



## Liebe Leserin, lieber Leser,

seit Januar 2019 bin ich als Geschäftsführerin bei ROTE NASEN Deutschland tätig und noch immer gibt es für mich neue Dinge zu entdecken. Auch Sie möchte ich gerne mit auf Entdeckungstour nehmen. Wussten Sie zum Beispiel, dass es Forscher gibt, die sich mit der Wirkung des Humors auseinandersetzen?

Uns macht es stolz und glücklich, dass unsere „Humoroffensive“ von anderen Hilfsorganisationen wertgeschätzt wird – so auch von Ärzte ohne Grenzen. Gemeinsam waren wir im Flüchtlingslager auf der griechischen Insel Samos. Lesen Sie dazu den Artikel auf Seite 3.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Herzlichst, Ihre

Kirsten Kaup  
Geschäftsführung ROTE NASEN Deutschland e.V.



sam machen. Dabei erhält ROTE NASEN zum Beispiel viele Anzeigenplätze kostenlos. Nur mithilfe der Unterstützung von vielen sind die Visiten der ROTE NASEN Clowns überhaupt realisierbar. Gemeinsam können wir Lachen und Zuversicht zu kranken und leidenden Menschen bringen. Wir sind dankbar für jeden einzelnen Euro. Ganz herzlichen Dank auch für Ihre Unterstützung!

## TAUSENDSCHÖNE MOMENTE. SIND SIE SCHON BEI IHNEN?

*Schon gesehen? Auch ROTE NASEN Deutschland nimmt als Partner von RED NOSES International an der internationalen Kampagne teil, die in vielen ROTE NASEN Ländern läuft. Das ist der Slogan: Tausendschöne Momente. Endlich sind sie da!*

Wir möchten so die Öffentlichkeit auf die wichtige Arbeit von ROTE NASEN aufmerksam machen.

**Aktuelles**

## Ratespiel

Auf den Seiten hat ROTE NASEN Clown „Emma Dilemma“ einen kleinen Clown versteckt!

*Viel Spaß beim  
Suchen und Finden!*

### 3 Fragen an...

## CLAUS GIESCHEN, GESCHÄFTSFÜHRER ROTE NASEN DEUTSCHLAND E.V., SEIT 2011 BEI ROTE NASEN



*Sie sind gelernter Schiffskaufmann. Wie sind Sie zu ROTE NASEN gekommen und seit wann arbeiten Sie für diesen Verein?*

Als Bremer Kind bin ich mit dem Hafen und der Nähe zur See aufgewachsen. Folgerichtig wurde ich Schiffsmakler. Über Umwege bin ich schließlich in Berlin gelandet. Ich bin dann viele Jahre Geschäftsführer in diversen IT-Firmen gewesen. Man kann sagen, dass ich immer neue Herausforderungen gesucht habe ... Und so kam ich letztendlich zu ROTE NASEN: Man fragte mich, ob ich den Verein als „Business Angel“ unterstützen möchte. Ja, und dann bat man mich, Verantwortung als Geschäftsführer zu übernehmen. Das habe ich sehr gerne gemacht und steuere nun zusammen mit meiner Kollegin Kirsten Kaup das fröhliche ROTE NASEN Schiff.

*Seit Anfang des Jahres hat ROTE NASEN eine doppelte Geschäftsführung, da Sie sich Ende des Jahres in den wohlverdienten Ruhestand begeben. Worauf sind Sie besonders stolz, wenn Sie auf acht Jahre bei ROTE NASEN zurückblicken?*

Vor allem bin ich sehr froh darüber, dass ich die Entwicklung des Vereins in den letzten Jahren begleiten durfte. Mit neuen Programmen für Kinder und Senioren ist ROTE NASEN in den letzten Jahren stark gewachsen. Ich freue mich, dass ich dafür sorgen durfte, dass der Verein finanziell auf sicheren Füßen steht. Wir können mehr Lachen zu mehr Menschen bringen und das ist mir das Wichtigste.

*Was hat Ihnen der Clown mit auf den Weg gegeben?*

Mich als nüchternen Finanzkaufmann hat die Fröhlichkeit der Künstlerinnen und Künstler und die Fröhlichkeit im Büro bereichert und inspiriert. Das nehme ich mit, auch wenn ich nicht mehr bei ROTE NASEN bin. Durch die Inspiration der Clowns gehe ich gelassener mit schwierigen Situationen um.

