Visiten machen. Derzeit bringen 74 Künstlerinnen und Künstler rund 58.800 Kindern, Pflegebedürftigen und Geflüchteten Fröhlichkeit und Leichtigkeit und stärken die psychosoziale Gesundheit der Patientinnen und Patienten. Sie fördern damit den Genesungsprozess und schenken Lebensmut und Hoffnung.

Seit der Gründung im Jahr 1992 setzt die Bauer Fruchtsaft GmbH auf Qualität und Innovation und sichert sich den Erfolg am Markt durch die Entwicklung attraktiver und interessanter Produkte. Beispielsweise stellte das Unternehmen in Deutschland den in den USA sehr bekannten Cranberry-Nektar her und entwickelte und realisierte außerdem das Konzept, Fruchtsäfte aus Früchten mit genau



**VOLL IM SAFT!**

definierten Herkunftsregionen abzufüllen. Auch stehen bei Bauer Fruchtsaft GmbH Regionalität und Nachhaltigkeit auf der Agenda, z. B. durch die Verwendung heimischer Früchte aus der Region, den Erhalt von Streuobstwiesen sowie die Einrichtung von Obstannahmestellen.

Beiden Partnern ist bewusst, dass sowohl der Körper als auch die Seele für eine gesunde Lebensweise wichtig sind. Daher möchten Bauer Fruchtsaft und ROTE NASEN insbesondere im Rahmen dieser Kooperation darauf aufmerksam machen, dass Lachen und Humor für die Seele von kleinen und großen Patientinnen und Patienten ebenso essenziell sind wie eine gesunde und vitaminreiche Ernährung. Sie setzen mit dieser längerfristigen Kooperation die schon seit vielen Jahren bestehende punktuelle Zusammenarbeit fort.

In diesem Jahr unterstützt Bauer Fruchtsaft ROTE NASEN Deutschland mit einer Spende beim Kauf von Bananen- und Erdbeersaft.

## SCHENKEN SIE UNBESCHWERTE MOMENTE MIT IHRER SPENDE

Geteilte Freude ist doppelte Freude, und davon kann wahrlich niemand genug haben! Von materiellen Geschenken schon, weshalb wir Ihnen vorschlagen möchten, bei der nächsten Gelegenheit auf Geschenke zu verzichten und sich stattdessen von Ihren Gästen Spenden für ROTE NASEN zu wünschen.

**Wir unterstützen Sie dabei gerne und zeigen Ihnen, wie leicht es ist, die eigene Freude zu verdoppeln:**

- o Teilen Sie Ihren Gästen mit der Einladung einfach ein **selbstgewähltes Stichwort** (z. B.: „Geburtstag Martina Musterfrau“) und das Spendenkonto von ROTE NASEN mit.
- o Sie können auch eine eigene **Spendenaktion** auf unserer **Homepage** oder unserer **Facebook-Seite** initiieren und dies alle Gäste und Gratulanten wissen lassen.
- o Bei **Bargeldspenden** auf der Feier unterstützen wir Sie gerne mit einer **Spendenbox**, und Sie überweisen den Betrag auf unser Spendenkonto.
- o Nachdem alle gefeiert und die Freude geteilt haben, erstellen wir für jede Spende eine **Spendenquittung**, sofern wir von allen Spenderinnen und Spendern den vollständigen Namen, die aktuelle Adresse und den jeweiligen Spendenbetrag genannt bekommen.

**Wenn Sie mehr über Spenden zu besonderen Anlässen wissen möchten oder Unterstützung für Ihre Spendenaktion benötigen, hilft Ihnen Mara Bittner gerne weiter.**

**Mara Bittner**  
Ansprechpartnerin für  
Anlassspenden

Tel.: 030 2000 763-63  
E-Mail: [mara.bittner@rotenasen.de](mailto:mara.bittner@rotenasen.de)



