

FBP-Termine

Herbsttreffen der Ortsgruppe Balzers

BALZERS Die FBP-Ortsgruppe Balzers lädt alle zu ihrem Herbsttreffen 2011 in die Mühle in Balzers ein. Traditionsgemäss steht bei diesem Anlass die Frau im Mittelpunkt. Marion Leal referiert über ihre vielfältige Arbeit bei der Krebshilfe Liechtenstein im Umgang mit betroffenen Krebspatienten, Familien, Ärzten und Behörden. Der Befund, von einem Krebsleiden befallen zu sein, kann jede und jeden von uns treffen. Die plötzliche Diagnose «Krebs» kann unser Leben von heute auf morgen vollkommen verändern. Wie geht man als Patientin oder Patient mit solch einem Schicksal um? Was kann dabei eine starke Familie oder ein verständnisvoller Freundeskreis bewirken? Diese und weitere Fragen wollen wir mit Marion Leal sowie den beiden in Balzers wohnhaften Krebspatientinnen Manuela Risch und Barbara Nipp diskutieren. Im Anschluss an das Referat wird unter der Leitung von Monika Frick eine Diskussion stattfinden. Manuela Risch und Barbara Nipp berichten aus ihrem Leben, wie sie mit der Krankheit sowie mit damit verbundenen Sorgen und Ängsten umgehen. Zum Abschluss des Herbsttreffens findet ein gemütlicher Ausklang statt. Wir freuen uns auf euer Kommen.
FBP-Ortsgruppe Balzers

«Hilfe Krebs – Nein Krebshilfe»

- **Referentin:** Marion Leal, Geschäftsführerin der Krebshilfe Liechtenstein, anschliessend Diskussionsrunde mit Manuela Risch, Barbara Nipp und Marion Leal
- **Moderation:** Monika Frick, Vizevorsteherin
- **Termin:** Sonntag, 6. November, ab 16.30 Uhr Apéro, um 17 Uhr Beginn des Referates
- **Ort:** Mühle Balzers

FBP-Ortsgruppenversammlung mit Vorstandswahlen

GAMPRIN Am Montag, den 14. November, veranstaltet die FBP-Ortsgruppe Gamprin im Restaurant Löwen in Bendern um 19.30 Uhr eine Ortsgruppenversammlung. An dieser Ortsgruppenversammlung informieren und diskutieren die FBP-Gemeinderäte zu derzeit aktuellen Themen aus der Gemeinde. Die Besucher erhalten dabei Informationen zu den Themen «Zukunft der Kulturgütersammlung», «Treffpunkt Grossabünt» und «Altstoffsammelstelle Gamprin-Bendern». Nach der Verabschiedung der ehemaligen Mandatäre und Vorstandsmitglieder der FBP-Ortsgruppe Gamprin, findet die Wahl des neuen Ortsgruppenvorstandes statt. Wir freuen uns auf eine möglichst rege Teilnahme.

Vorstand der FBP-Ortsgruppe Gamprin



Aeulestrasse 56, 9490 Vaduz
Tel.: 237 79 40
Fax: 237 79 49
www.fbp.li

Erwachsenenbildung

Figürliches Modellieren mit Ton

SCHAAN Die Teilnehmenden lernen plastische Grundbegriffe der traditionellen Bildhauertechnik und werden mit der Anatomie des menschlichen Körpers vertraut gemacht. Hilfestellung bei der Gestaltung. Es kann eine Plastik des gesamten Menschen modelliert werden, genauso wie einzelne Körperteile, z. B. ein Arm, ein Kopf oder ein Torso. Der Kurs 143 unter der Leitung von Katharina Bierreth beginnt am Samstag, den 5. November, um 9 Uhr im GZ Resch in Schaan. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein Egerta, (Telefon: 232 48 22; E-Mail: info@steinegerta.li). (pd)

Vollmar: «Oft nehmen wir Farben gar nicht bewusst wahr»

Interview Im Seminar im Haus Gutenberg entführt der Buchautor und Psychologe Klausbernd Vollmar demnächst in das Reich der Farben und Sinne. Im «Volksblatt»-Interview macht der aus dem Rundfunk bekannte Spezialist für Wahrnehmung deutlich, dass Farben Raum schaffen und auf unsere Entspannung und Gesundheit wirken.

Klausbernd Vollmar, was ist das Geheimnis der Farben?

