



Medienmitteilung, 25. Februar 2019

## **PSYCHISCHE GESUNDHEIT & HUMOR mit Daniel Ziegler**

**Wie beeinflusst Humor die Stimmung und das Wohlbefinden?**

**Das Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit und das zum Spitalverbund AR gehörende Psychiatrische Zentrum AR (PZA) präsentieren im Rahmen der Veranstaltungsreihe «Psychische Gesundheit & Humor» einen humoristischen Abend mit «Bassimist» Daniel Ziegler und einem Podiumsgespräch, unter anderem mit Med. pract. Ralf Pelkowski, Chefarzt a.i. Psychiatrisches Zentrum AR.**

Die öffentliche Veranstaltung findet am Freitag, 8. März 2019, 20:00 Uhr in der Alten Stuhlfabrik, Kasernenstrasse 39a, 9100 Herisau statt. Tickets können ausschliesslich an der Abendkasse gekauft werden. Türöffnung ist um 19:00 Uhr.

Daniel Ziegler, bekannt als Musiker aus «Giacobbo/Müller», als zweiter Mann auf der Bühne mit Simon Enzler, 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 Daniel Ziegler und Med. pract. Ralf Pelkowski, Chefarzt a.i. des Psychiatrischen Zentrums AR sowie Philipp Sprenger, Leiter Station Abhängigkeitsberatung im PZA, teil. Moderiert wird die Veranstaltung von Jürg Engler vom Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit. Zum Abschluss sind alle Anwesenden zu einem Apéro eingeladen, der Gelegenheit zum Austausch bietet.

**Weitere Informationen:**

Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit: [www.ofpg.ch](http://www.ofpg.ch)

Psychiatrisches Zentrum AR: [www.spitalverbund.ch](http://www.spitalverbund.ch)

Daniel Ziegler: [www.danielziegler.ch](http://www.danielziegler.ch)

Alte Stuhlfabrik Herisau: [www.stuhlfabrik-herisau.ch](http://www.stuhlfabrik-herisau.ch)

**Weitere Auskunft**

Fabrina Cerf, Fachstelle Psychische Gesundheit / Amtskommunikation

Tel: 058 229 87 81 / [fabrina.cerf@sg.ch](mailto:fabrina.cerf@sg.ch)