

Resilienz trifft auf Humor

ComFair meets Roncalli

"Das erschöpfte Gehirn"



Psychotherapeut
Fachberater
für Psychotraumatologie
Fachkraft für
sozialpsychiatrische
Betreuung

02.12.22 um 12:30 Uhr

An der Weide 27-29
28215 Bremen

COMFAIR GMBH
Bildung Beratung Entwicklung



Die Kapazität unseres Gehirns ist begrenzt. Auf Grund zahlreicher negativer Ereignisse ist für viele Menschen der Eindruck entstanden als lebten wir in einer chronisch erschöpften Gesellschaft.

Seit Jahren schrumpft die Kapazität unseres mentalen Akkus. Bewegungsmangel, falsche Ernährung, schädliche Stoffe in der Umwelt, fehlende oder schädliche soziale Interaktion, digitale Dauerbeschallung: Wir leben nicht unserer Natur entsprechend, was dazu führt, dass die Leistung unseres Gehirns immer weiter abnimmt und psychische Belastungen parallel zunehmen.

In diesem Fachseminar begeben wir uns auf die Suche nach der Quelle unserer mentalen Energie. Welche Funktion unserem „Hirn-Akku“ zukommt und was das für unser Denken bedeutet. Außerdem welche fatalen Folgen ein schrumpfender mentaler Kraftspeicher für uns, unsere Gesellschaft und zukünftige Generationen haben kann - und wie wir dem entgegenwirken können.

Ein wichtiger Faktor dabei ist Humor. „Lachen ist die beste Medizin“ heißt es. Warum das so ist, können sie in der Abendvorstellung des Circus Roncalli an eigenem Leib spüren. Gegen eine kleine Spende für den gemeinnützigen Verein Auxilium, der psychisch kranken die Teilhabe in der Gesellschaft ermöglicht, können Sie eine Freikarte erwerben.

<http://www.auxilium-ev.info/auxilium-ev/>



Anfahrt und Parken

