

PSYCHISCHE GESUNDHEIT & HUMOR 2019

Mit Daniel Ziegler
und seinem E-Bass



\\ /
8.3.

\\ /
20.3.

\\ /
26.4.

\\ /
1.5.

Psychische Gesundheit & Humor mit «Bassimist» Daniel Ziegler

Wie beeinflusst Humor die Stimmung und das Wohlbefinden?

Daniel Ziegler, bekannt als Musiker aus «Giacobbo/Müller», als zweiter Mann auf der Bühne mit SimonENZler, als «Töfflibueb» aus der SRF-Sommerserie oder aktuell mit seinem Soloprogramm «Bassimist»: Auf seinem E-Bass ist er ein Ausnahmemusiker, der Musik mit Humor kombiniert und 2016 mit dem Swiss Comedy Award ausgezeichnet wurde. In der Veranstaltungsreihe «Psychische Gesundheit & ...» wird er sein Können zeigen. Es wird sicher viel zu lachen geben!

Zudem gehen wir der Frage nach, ob und wie Humor zum Gesund-Werden und Gesund-Bleiben beitragen kann: Lachen ist ansteckend und beeinflusst direkt unser Wohlbefinden. Humor macht im Alltag vieles leichter und kann auch in schwierigen Situationen helfen. Doch was genau hat Humor mit der Gesundheit der Seele zu tun? Kann Humor auch bei einer ernsthaften Krise oder Erkrankung unterstützen? Und darf man auch über ernste Themen lachen?

Zwischen den zwei Programm-Blöcken von Daniel Ziegler findet ein **Podiumsgespräch** statt, das diese Fragen aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet. Am Podiumsgespräch nehmen neben Daniel Ziegler Fachpersonen, Betroffene und Angehörige aus der Region teil, die von ihren eigenen Erfahrungen berichten.

Moderation: Jürg Engler, Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit

alte
stuhlfabrik
herisau

20.00 Uhr
Alte Stuhlfabrik, Herisau

Tickets & Reservation:
www.stuhlfabrik-herisau.ch
Podium:
mit Med. pract. Ralf Pelkowski,
Chefarzt a.i. Psychiatrisches Zentrum AR

\\ /
8. 3.

bühne marbach

20.15 Uhr
Bühne Marbach, Marbach SG

Tickets & Reservation:
www.buehnemarbach.ch
Podium:
mit Dr. med. Thomas Meier,
Chefarzt St.Gallische Psychiatrie-Dienste Süd

\\ /
20. 3.

SCHLÖSSE
15
JAHRE KELLER

20.00 Uhr
Schlösslekeller Vaduz, Fürstentum
Liechtenstein

Tickets & Reservation:
www.schloesslekeller.li
Podium:
mit Dr. med. Marc Risch,
Chefarzt Clinicum Alpinum AG, Triesenberg

\\ /
26. 4.

chössi
theater

19.30 Uhr
Chössli-Theater, Lichtensteig

Tickets & Reservation:
www.choessi.ch
Podium:
mit Valérie Luterbacher,
Psychologin M.Sc. Psychiatrie St.Gallen Nord, Wattwil

\\ /
1. 5.

Eine Veranstaltungsreihe in Zusammenarbeit mit dem Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit, dem Psychiatrischen Zentrum AR, der Psychiatrie St.Gallen Nord und den St.Gallischen Psychiatrie-Diensten Süd.

Weitere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen finden Sie unter **www.ofpg.ch**.

