

Aufwind

EINE INITIATIVE DES KUNST- UND KULTURVEREINS UND DER STADT ZELLA-MEHLIS



... LÄDT EIN:

Es wird langsam ungemütlich draußen: kalt, nass und außerdem früh dunkel. Es ist die richtige Zeit, um bei einer gemütlichen Tasse Tee und Kerzenschein unseren Newsletter nach interessanten und abwechslungsreichen Veranstaltungen zu durchforsten. Dies ist Deine Zeit für Dich, bevor wir alle wieder in das Vorweihnachts-Getümmel abtauchen. Jetzt kannst Du Dich um Deine Gedanken, Deine Bildung, Dein Vergnügen und Deinen Körper kümmern. Wir wünschen Dir viel Freude dabei!

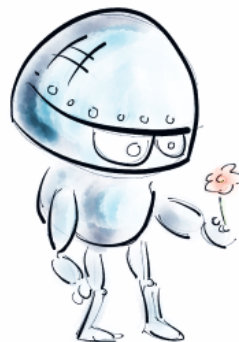
(Dieser Inhalt ist original Kopf-generiert und kommt von Herzen.)

UNSERE VERANSTALTUNGEN IM NOVEMBER

SPRUCHREIF

Gesprächsrunden mit Ausblick, Impulsvorträgen,
alten & neuen Perspektiven!

Spruchreif



VERANSTALTUNG: Diskussionsrunde

Mittwoch, 08.11. von 19-21 Uhr in der Scheune am Bürgerhaus

Künstliche Intelligenz - Fluch oder Segen? (oder: Die Verführung der KI)

Müssen wir Menschen uns an diese schnelle technologische Entwicklung anpassen? Haben wir überhaupt eine Wahl, wenn wir an der Gesellschaft weiterhin teilhaben möchten?

Geht es bei den zukünftigen Jobs um die Lösung eines Problems (evtl. besser vom Computer zu lösen) oder geht es um den Aufbau einer Beziehung?

Welche Annahmen haben wir über die Fähigkeiten, die nur Menschen besitzen, und diejenigen, die Maschinen automatisieren können?

Können wir noch unsere Fähigkeiten entwickeln, wenn wir in die Bequemlichkeit zurückfallen und die KI unsere Texte schreiben, unseren Gesundheitszustand beurteilen, unseren Weg zeigen oder uns unser Outfit aussuchen lassen?

Wir besprechen, an welchen Stellen sich die künstliche Intelligenz in unser aller Leben zeigt - und welche Konsequenzen dies heute hat und langfristig haben könnte.

Diskutiere mit! Jede Meinung zählt!

Ohne Anmeldung, Eintritt: frei

PERSÖNLICHE WAHRNEHMUNG, WIRKUNG & SOUVERÄNITÄT

Kommunikationsworkshop mit Wolfgang U. Lauer



WORKSHOP (verschoben vom Juni)

Samstag, 11.11. 10-16 Uhr in der Scheune am Bürgerhaus Zella-Mehlis

Praktisch, konkret und lebensnah trainieren wir mentale, nonverbale und verbale Strategien und Techniken, die uns befähigen, vielfältige Situationen und unterschiedlichste Personen in Beruf und Alltag souverän zu managen.

Erfolg oder Misserfolg - Das Gedächtnis entscheidet.

Wir danken für eine Voranmeldung wegen begrenzter Teilnehmerzahl. Zu Mittag wird es eine Suppe als kleinen Imbiss geben.

Anmeldung bis zum 03.11. unter 0176 43460934 oder post@aufwind-zm.de oder über unsere Webseite <https://www.aufwind-zm.de/teilnahme-an-einer-veranstaltung/>

Sonderpreis: 25 €

BODYART

Bewegungstraining mit Lin



VERANSTALTUNG

Samstag, 18.11. 16 Uhr in der Scheune am Bürgerhaus Zella-Mehlis

“BODYART war meine Therapie zurück ins Leben.” tituliert Lin ihre Arbeit.

BODYART fördert die **Achtsamkeit**. Wenn wir auf unsere Bewegungen achten, werden auch unsere Interaktionen achtsam.

Durch Bewegung fördern wir **Empathie**. Wir verstehen, wie sich verschiedene Körper bewegen und reagieren, und entwickeln Empathie für die Erfahrungen anderer.

In einer Kombination aus Stressabbau, Kraftaufbau und mentaler Entspannung trainiert BODYART auf ästhetische Art und Weise den Körper und den Geist.

Diese Veranstaltung dient als Kick-Off für einen Online-Kurs für jeden, der Interesse hat, weiterzumachen.

Anmeldung bis zum 15.11. unter 0176 43460934 oder post@aufwind-zm.de oder über unsere Webseite <https://www.aufwind-zm.de/teilnahme-an-einer-veranstaltung/>

Bitte bringt eine Matte mit und tragt bequeme Kleidung!

auf Spendenbasis

DENKMUSTER

Jeder sieht die Welt anders



VORTRAG

Mittwoch, 29.11. 19 Uhr in der Scheune am Bürgerhaus Zella-Mehlis

Wer hat recht? Alle!