Das Geheimnisvolle liegt darin, dass wir Farben oft nicht bewusst wahrnehmen, sie aber dennoch erheblich auf unsere Wahrnehmung wirken und damit auch auf unsere Stimmungen und unser Denken. Wenn man so will, kann man sich und andere durch die Farbumgebung, in der man auftritt, manipulieren. Firmen geben sich beispielsweise durch das Farbdesign ihres Logos und ihrer öffentlichen Räume ein bestimmtes Image, was - in geringerem Masse - auch jeder in seinem Heim mehr oder weniger bewusst macht. Ausserdem besitzen Farben mit ihrer Symbolik historisch entstandene Bedeutungen, die vom Unbewussten abgerufen werden, auch wenn der Betrachter diese nicht kennt.

Wie beeinflusst unsere Farbumgebung unser Wohlbefinden?

Durch die physiologischen Prozesse, die bei der Farbwahrnehmung auftreten. Wichtig ist dabei, dass wir Farben nicht direkt sehen, sondern dass die Farbwahrnehmung das Ergebnis einer Berechnung im Gehirn ist. Es geht darum, wie viel lichtempfindlicher Farbstoff in den drei Rezeptoren für Rot, Grün und Blau in den Zäpfchen abgebaut wird. Im Gehirn tritt eine Verbindung zwischen dem Zentrum für die Farbwahrnehmung und den Zentren für Emotionen auf. Dadurch ergibt sich, dass zum Beispiel warme Farben als Stimmungsaufheller und aktivierend wirken, wohingegen kalte Farben leicht die Tendenz zeigen, unsere Stimmung zu trüben oder uns zu beruhigen. Letztendlich geht das auf die Lichtmysterienreligionen Alt-Persiens zurück (Zoroaster), in denen das Helle als positiv und das Dunkle als böse bewertet wurde. Es hängt auch von der Landschaft und dem Klima ab, wie auf uns eine Farbe wirkt. So erzeugen in warmer bis heisser Umgebung kalte Farben ein Wohlgefühl, während in kühler bis kalter Umgebung warme Farben uns ein positives Gefühl vermitteln. Allgemein gilt: Je heller der Raum ist, in dem eine Farbe auftritt, desto positiver werden die kalten, dunklen Farben wahrgenommen. Ist der Raum eher dunkel, schaffen die warmen, helleren Farben ein Wohlgefühl. Auch die Grösse des Raums ist wesentlich, in dem die Farbe auftritt. Je kleiner der Raum, desto mehr sollte man dunkle Farbakzente vermeiden. Grundsätzlich gilt: In Räumen der Kommunikation und kreativer und intellektueller Arbeit wirken Gelbtöne vorteilhaft. In Räumen der Ruhe und Entspannung schaffen Blautöne ein Wohlbefinden und dort, wo Leidenschaft gefordert ist, unterstützen uns Rottöne.

Wo findet die Farbenlehre ihre Grenzen? Kann man dank eines entsprechend farbig gesprühten Schlafzimmermöbels aus einem Romantikmuffel einen «Latin Lover» machen?

Farbe kann nur begrenzt grundsätzlich psychologische Strukturen ändern, aber sie kann momentane Stimmungen verändern. Man beruhigt sich durch eine grüne oder blaue Farbumgebung; eine orange oder gar rote Farbumgebung aktiviert selbst den depressiv Verstimmt wieder. Mit Gelb kann man die Kommunikation fördern und mit hellen Brauntönen eine gemütliche Atmosphäre schaffen. Spritzt man sein Schlafzimmermöbel beispielsweise rot, wird zwar der Romantikmuffel nicht gleich zum «Latin Lover», aber dass er - zumindest auf die Dauer - leidenschaftlicher wird, darauf kann man spekulieren. Weicht jedoch die neue Farbgebung zu sehr von der gewohnten



Also doch: «Frauen nehmen Farben differenzierter wahr als Männer, was sich darin zeigt, dass sie ungleich mehr Farbnuancen als Männer unterscheiden können», sagt Klausbernd Vollmar. (Fotos: SSI/ZVG)

ab, wird sie leicht als unpassend oder hässlich abgelehnt. Eine geringe Abweichung wirkt jedoch im intendierten Sinn.

Wie kann man mit Farben besonders schöne Erlebnisse, beispielsweise aus dem vergangenen Sommerurlaub, in die eigenen vier Wände holen?

