

*Die Wahrnehmung weiss mehr, als Sie glauben.  
Zeichen sagen mehr, als Sie denken.  
In jedem Augenblick.  
Schauen Sie nach, das macht Sinn.*

Entdecken Sie die Schichten und Sichten,  
die sich Ihnen durch jeden Augenblick eröffnen.  
Die **Begegnungen** zur Wahrnehmung des Augenblicks  
schaffen Klarheit. Spielerisch und verbindlich.

**Augenblick!**  
**Fingerübungen für die Wahrnehmung**  
**Fitness für Hirn und Herz**  
**Orientierung für die Sinne**  
**Im Standpunkt Fuss fassen**  
**Zur Sache kommen**  
**Auf den Spuren der Sinnfindung**  
**Den inneren Kompass vor Augen**  
**Neue Perspektiven am Horizont**

André Vladimir Heiz  
**DAS LEBEN IST DIE WAHRE KUNST**  
An der Quelle der Wahrnehmung  
Den Zeichen auf der Fährte  
Im Spielraum des Lebens

# Aufenthaltort Augenblick! Begegnungen

Wahrnehmen wahr machen  
Zeichen erkennen Zeichen setzen  
Chancen begreifen das Leben ergreifen



**Im Kulturhaus Helferei**  
**Kirchgasse 13, 8001 Zürich**

**Der Augenblick?**  
**Eine Frage der Wahrnehmung.**  
**Der Augenblick?**  
**Das auslösende Moment einer Entscheidung.**  
**Der Augenblick?**  
**Ein Merkmal der Gegenwart.**  
**Der Augenblick macht den wesentlichen Unterschied!**

Schenken Sie dem **Augenblick** Ihre ganze Aufmerksamkeit, ja, nehmen Sie sich **Zeit** für den Augenblick!

Die **Begegnungen zum Augenblick** sind dem Dialog verpflichtet.  
Wir sitzen gemeinsam am runden Tisch.  
Um die (Selbst) Wahrnehmung dreht sich alles.  
Und um unseren Umgang mit Zeichen. In allen Lebenslagen.  
Im Alltag, bei der Arbeit, in der Freizeit, bei Spiel und Sport.  
In der Beschäftigung mit uns selbst  
und in der Zuwendung zu Anderen.  
Wir gehen von einfachen Gegenständen und Beispielen aus,  
die aus dem Leben gegriffen sind.  
Unterhaltsame Übungen kommen auf den Punkt.  
Naheliegend, weiterführend, erhellend und erbaulich.

Die **Matinées** können einzeln besucht werden.  
Als Ganzes ergeben sie einen sinnvollen Zusammenhang.  
Unterlagen und übersichtliche Modelle zu den jeweiligen Themen  
werden mitgegeben – auf den Weg.

Der Autor, Dozent und Forscher Dr. André Vladimir Heiz  
stellt Einsichten der Wahrnehmungspsychologie und Erkenntnisse  
der Zeichentheorie in den Dienst einer verbindlichen Lebensgestaltung.  
Zwei unterhaltsame Videos auf [www.vimeo.com](http://www.vimeo.com) geben Einblick.  
**DAS LEBEN IST DIE WAHRE KUNST** findet sich auch auf Facebook.

## **Aufgepasst Augenblick!**

**1. Matinée: Samstag, den 24. Februar von 11 bis 13.30 Uhr**  
**Abgemacht: Treffpunkt Wahrnehmung!**

Wir gehen von einem vorliegenden Gegenstand aus und nehmen wahr,  
wie unsere Eindrücke zustande kommen.

Wir entdecken, wie unsere inneren und äusseren Bilder entstehen  
und was diese im Augenblick der Wahrnehmung bewirken.

**2. Matinée: Samstag, den 31. März von 11 bis 13.30 Uhr**  
**SOS SMS Ist die Botschaft angekommen?**

Was wäre die Liebe ohne Erklärung? Was wäre die Nacht ohne  
Mondschein, der Himmel ohne Wolken? Zeichen, soweit die Sinne reichen!  
Wie interpretieren wir die Zeichen, die wir wahrnehmen?

Und wie integrieren wir sie in den Lauf unseres Lebens? Hier und jetzt!

**3. Matinée: Samstag, den 28. April von 11 bis 13.30 Uhr**  
**Das weisse, unbeschriebene Blatt**

Ein weisses Blatt genügt, um unsere Sorgen zu falten und uns selbst zu  
entfalten. Denn dem einen, einzigen Blatt sind schon Normen, Formen  
und Konventionen einbeschrieben. Wie gehen wir damit um?

Was fangen wir damit an? In unserem Sinne: im entscheidenden Moment!

**4. Matinée: Samstag, den 26. Mai von 11 bis 13.30 Uhr**  
**Und jetzt?**

Die Frage stellt sich uns immer wieder in den Weg.

Eine Entscheidung steht an! Leicht oder schwer?

Wie fällen wir Entscheidungen? Und welche Unterscheidungen  
sind dabei im Spiel? Eine Auslege-Ordnung macht Sinn!

**5. Matinée: Samstag, den 30. Juni von 11 bis 13.30 Uhr**  
**Ins Blaue hinaus**

Lassen wir uns überraschen!

Alles hat seine Folgerichtigkeit – im kommenden Augenblick.

**Anmeldung:** [www.kulturhaus-helferei.ch/reservation](http://www.kulturhaus-helferei.ch/reservation)  
oder [omen@n-n.ch](mailto:omen@n-n.ch). Danke.

**Eintritt:** Franken 30.- / 20.-