

# TIERISCH INTERESSANT

## KANN HUMOR DEINEM PROBLEM SCHADEN?

18.09. – 20.09.2025

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Kolleg\*innen,

hiermit laden wir Sie auch in diesem Jahr wieder zu einem „außergewöhnlichen Symposium“ in den Serengeti-Park ganz herzlich ein. Wir werden uns mit der Rolle des „Humors in unserem Leben“ näher beschäftigen. Außer Zweifel steht heute und das ist auch wissenschaftlich belegt, dass Lachen gesund ist. Lachen führt zu einer körperlichen Entspannung, verbessert die Sauerstoffsättigung im Gehirn und fördert die Ausschüttung von Glückshormonen wie Dopamin oder Endorphine. Es heißt, dass zehn Minuten Lachen in dieser Hinsicht genauso effizient seien, wie eine Stunde zu joggen. In der Kulturgeschichte des Lachens gehen die Anfänge wohl in die Steinzeit zurück, als unsere Vorfahren nach erfolgreicher Jagd ein Triumphgeheul ausgestoßen haben, um so ihrer Freude Ausdruck zu verleihen. Gleichzeitig konnten auch die anderen Stammesangehörigen mitbekommen, dass der Jagdgruppe offensichtlich etwas gelungen ist. Lachen hat also üblicherweise etwas mit Freude und Humor zu tun.

Häufig scheint es so, dass das Unglück von ganz alleine kommt. Um das Glück hingegen müssen wir uns bemühen. Die Natur hat uns die angenehmen Gefühle eingerichtet, um uns in wünschenswerte Situationen zu locken. Nicht nur wir Menschen sind so programmiert. Männliche Laborratten zum Beispiel suchen wieder und wieder die Orte in ihren Käfigen auf, an denen sie einmal Sex genossen haben – als ob sie alles dransetzen wollten, um den Spaß noch einmal zu erleben.

Die Fähigkeit, sich über etwas zu freuen und dies auch zu zeigen, ist vielen Menschen verloren gegangen, insbesondere wenn sie frühe Beschämungen und Traumatisierungen erfahren haben. Es gab dann sprichwörtlich „nichts mehr zu lachen“. Angstzustände oder Suchtsymptome sind oftmals die Folgen. Betroffene befürchten, dass sie sich lächerlich machen und sich blamieren. Sie erstarren förmlich, werden „ganz hölzern“ und verfügen nur noch über geringe Ausdrucksbewegungen. Das Gefühl wieder Freude zu erleben, positive Gefühle zulassen zu können und aktiv, bewusst zu erleben, muss dann häufig neu erlernt werden.

Auch in diesem Jahr ist es uns gelungen, namenhafte Expert\*innen für einen Vortrag zu gewinnen. Wir hoffen, dass unser Programm Ihr Interesse weckt.

In Erwartung auf ein Wiedersehen oder Kennenlernen im Serengeti-Park Hodenhagen verbleiben wir mit herzlichen Grüßen.

Ihre  
Dr. Fabrizio Sepe & RA Timo Stein  
Friederike Höner & Andreas Feyerabend

# Programm



**SERENGETI  
PARK**  
HODENHAGEN

## Donnerstag, 18.09.2025

- Ab 16 Uhr      Anreise und Check-In  
16:30 Uhr      Jeep-Tour zu den Tieren  
18 Uhr          Abendessen  
Ab 20 Uhr      • Andreas Feyerabend NAGuS GmbH & Co. KG:  
                         „Lachen ist die Beste Medizin – aber warum?“  
                         • Friederike Höner, Serengeti-Park Hodenhagen:  
                         Das Tier und sein Humor – Was wir von den Tieren lernen können

## Freitag, 19.09.2025

- Ab 10:00 Uhr    Beginn  
                         Grußworte  
                         • Christian Boenke – Bundeswehr, Leiter Familienbetreuungs-  
                         zentrum Delmenhorst:  
                         Wahrnehmender Humor  
                         • Timo Lesniewski – Clownsschule TuT - Clown Monsieur Momo:  
                         Glück ist, wenn man die Persönlichkeit hat, ein Clown zu sein  
                         • Prof. Dr. med. Michael Stephan, MHH, Psychosomatik:  
                         Humor in der Medizin – die reife Form der (Immun-) Abwehr  
                         • Anja Griese-Tola, Juristin & Mediatorin:  
                         Humor und seine Grenzen – Wann wird Humor strafbar?  
                         • Markus Strobl:  
                         FrédARico – der erste virtuelle Klinikclown  
                         Mit Hologramm, VR & AR zum Humor

