

Wie Wellness fürs Auge

LENZBURG Tele-M1-Moderatorin Chantal Hediger stellt ihre Werke im Café Bank aus.

HELENE BASLER-MÄRCHY

Grossformatige Bilder, grossflächig gemalt, hängen derzeit in der Raiffeisenbank und im Café Bank (Brändli) am Lenzburger Bahnhofplatz. Harmonisch fügen sie sich in die ebenfalls farbigen Räume ein. Sie sind ungegenständlich: Dem Betrachter steht es frei, sie als Farbflächengefüge oder als Meereswogen und Landschaften wahrzunehmen. Vereinzelt tauchen aus ihnen dunkle, zeichenartige Gestalten auf. Allen Bildern gemeinsam aber sind ansprechende Farbklänge, eine Art «Wellness fürs Auge».

Chantal Hediger ist keine Unbekannte, zumindest nicht fürs Tele-M1-Fernsehpublikum. Die Moderatorin und ausgebildete Schauspielerin, Tochter einer Südafrikanerin und eines Schweizer, hat seit je gern gemalt. Aufgewachsen in einer kunstinteressierten Familie, hätte sie auch gerne Bilder bekannter Maler erworben. Weil solche unerschwinglich waren, griff sie 1992 sel-

ber zu Pinsel und Farbe und schuf eigene Werke. In ihrem Atelier in Buchs geht sie je nach Stimmung von einer Farbe aus, kombiniert sie mit anderen Farbflächen. Sie experimentiert mit Bleistift, Kreide, Acrylfarbe, Sand, Gel.

In Kursen und Art-Workshops in der Schweiz und in Los Angeles holte sie sich weiteres Rüstzeug für ihr Schaffen und schliesst nächstens ihre Ausbildung als Mal- und Kunsttherapeutin ab. Verschiedentlich waren ihre Bilder in Ausstellungen zu sehen.

Die Vernissage wurde eröffnet durch Daniel Lüscher, Leiter der Bank. Vernissage-Rednerin Mani Sokoll führte aus, dass die Bilder nicht in erster Linie intellektuell hinterfragt werden sollten. Emotional befreiend und beglückend sollten sie wirken.

HINWEIS

AUSSTELLUNG bis 13. 9. Am 23. 8. und am 13. 9. ist die Künstlerin anwesend.



Ein Bild, das an dunkle Gestalten erinnert: *Mystery of Three*.

HELENE BASLER-MÄRCHY

Schnuppern vor dem definitiven Kursbesuch

REGION Die Pro-Senectute-Beratungsstelle Lenzburg lädt am 29. August zum Bildungs-Schnuppertag.

Die Pro Senectute organisiert für Senioren seit Jahren ein vielfältiges Kursangebot. Jetzt beschreitet die Beratungsstelle des Bezirks Lenzburg neue Wege. Sie organisiert Ende August erstmals einen Bildungs-Schnuppertag. Ein Teil der Kurse, die im Angebot des zweiten Halbjahres stehen, werden am 29. August von den Kursleitungen im Rahmen einer kostenlosen Schnupperlektion vorgestellt. Interessierte können sich so ein Bild des Kursinhaltes machen.

BEKANNTES UND UNGEWISSES

Es gibt Schnupperlektionen, bei welchen schon der Titel ziemlich genau sagt, worum es im Kurs geht – so zum Beispiel bei Spanisch, beim Aquarellieren, beim Gedächtnistraining und bei der Atemgymnastik. Am Bildungs-Schnuppertag kann aber auch Unbekanntes kennen gelernt werden. Die Pro Senectute erhofft sich, dass Interessierten mit diesem Angebot nicht nur der Ent-



Michelangelo ist Inhalt eines Kurses. ZVG

scheid zur Anmeldung leichter fällt, sondern das der eine oder andere entdeckt, was ihn eigentlich schon seit langem interessiert.

In der Schnupperlektion «Leben und Werk berühmter Persönlichkeiten» wird die Kursleiterin unterhaltend und mit Illustrationen über berühmte Persönlichkeiten wie Michelangelo oder Kolumbus berichten. Die Teilnehmenden haben vielleicht einiges schon einmal gelernt oder gehört. So wird der Kurs zu

einer Mischung aus Weiterbildung und Gedächtnistraining. Jin Shin Jyutsu tönt ebenfalls sehr exotisch – ist aber in der Anwendung einfach. In diesen Lektionen werden Tipps vermittelt, wie man durch Halten der Finger oder anderer Energieströme im Körper ohne jede Anstrengung besseres Wohlbefinden und mehr Lebensqualität erreichen kann.

NEUER SCHWUNG FÜR GRAUE ZELLEN

Oder im Kurs «Neuer Schwung für graue Zellen – Gehirntraining einmal anders» wird Bewegung mit Gedächtnisübungen kombiniert. Die koordinativen Fähigkeiten werden zum Beispiel mit Jonglieren gefördert. Über den Mittag haben die Kurs-Schnupperer zudem die Gelegenheit, sich mit einem kleinen «Versucherli» vom Mahlzeitendienst zu verpflegen – um einen Eindruck dieser weiteren Dienstleistung von Pro Senectute zu erhalten.

VON SPANISCH ZU FENG-SHUI

Der Bildungs-Schnuppertag am 29. August findet an der Bachstrasse 31 in Lenzburg statt. Am Vormittag finden folgende Schnupperlektionen statt (alle im Kurslokal): Spanisch Anfänger (8.45 Uhr), Aquarellieren (9.45 Uhr), Leben und Werk berühmter Persönlichkeiten (10.45). Am Nachmittag finden zwei Schnupperlektionen parallel statt: Im Kurslokal geht es weiter mit Schüssler Mineralstoffen (13.30 Uhr), Gedächtnistraining (14.30 Uhr), Informationen aus der Beratungsstelle (15.30 Uhr) und Feng-Shui (16.30 Uhr). Im Raum Sonnenstube im Alterszentrum gehts los mit Atmen und Bewegen (13.30 Uhr), dann folgen Qi Gong (14.30 Uhr), Jin Shin Jyutsu (15.30 Uhr) und Neuer Schwung für graue Zellen (16.30 Uhr). Die Schnupperlektionen dauern jeweils 45 Minuten. (me)

Wer genau weiss, welche Lektionen ihn oder sie interessieren, wird gebeten, sich anzumelden (062 891 77 66). Kurzentschlossene sind aber jederzeit willkommen. (me)