Warum scheint gerade alles "zu viel" zu sein? Weil wir dazu tendieren, alles in "richtig" oder "falsch", "ja" oder "nein", "das glaube ich" oder "das glaube ich nicht" einzuteilen. Polarisierung strengt an.

Wie können wir besser miteinander umgehen? Jeder kann lernen, die Welt aus der Sicht des Gegenübers, des Kindes, des Chefs oder des Konkurrenten wahrzunehmen. Andere "so sein lassen" entspannt.

Vorgestellt wird ein Entwicklungsstufenmodell, das Dich dabei unterstützt, die Welt auf eine neue Weise zu sehen. Du wirst Deine Sicht auf die Welt erkennen und warum sie sich von anderen Denkmustern unterscheidet.

Ein Vortrag über unsere Entwicklungsphasen, Werte und Gesinnung von Verena Würfel.

Kostenfrei. Wir danken für Voranmeldung unter 0176 43460934 oder post@aufwind-zm.de oder über unsere Webseite <https://www.aufwind-zm.de/teilnahme-an-einer-veranstaltung/>

UND SONST NOCH:

ELEFANTEN UND MÜCKEN



VERANSTALTUNG: Gesprächsreihe

Freitag, 01. Dezember 18 Uhr Galerie im Bürgerhaus

Elefanten und Mücken lädt wieder ein.

Auch dieses Mal sind drei Bürgerinnen und Bürger aus Zella-Mehlis zu Gast, die Einblick geben in Themen, die ihnen wichtig sind. Im Anschluss an jedes Zwiegespräch haben die Gäste im Publikum die Möglichkeit, genauer nachzufragen. Zum Beispiel bei Enya:



Die 17-jährige Enya aus Zella-Mehlis liebt den Herbst, ihre Familie und hat ihren Style gefunden. In der Gothic-Szene zu Hause erzählt sie, warum schwarz sie glücklich macht, welche Unterstützung sie daheim bekommt und welchen besonderen Berufswunsch sie hat. Enya wünscht sich ein Umfeld, am besten eine ganze Welt, in der sich jeder und jede frei ausdrücken kann. Sie freut sich auf eine Unterhaltung mit dem ganzen Publikum. "Ich finde es immer gut, wenn Leute mir Fragen stellen, anstatt aufgrund meines Aussehens irgendwas zu vermuten."

"Elefanten und Mücken" ist ein Abend, der unsere Gemeinsamkeiten und Unterschiede zeigt. Wir feiern beides bei Tee und letzten Plätzchen.

Mit Enya und weiteren Gästen. Der Abend wird moderiert von Julia Pöhlmann.

Wir sehen uns in der Galerie im Bürgerhaus Zella-Mehlis.

Kostenfrei

NEU IM KREATIVRAUM

"Wer innehält, bekommt von innen Halt."

Laotse



Liebst Du auch das Anzünden einer Kerze?

Die Kerze als Symbol für Licht und Verbundenheit lädt in der dunklen Jahreszeit ein, um zurückzuschauen und inne zu halten. Durch Deinen tiefen Blick in das Kerzenlicht bist Du entspannter und kannst einfacher in Verbindung zu Dir selbst und zu anderen gehen.

Besonders viel Freude macht dies mit einer selbst gegossenen Kerze ;).

Dank der zahlreichen Unterstützung von Menschen aus Zella-Mehlis konnten wir dieses Jahr Erfahrungen im Recycling von alten Wachsresten sammeln. Herausgekommen sind unter anderem diese Regenbogenkerzen, die wir in Stapelchips-Dosen gegossen haben (rechteckige Tetra Paks gehen aber auch).

Die Kerzen können für einen Beitrag von 10 Euro im Bürgerhaus erworben werden.

NEUER BLOGBEITRAG

Bodenfruchtbarkeit und Hochbeet – Tipps von Lydia Ehrentraut



Mitschrift unserer Veranstaltung vom 17.10.2023:

[Blogeintrag zur Bodenfruchtbarkeit](#)

IMPROTHEATER: DAS VIRUS

Märchendinge - Jede Vorstellung ist eine Premiere



VERANSTALTUNG

Donnerstag, 02.11. 19.30 Uhr Scheune am Bürgerhaus

Großvaters Taschenuhr ist voller Erinnerungen, genauso wie Mutters Schürze und andere Alltagsgegenstände. Welche Geschichten verstecken sich in ihren und Euren Schränken und Schubfächern? Wählt einen Gegenstand aus und bringt ihn mit zur Show!

Immer auf der Suche nach neuen Inspirationen, hat sich das Ensemble „Das Virus“ eine große Herausforderung gesucht: Die Welt der Märchen.