### Humor- forschung

## DIE WISSENSCHAFT VOM LACHEN

„Lachen ist die beste Medizin!“ Dieses Sprichwort hat seine Berechtigung. Drei Gründe sprechen dafür:

- **Lachen stärkt das Immunsystem**

Die Psychoneuroimmunologie sagt, dass Humor diejenige Medizin ist, die am leichtesten einzunehmen ist und am wenigsten kostet! Mitte der 90er Jahre wies der Forscher Lee S. Berk nach, dass Lachen das Immunsystem stärkt. Er zeigte, dass bei lachenden Menschen die Werte der körpereigenen Abwehrpolizei steigen: sowohl T-Lymphozyten, die infizierte Zellen vernichten, als auch Gamma-Interferone, die für die Produktion von körpereigenen Abwehrstoffen zuständig sind.

- **Lachen wirkt gegen Stress**

Die Forscher um Lee S. Berk fanden auch heraus, dass chronischer Stress das Hormon Cortisol vermehrt, das dauerhaft zu Bluthochdruck führen kann. Wenige Minuten nach einem herzhaften Lachen stellt sich eine Entspannungsphase ein und das Cortisol sinkt.

- **Lachen macht glücklich**

Kinder haben im Krankenhaus besonders viel Angst. Sie fürchten sich vor unangenehmen Behandlungen, vor der neuen Umgebung oder der Trennung von den Eltern. „Lachen animiert wichtige körperliche Prozesse, die das Gesundwerden fördern. Nach der Clownvisite sind die Kinder voller Energie und gehen mit ihrer Krankheit viel gestärkter um!“, so Prof. Dr. Felix Berger, Deutsches Herzzentrum Berlin.



## GEMEINSAM FÜR KINDERGESUNDHEIT: ROTE NASEN UNTERSTÜTZTEN ÄRZTE OHNE GRENZEN

*Für Flüchtlinge aus Krisen- oder Katastrophengebieten kann es ein Lachen sein, das nach der Grundversorgung eines der größten Wunder und Geschenke ist. In diesem Sinne war ROTE NASEN im Rahmen des „Emergency Smile“ Programms auf der griechischen Insel Samos im Einsatz – gemeinsam mit der Hilfsorganisation Ärzte ohne Grenzen. Aus Deutschland hat Luciana Arcuri alias ROTE NASEN Clown „Maria Genial“ diese Auslandsmission begleitet.*

Das Flüchtlingslager Vathy ist hoffnungslos überfüllt. Die Zustände in den letzten Monaten haben sich drastisch verschärft. Tausende von Menschen sind gezwungen, schutzlos in der schmutzigen und unsicheren Umgebung des offiziellen Camps auszuharren. Darunter auch viele Kinder. Für eine geplante Impfkampagne holte sich die Hilfsorganisation Ärzte ohne Grenzen Unterstützung von ROTE NASEN Clowns.



Die Clowns schaffen gerade in einer solchen Behandlungssituation eine angstfreie und entspannte Atmosphäre. Sie sorgen einerseits im Wartebereich für ein positives, fröhliches Spielerlebnis für die Kinder, andererseits sind sie im Moment der Impfung eine gefühlvoller Ruhepol. Viele Spenderinnen und Spender unterstützen diese wichtige Arbeit!

**„Für unsere kleinen Patientinnen und Patienten ist es gerade aufgrund der extrem schwierigen und inakzeptablen Lebensbedingungen auf den griechischen Inseln besonders wichtig, auch Momente zu erleben, in denen sie Kind sein und lachen können. Daher ist die Zusammenarbeit mit ROTE NASEN International bei dieser Impfkampagne auf Samos sehr wertvoll“, so Laura Leyser, Geschäftsführerin von Ärzten ohne Grenzen Österreich.**

## EINMAL EINE PUPPE SEIN

*Frau H. sitzt in ihrem Rollstuhl unschlüssig vor ihrem Zimmer. Die ROTE NASEN Clowns „Nina Pawlowna“ (mit bürgerlichen Namen Martina Pietsch) und „Brischitt“ (Maria Gundolf) nähern sich vorsichtig, stellen sich neben den Rollstuhl und spähen hinein ins Zimmer. Ein Schrank voll mit alten, wunderschönen Puppen in aufwändigen Kleidern – was für ein Anblick. Frau H. bittet die Clowns ins Zimmer, sie folgt und lächelt bei all den Komplimenten über ihre Puppen. Die Puppenkleider hat sie selbst genäht, Brillen und Täschen gebastelt – detailreich und kunstvoll.*

Jetzt können ihre gealterten Augen und ihre Hände das nicht mehr leisten, aber neugierig sind sie geblieben. Wie eine ihrer geliebten Puppen nimmt Frau H. nun ROTE NASEN Clown „Brischitt“ in Augenschein. Fast schweigend, mit wenigen unverständlichen Worten.

