

## Referentinnen

### SYLVIA SÄNGER

Professorin für Gesundheitswissenschaften,  
Medizinjournalistin, Dipl.-Ing.  
<https://www.sylvia-saenger.de>  
Humorcare Deutschland Österreich e.V.

*„Ich möchte Menschen erreichen, mit Ihnen  
gemeinsam verborgene Schätze heben, wie den  
Humor.“*



### TANJA-ALEXANDRA LANDES

Geschäftsführerin von Hugo-Konzept, Beratung im  
Gesundheitswesen, Schulung, Team-Building  
<https://www.facebook.com/hugokonzept/>  
Humorcare Deutschland Österreich e.V.

*„Mein Ziel ist es, den Körper bewusst einzusetzen,  
um die Sinne zu schärfen damit wir das, was wir  
lernen, ganzheitlich umsetzen können.“*



## Wirklich?

Alles muss perfekt klappen. Jeder muss jeden  
verstehen. Zeitpläne und Termine müssen alle(!)  
eingehalten werden. Der Ablauf muss reibungslos  
sein. Wirklich? Nein! Gar nichts muss! Weil wir  
Menschen sind, weil wir Fehler machen und sie  
auch machen dürfen.



**„Humor ist die Fähigkeit und Bereitschaft  
den Herausforderungen des Lebens  
gelassen zu begegnen.“**

humorcare.de

Wir haben ein wunderbares Werkzeug, das uns  
dabei hilft, unsere eigenen Unzulänglichkeiten  
(und die der Anderen) liebevoll und versöhnlich  
zu betrachten: unseren Humor. Jeder hat ihn.  
Manchmal finden wir (noch) keinen Zugang zu  
unserem Humor. Wir helfen Ihnen dabei, diesen  
Schatz zu heben! Mit Freude am Spiel.

## Bei der Arbeit hört aber der Spaß auf?! Wie Sie mit Humor die Kurve kriegen

- Ein Mitmach und Mitlach-Seminar -



# Veranstalter

## BERNHARD CHRISTOPH KLENK

BauFreund7 GmbH  
<https://baufreund7.de>  
Humorcare Deutschland Österreich e.V.

„Das Seminar ‚Bei der Arbeit hört aber der Spaß auf?!‘ ist ein wichtiger Teil unserer Aus- und Weiterbildungsreihe, um Planen Bauen Wohnen, den beruflichen Alltag und unsere Zusammenarbeit auf allen Ebenen zu festigen, zu verbessern zu vertiefen- und zu erleichtern. Ich wünsche den Referentinnen und den Teilnehmern/ Teilnehmerinnen von Herzen gute, fröhliche und auch erlebnisreiche Stunden.“



Gerne können Sie sich per E-Mail anmelden unter: [bck@baufreund7.com](mailto:bck@baufreund7.com)

Es finden 2 Kurse statt:  
Frauen: 25.-26. Juni 2021  
Männer: 26.-27. Juni 2021

Nähere Informationen erhalten Sie nach Anmeldung.

**Fotos:**  
Außenseite: AdobeStock\_74208116, eigene Fotos  
Innenseiten: eigene

## ...Da kommt was auf Sie zu... Das erwartet Sie:

Humor ist ein Schutzschirm gegen Stress.  
Spannen wir ihn gemeinsam auf!



**Erst mal ankommen!** Sie bekommen spannende Einblicke, was Humor so alles kann und finden heraus, wo sich Ihr eigener Humor gerade noch versteckt hält oder auch schon offenbart. Finden Sie den Kontakt zu sich selbst: Klingt erst mal befremdlich. Aber mal ehrlich: (wann) kümmern Sie sich um Ihre eigenen Bedürfnisse? Sie werden spielerisch erkunden: Was bringt Sie auf die Palme und was zum Lachen? Kennen Sie Ihren inneren Schalk? Wie sieht er aus? Wie finden Sie im Arbeitsalltag das, worauf Sie sich freuen können?

**Humor am Arbeitsplatz:** Sie erfahren, wofür Unternehmen Humor brauchen, wie sie ihn gekonnt und gezielt einsetzen können; und wie sich Humor auf Erfolg auswirkt.

**Mit anderen Menschen auskommen:** Es ist schon manchmal zum Haare raufen, wenn man sich in selbige gerät! Sie erfahren, wie man mit wertschätzendem Humor Konflikte entschärfen kann und in stressigen Situationen schlagfertig reagiert. Nieder mit den Killerphrasen!

**Gesund bleiben mit Humor:** Sie erfahren, wie Humor Ihre Widerstandskraft, Ihre Resilienz stärken kann und welche Rolle Humor bei der Selbstfürsorge spielt. Mit viel Freude werden Sie ihren eigenen Humorstil finden.