Die jungen Schauspielerinnen und Schauspieler improvisieren Geschichten von überirdischen Kräften, Kreaturen und Abenteuern. Ausgangspunkt ist dabei immer ein Ding, ein Gegenstand aus dem Publikum. So entstehen neue Märchen, die wir gemeinsam entdecken und die Ihr mit nach Hause nehmen könnt.

SPIELZEUGMARKT

Sonnenschein im Advent



VERANSTALTUNG

Donnerstag, 03.12. 10-16 Uhr im Freizeittreff in der Hugo-Jacobi-Straße 10

Zu einem besonderen Spielzeugmarkt laden die Eltern des christlichen Kindergartens Sonnenschein am ersten Adventswochenende ein. Unter dem Motto „Sonnenschein im Advent“ haben sie einen Second-Hand-Markt für Spielzeug organisiert. Familien, Freunde und alle Interessierten sind an dem Tag zum Shoppen, Basteln und Verweilen willkommen und können mit einem Besuch des kleinen Marktes in der Vorweihnachtszeit auch Gutes tun. Beim Spielzeugmarkt wird nicht nur gut erhaltenes Spielzeug verkauft, sondern es wird mit einer Geschenke-Aktion von Kindern für Kinder das Schenken an Weihnachten unterstützt.

Hungrig muss niemand nach Hause gehen, neben Kaffee und Kuchen werden Glühwein, Plätzchen, Waffeln und Suppe verkauft. All das ist dank großzügiger Sponsoren möglich.

Alle Einnahmen an diesem Tag sind freiwillig und auf Spendenbasis. Der Erlös geht an den Kindergarten Sonnenschein.

ZU GUTER LETZT

Eine Anregung aus unserem Aufwind-Beirat:

Textauszug aus dem Newsletter 152 von Stefan Hiene
Stefanhiene.de

Die Zeit der Apokalypse ist voller süßer Versuchungen:

"Nur noch dieses kleine Tal durchschreiten, dann werden wir endlich von höheren Mächten gerettet!"

"Wann begreifen es die anderen denn endlich?"

"Jetzt reicht's aber wirklich und endgültig!"

(...)

Hass basiert immer auf Angst. Nur Angst, die nicht im Körper gefühlt wird, wird zu Hass.

Jeder Krieg beginnt mit einem Angriff unter falscher Flagge, weil als Erstes die natürliche Ablehnung von Gewalt durch einen kollektiven Aufschrei überwunden werden muss.

'Jetzt reicht's aber wirklich!' ist der Ausruf, den es vor der Eskalation braucht. Und genau dorthin wirst du mit Hilfe von Informationen gebracht. Es geht nicht um den Wahrheitsgehalt der Informationen, sondern um ihre Auswirkungen auf dich. Informationen bündeln unzählige Parallelwelten zu einigen wenigen.

Das Ziel von Nachrichten ist nicht die Information, sondern die emotionale Wirkung auf die Menschen, also auf dich.

Jeder gute Werber weiß, dass es nicht um den Informationsgehalt einer Werbung geht, sondern um die emotionalen Trigger. Warum sollte das in der Politik anders sein?

'Jetzt reicht's aber wirklich!', sagen und denken wir nur, wenn wir meinen zu wissen, was Sache ist. Als wüssten wir, was vor sich geht. Als hätten wir eine Ahnung.

Und genau dieser Eindruck soll mit Hilfe der Medien vermittelt werden. Wir glauben das wirklich! Wir sind sogar überzeugt davon, dass wir wissen, was woanders passiert. Wir glauben, wir hätten einen Einblick, weil wir Zeitung lesen, fernsehen oder Radio hören.

(...)

Mit dem Internet kam die Lösung des scheinbaren Informationsmangels, ohne dass sich der Zustand der Welt insgesamt positiv verändert hätte.

Die positive Veränderung gab es für dich nur, wenn du die Informationen für dich genutzt hast, statt so, wie sie gedacht sind, gegen dich.

Manipulation kannst du nur dann für dich nutzen, wenn du dich während des Vorgangs der Manipulation beobachtest.

Wir könnten also mit Hilfe der Medien herausfinden, wie wir manipuliert werden. Wir müssten beobachten, wie unsere eigene Hypnose funktioniert. Diese Beobachtung geht weit über die Ablehnung der Medien hinaus. Doch die Indoktrination sitzt so tief, dass wir uns gar nicht selbst beobachten wollen.

Etwas abzulehnen, weil es dich beherrscht, ist einfach.

Herauszufinden, wie es dich beherrscht, ist die höchste Kunst.

Es gibt einen Schritt in der Spiritualität, den wollen die meisten nicht gehen. Es ist der Schritt in die echte Neutralität jenseits von Leid, Drama und Geltungssucht.

(...)

Meine Erinnerung zur Verinnerlichung:

»Sobald du Partei ergreifst, bist du Teil des Konflikts.«