Jede Landschaft ist von bestimmten Farbklängen geprägt. Diese kann man bei Accessoires oder in der gesamten Raumgestaltung als Thema aufnehmen und schon hat man den Hauch der Stimmung des schönen Sommerurlaubs. Ich zum Beispiel bin Arktis-Fan. In einem meiner Zimmer nehme ich die Weisstöne der Eisberge immer wieder auf, indem ich Schranktüren und alle grösseren Gegenstände des Raums in dieser Farbe spritze. Sitze ich in dem Zimmer, fühle ich mich wie auf meiner letzten Expedition nach Grönland.

Wie nehmen Männer und Frauen Farben wahr?

Frauen nehmen Farben differenzierter wahr als Männer, was sich darin zeigt, dass sie ungleich mehr Farbnuancen als Männer unterscheiden können. Dazu kommt, dass die Farbwahrnehmung bis zum etwa vierten Lebensjahr bei allen Kindern wichtiger als die Formwahrnehmung ist. Danach gehen jedoch Frauen und

Männer unterschiedliche Wege: Für Frauen bleibt die Farbwahrnehmung wichtiger als die Wahrnehmung der Form, wohingegen bei Männern nun die Formwahrnehmung wichtiger wird. Daraus lässt sich folgern, dass die Farbwahrnehmung in der weiblichen Welt wichtiger als in der männlichen Welt ist. Fast jedes Mädchen durchläuft in unserer Kultur eine Rosa-Phase, das findet bei Jungen nicht statt, dort wird Rosa als «kitschig» oder «süßlich» abgelehnt.

Wie verändert sich mit den unterschiedlichen Lebensphasen unser Farbgeschmack?

Die meisten Menschen unserer Kultur durchlaufen folgende Wandlung: Als Babys lieben alle Rot, das ist weltweit und archetypisch. In der Kindheit und Jugend gibt es eine Tendenz zur Vorliebe für die ungeborenen, bunten Farben. Mit zunehmendem Alter werden die Farben gebrochener oder bedeckter oder bunte Primärfarben werden mit den unbunten Farben Schwarz, Grau und Weiss kombiniert. Im Alter sind dann traditionell Schwarz oder Pastellfarbtöne (Farben mit starker Weissbrechung) beliebt.

Welchem Möbelstück würden Sie als Erstes ein neues Farbkleid verpassen?

Die Türen meiner Schränke im Schlafzimmer und in der Küche. Ge-

rade durch das Umspritzen von grösseren Flächen wie Schranktüren kann man relativ einfach ein völlig neues Raumgefühl schaffen, ohne die Möbel umzustellen oder Tapeten auszuwechseln.

Welche Assoziationen weckt Ihre Lieblingsfarbe in Ihnen?

Meine Lieblingsfarbe ist beispielsweise ein warmes Gelb, das mich an Fröhlichkeit, Sonne und Kommunikation denken lässt. Die Schranktüren in meinem Schlafzimmer und der Küche würde ich so spritzen. Ich besitze auch einen grossen safrangefärbten gelben Teppich, der so eine einladende Weite vermittelt, dass ich mich meistens auf ihn setze, was für mich auch mit einer Art «Orientstimmung» wie in 1001 Nach verbunden ist. Allerdings würde ich mir kein gelbes Auto kaufen. Wenn wir von unserer Lieblingsfarbe sprechen, wäre es töricht, nun alles in dieser Lieblingsfarbe umzuspritzen. Die Farbe muss zur Funktion des Gegenstands passen. Einen gelben Kühlschrank fände ich genauso unpassend, wie die Rohre der Kaltwasserleitung gelb zu spritzen. (pd)

Das Seminar «Symbol und Wirkung der Farben» im Haus Gutenberg in Balzers startet am Freitag, den 11. November, und dauert bis Samstag, den 12. November. Anmeldungen und weitere Auskünfte: Telefon: +423 388 11 33; E-Mail: gutenberg@haus-gutenberg.li; Homepage: www.haus-gutenberg.li.

ANZEIGE

iPhone 4 S

ab sofort
erhältlich

Detailinfos unter www.telecom.li.

Telecom Center: Poststrasse 14 · LI-9494 Schaan · Gratisnummer LI 800 22 22
Montag bis Freitag 8.30–12.15 Uhr, 13.30–18.30 Uhr · Samstag 8.30–13.00 Uhr