

# ein Herz für Kinder und Senioren

## erreiche ich Gutes“

Pflegeheime. In der Kinderklinik wie auch im Seniorenheim werden Annette und ihre Humor-Kollegen über die Befindlichkeiten der kleinen Patienten bzw. Bewohner vorab informiert. So können sie während ihrer Darbietung entsprechend sensibel und respektvoll handeln. Die Clowns, die generell als Duo auftreten, klopfen vorher an der Zimmertür der Patienten bzw. Senioren an. „Wir fragen, ob wir eintreten dürfen, schließlich ist es ein privater Raum.“ Sind sie willkommen, treten sie ein und grüßen auf clownstypische Art liebevoll.

Wenn Annette als Camilla Schabernack in der Kinderklinik Winnenden verweilt in ihrer unordentlichen Tasche kramt, zaubert sie den Kindern, die bis zu 17 Jahre alt sind, ein Lächeln ins Gesicht. „Aber manchmal schauen sie

erschrocken, bis sie merken, das ist ein Spiel.“ Ein Spiel, in dem sie und ihr Duo-Partner sich ungeschickt anstellen, Krach mit Tröte und Ratsche machen, mal was nicht kapieren, aber auch eindrucksvolle Luftballontiere formen. Dann erhellt Kinderlachen das Krankenzimmer.

Auch die medizinischen Hilfsmittel werden ins Spiel miteinbezogen. Ein Kind, das etwa eine Infusion erhält, wird von Camilla Schabernack schon mal neugierig gefragt: „Was bekommst du zu trinken?“ Es sind besonders die kleinen Momente, die Annettes Herz berühren. Sie erinnert sich an ein teilnahmsloses Kind, „das ich durch Seifenblasen erreicht habe“, dessen Freude darüber sah man in seinen Augen. „Ich nahm ein kleines Schmunzeln wahr.“

Aber im Seniorenheim trifft Annette jedes Mal auf bekannte Gesichter, deren Lebensgeschichten sie kennt. Jede Woche ist ein Clowns-Duo für zwei Stunden dort, „um den Bewohnern mit Humor etwas Gutes zu tun“. Wenn die zwei den Aufenthaltsraum betreten, treffen sie „auf sehr unterschiedliche Stärken und Schwächen, die herausfordernd sind“. Auf jeden Einzelnen lässt Annette sich als Camilla Schabernack individuell ein. Der eine braucht vielleicht eine Umarmung, der andere eine sanfte, liebevolle Berührung mit einer Feder. Vor jedem körperlichen Kontakt fragt Camilla Schabernack charmant, ob sie das darf. Während der gemeinsamen Zeit werden auch die Sinne der Senioren angeregt, etwa mit Gerüchen. Auch ihre Sangeskünste geben die Clowns mit alten Schlagern wie „Rote Lippen soll man küssen“ zum Besten. Dann finden sie absichtlich den Text nicht. „Wir singen einfach la, la, la“, schmunzelt Annette. „Das sind Momente, in denen wir Leichtigkeit und Freude bringen.“ Auch für Annette selbst ist Clownin Camilla Schabernack eine Bereicherung.

„Durch ihren Humor habe ich gelernt, Krisen viel besser zu meistern.“ ■

Ein Koffer voller Utensilien, den Annette und ihre Humor-Kollegen in ihr Spiel einbinden



Der Schuh rundet das Kostüm ab, oft ist er extra groß, um den typisch tolpatschigen Gang zu erzeugen

### Warum Lachen so heilsam ist

Schon ein altes Sprichwort sagt: Lachen ist die beste Medizin! Das ist nicht nur eine Redensart, sondern mittlerweile wissenschaftlich belegt. Wer aus vollem Herzen lacht, beeinflusst positiv den Fettstoffwechsel. Regelmäßiges Lachen regt auch das Herz-Kreislauf-System an, soll das Risiko für Herzkrankungen sinken. Besonders in stressigen Situationen ist Lachen eine Wohltat, denn die Glückshormone, die dabei ausgeschüttet werden, reduzieren den Stress. Das könnte auch dafür eine Erklärung sein, dass fröhliche, humorvolle Menschen mit einer positiven Lebenseinstellung weniger krank werden. Denn auch das Immunsystem profitiert davon.

**Der Verein „Clowns mit Herz Rems-Murr“ finanziert sich ausschließlich über Sponsoren, Spenden, Mitgliedsbeiträge sowie Benefizveranstaltungen.**

**Wer unterstützen möchte – Spenden an Empfänger: Clowns mit Herz Rems-Murr, Kreissparkasse Waiblingen, IBAN: DE35 6025 0010 0015 8103 33**

Schabernack eine Bereicherung.

„Durch ihren Humor habe ich gelernt, Krisen viel besser zu meistern.“ ■

Ein Koffer voller Utensilien, den Annette und ihre Humor-Kollegen in ihr Spiel einbinden