## WIRKSAMKEIT VON CLOWNVISITEN WISSENSCHAFTLICH ERWIESEN

„Lachen ist gesund“ oder „Lachen ist die beste Medizin“ – das ist wissenschaftlich bewiesen. Das relativ junge Forschungsfeld der Humorforschung bzw. Gelotologie beschäftigt sich mit den körperlichen und geistigen Auswirkungen des Lachens. 1964 gründete Prof. William Fry das Institut für Humorforschung an der Stanford Universität in Kalifornien/USA. Er fand heraus, dass 20 Sekunden Lachen den Körper mindestens genauso fordern wie drei Minuten Joggen. Wer lacht, fordert den Körper und trainiert das Herz-Kreislauf-System: Der sogenannte Zygomaticus-Muskel zieht die Mundwinkel nach oben, die Nasenlöcher weiten sich, der Herzschlag beschleunigt sich und der Augenmuskel spannt sich an. Nach der kurzen Phase der Anspannung folgt die Entspannung der Gesichtsmuskeln, der Herzschlag verlangsamt sich und der Blutdruck sinkt.



**Im Einsatz** – In jeder Ausgabe stellt unser Geschäftsführer Mehran Moazami-Goudarzi eine Einrichtung vor, in der ROTE NASEN Clowns wirken.

## SENIORENSTIFTUNG PRENZLAUER BERG

Die Seniorenstiftung Prenzlauer Berg umfasst vier Einrichtungen an zwei Standorten in Berlin. Das vollstationäre Wohn- und Betreuungsangebot bietet insgesamt 567 pflegebedürftigen älteren Menschen mit verschiedenen Alterserkrankungen ein Zuhause. Seit 2004 spielen ROTE NASEN Clowns regelmäßig auf den Stationen für demenziell erkrankte Menschen. Den speziell ausgebildeten Künstlerinnen und Künstlern gelingt es dabei, diesen Menschen in ihrer Realität zu begegnen und sie mit Hilfe von Musik und clowneskem Spiel am sozialen Leben zu beteiligen. In ihrem Spiel erzeugen sie eine lockere und positive Atmosphäre, die die Bewohnerinnen und Bewohner beruhigt und das Pflegepersonal bei der Arbeit unterstützt.



**ROTE NASEN Deutschland e.V.**  
Großkopfstraße 6–7 · 13403 Berlin  
Tel.: 030 2000 763-0  
Fax: 030 2000 763-33  
E-Mail: [office@rotenasen.de](mailto:office@rotenasen.de)  
[www.rotenasen.de](http://www.rotenasen.de)

[www.stationleben.de](http://www.stationleben.de)  
<https://recycling4smile.org>  
[www.act4smile.de](http://www.act4smile.de)

**Redaktion**  
GRÜN alpha, Nina Donder,  
Elisabeth Fajt, Maria Gundolf

**Grafik**  
GRÜN alpha GmbH

**Druck**  
Frank Druck

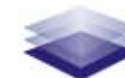


**Bitte unterstützen Sie unsere wichtige Arbeit mit Ihrer Spende!**

Spendenkonto:  
IBAN: DE06 3702 0500 0020 2020 20 · BIC: BFSWDE33XXX

Bildnachweis: S. 1, 3, 6, 8: Gregor Zielke, S. 2, 10, 11: Gunnar Bernskötter, S. 3, 5, 7: ROTE NASEN Deutschland, S. 4: Hoffotografen, S. 7: RNI-Craig Russel, S. 9: Gregor Zielke, Alexander Paul Englert, S. 8, 11: Paulina Hildesheim, Icons: Flaticon.com

ROTE NASEN ist Mitglied bei:



Besuchen Sie uns bei



# Mein Erbe schenkt Lachen!

Schenken Sie  
glückliche Momente für  
kranke Kinder, Pflegebedürftige  
und Geflüchtete! Mit einem  
Testament zugunsten von  
**ROTE NASEN!**

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!  
Wir informieren Sie gern.



**ROTE NASEN**  
Lachen bringt Hoffnung

**ROTE NASEN Deutschland e. V.**  
Katarzyna Rychlewicz-Saad  
Großkopfstraße 6-7, 13403 Berlin  
Telefon +49 (0)30 2000 763-18  
katarzyna.rychlewicz-saad@rotenasen.de

**Spendenkonto**

IBAN DE06 3702 0500 0020 2020 20  
BIC BFSWDE33XXX