## Samstag, 20.09.2025

- Ab 07:30 Uhr    Frühstück und Check-Out  
09:30 Uhr        Bustour durch die Serengeti-Safari  
                         mit Löwen-Fütterung  
10:30 Uhr        Dschungel-Safari mit Abschlussrunde  
ca. 12:30 Uhr    Ende

<b>Kosten:</b>	<b>p.P. im DZ</b>	<b>p.P. im EZ</b>
Dschungel-Lodges:	214,50 €	274,50 €
Masai-Mara-Lodges:	260,50 €	320,50 €
Tongasoa-Lodges:	246,50 €	306,50 €

(inklusive 2 Übernachtungen)  
Teilnahme ohne Übernachtung auf Anfrage möglich

## Kontakt

### Fragen zum Symposium:

Friederike Höner  
f.hoener@serengeti-park.de  
Tel.: 05164-97 99 181



Bitte fülle die beiliegende Anmeldung aus und schicke diese per E-Mail an uns zurück. Solltest Du für mehrere Personen Zimmer buchen wollen, nutze bitte nur 1 Formular und trage ersichtlich ein, welche und wie viele Zimmerkategorien es sein dürfen. Des Weiteren benötigen wir die Information für wen das/die Zimmer benötigt werden, hierzu bitte die jeweiligen Namen der Teilnehmer mit aufzuführen. Wenn Du ein Doppelzimmer benötigst, nutze bitte ebenfalls nur 1 Formular und kreuze bitte das Doppelzimmer an. Anschließend trage den Namen der zweiten Person in das vorgesehene Zusatzfeld mit ein. Anzahlung von 100 % (bitte beachte unsere Stornogebühren)



# Verbindliche Anmeldung

**Name\*:** .....

**Rechnungsadresse\*:** .....

**E-Mail\*:** .....

**Telefon\*:** .....

**Institution\*:** .....

**Unterkunft\*:**  EZ Dschungel-Lodge  DZ Dschungel-Lodge  
 EZ Masai-Mara-Lodge  DZ Masai-Mara-Lodge  
 EZ Tongasoa-Lodge  DZ Tongasoa-Lodge

**Kontakt Daten Person 1:**  
Name .....  
Telefon .....  
E-Mail .....  
.....

**Kontakt Daten Person 2:**  
Name .....  
Telefon .....  
E-Mail .....  
.....

**Essen:**  Vegetarisch  Vegan  
 Keine Besonderheiten  Sonstiges: .....

**Datum, Unterschrift** .....

Mit Deiner Unterschrift verpflichtest Du dich zur Übernahme der anfallenden Kosten für das Seminar.

## \*=Pflichtfelder

Die Zahlung des Gesamtbetrages muss spätestens 10 Tage nach Erhalt der durch uns versendeten Bestätigung erfolgen. Umbuchungen und Stornierungen sind bis 30 Tage vor Anreise kostenfrei möglich. Ab dem 29. Tag berechnet der Serengeti-Park 50 % Stornogebühr des Gesamtpreises. Bitte beachte, dass wir bei einer Stornierung Deines Aufenthalts am Anreisetag oder bei einem Nichtantritt der gebuchten Leistungen 100% Stornogebühren berechnen werden. Wir empfehlen unseren Gästen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung bei einem entsprechenden Versicherer. Als maßgeblicher Stichtag für die Berechnung der Frist gilt das Eingangsdatum der Stornierungserklärung des Gastes beim Serengeti-Park.

**Anmeldung an:**  
Serengeti-Park Hodenhagen GmbH  
Rezeption Lodges  
Am Safaripark 1  
29693 Hodenhagen

ubernachten-gruppen@serengeti-park.de  
Tel.: 05164-97 99 90