Frau H. streichelt Brischitts Haare mit der kleinen Schleife, zieht verschmitzt an der roten Nase und rückt die schiefe Brille zurecht. Wie fühlt sich die Bluse an, aus welchem Stoff ist der rote Anzug? Die alte Dame will es genau wissen und untersucht alles mit ihren schmalen Händen, die ihr so vieles erzählen. Zum Schluss bekommt Frau H. einen Handkuss von „Brischitt“ und die beiden lächeln sich zu wie zwei alte Freundinnen nach einem ausführlichen Plausch.



**National:  
ROTE NASEN  
auf Wachstumskurs**

## WIR HABEN VIEL ZU LACHEN! 30 NEUE PARTNERCLOWNS BEI ROTE NASEN

Die Arbeit von ROTE NASEN Deutschland ist im Jahr 2018 stark gewachsen. 62 Künstlerinnen und Künstler schenken bei ihren Clownvisiten pro Jahr rund 47.500 Menschen fröhliche Augenblicke – davon 30 Partnerclowns. Diese werden finanziert durch eine Kooperation mit den Betriebskrankenkassen. Denn seit 2017 werden die Clownvisiten bei Senioren und Seniorinnen offiziell als Präventionsleistung anerkannt. Darüber freuen wir uns sehr!



In Bundesländern wie Berlin, Brandenburg, Thüringen, Baden-Württemberg, Hessen oder Hamburg finden ROTE NASEN Clownvisiten statt. 2019 starteten weitere Projekte in Rheinland-Pfalz und Sachsen.

„Die Mädels sind ein Geschenk Gottes. Was die für unsere Bewohner erreichen, ist unbeschreiblich“, schwärmt Lars Helfert, Leiter des Wohnverbundes Heidenheim. „Die Mädels“, das sind unsere Partnerclowns „Liesel und Lotti“.

Damit wir unsere neuen Projekte langfristig erhalten und ausbauen können, sind wir auch weiterhin auf die Unterstützung unserer Spender angewiesen. Für jeden einzelnen Euro sind wir dankbar!

**Mein Erbe  
schenkt  
Lachen**

Unsere kostenlose Broschüre „Mein Erbe schenkt Lachen. Wegweiser zu Testament und Erbschaft“ beantwortet viele Fragen zum Erbrecht und zum gemeinnützigen Erben.

Sie können die Broschüre bei Frau Katarzyna Rychlewicz-Saad unter der Telefonnummer: 030 2000 763-18 oder per E-Mail: katarzyna.rychlewicz-saad@rotenasen.de bestellen.



Wir bieten kostenlose Informationsveranstaltungen zum Thema Vererben an. Kommende Termine: Mi., 16.10.2019, **Stuttgart** • Do., 17.10.2019, **Frankfurt am Main** • Mi., 23.10.2019, **Berlin** *Wir freuen uns auf Sie!*

**Spenden-  
aktion  
organisieren**



Ob Sie nun Kuchen auf dem Herbstbasar verkaufen, mit den Mitarbeitern auf der Weihnachtsfeier Geld sammeln oder ein Teil des Eintrittspreises aus dem Chorkonzert spenden – eine Spendenaktion zu organisieren macht Spaß und tut Gutes. Ihren Ideen sind kaum Grenzen gesetzt. Gerne berät Sie unsere Mitarbeiterin Nina Donder, wie Sie Spenden sammeln und heilsames Lachen schenken können. Wir stehen Ihnen bei der Umsetzung und Planung beiseite.

Nina Donder, Tel.: 030 2000 763-14, E-Mail: nina.donder@rotenasen.de

**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

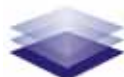
[www.rotenasen.de](http://www.rotenasen.de)

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

Spendenkonto:  
IBAN: DE70 1002 0500 0003 3192 07 · BIC: BFSWDE33BER

Bildnachweis: Gregor Zielke (S. 1, 3, 4), Kopf & Kragen (S. 2), Markus Pletz (S. 2, 4), Piero Chiussi (S. 4), RED NOSES International (S. 3),  
Redaktion: Marieke Wittneben, Annika Seiffert, Gestaltung und Satz:  
GRÜN alpha GmbH, Druck: BIT Gruppe, Lektorat: GRÜN alpha GmbH

ROTE NASEN ist Mitglied bei:



Initiative  
Transparente  
Zivilgesellschaft



Besuchen Sie uns auch bei  
Facebook und Instagram

