



«Banan'N Jug» bringen den musikalischen Geist der US-Südstaaten nach Obfelden. (Bild zvg.)

## Der wilde Süden in der Fröschi-Badi

Live-Konzert am Freitag, 11. Juni, in Obfelden

**Banan'N Jug? Das sind vier Französisinnen, die den Sound der US-Südstaaten zelebrieren – diesen Freitag in der Badi Obfelden. Den Eintritt offeriert die Gemeinde – jetzt Tickets reservieren.**

Jug-Bands entwickelten sich zu Beginn des 20. Jahrhunderts im Süden der Vereinigten Staaten. Sie bestanden aus Musikern, die auf der Strasse auftraten und den Klang von klassischen Instru-

menten mit dem Sound von Alltagsgegenständen mischten – von Tonkrügen zum Beispiel. Genau für die steht der Slangausdruck «Jug», der dem Stil seinen Namen gab.

Die vier Sängerinnen von Banan'N Jug mixen in ihrem Street Blues ebenfalls, was das Zeug hält: Banjo, Waschbrett, Kontrabass und Kazoo legen die Basis. Schlaginstrumente, Glockenspiel, Ukulele, Spielzeugklavier, Töpfe, Käse raspeln kommen dazu. Das Ergebnis: Herzerwärmende Songs, die den Dirty

Blues, Calypso Swing und die Spirituals der Südstaaten aufleben lassen. Warm, staubig und widerspenstig.

Kultur Obfelden

Badi Obfelden, Freitag, 11. Juni, 20.30 Uhr. Der Eintritt ist offeriert von der Gemeinde. Reservierung auf kulturobfelden.ch; bei ganz schlechtem Wetter wird das Konzert in den Singsaal Chlefeld verlegt – mit deutlich weniger Publikum. Informationen sind zu finden auf kulturobfelden.ch.

## Wer die «Jazz am Donnerstag»-Abende liebt, pilgert nach Hausen

Der Schweizer Jazz-Pianist Christoph Stiefel spielt im «Löwen»-Saal

**Jazz am Donnerstag mit Christoph Stiefel, Piano Solo**

Die Jazzpianoplatte «Sofienberg Spirits» ist ein kleines Juwel und steht für ein neues Konzertprogramm mit Eigenkompositionen, freien Improvisationen und speziell adaptierten Jazz-Standards. Überraschende rhythmische und melodische Überlagerungen entführen in einen eigenen Klangkosmos. In den letzten Jahren wurde Christoph Stiefel mit seinem Soloprogramm an verschiedene renommierte Jazzfestivals eingeladen, so zum Beispiel an das «European Jazztival» auf Schloss Elmau, das «Steinway-Festival» London oder an das «International Festival for Jazz Piano» in Prag.

Peter Zürcher, «LaMarotte»

Donnerstag, 10. Juni, «Löwen»-Saal, Hausen. Türöffnung 19.30 Uhr, Beginn 20.15 Uhr. Eintritt frei, Kollekte. Platzreservierung über Telefon 044 760 52 62 oder www.lamarotte.ch

Ab 18 Uhr Menü à la carte. Reservierung Essen direkt bei Restaurant Löwen Telefon 044 764 00 06.



Wie eine Frischluftdusche wirken die Solo-Abende des Schweizer Jazz Pianisten Christoph Stiefel. (Bild zvg.)

## Alphorn und Stepptanz

Am Freitag, 11. Juni, um 20.15 Uhr, spielen Enrico Lenzin und Andi Pupato auf dem Hof Ismatt in Hedingen ein Konzert.

Von Ländler bis Techno, von Zäuerlis bis Miles Davis: der Rheintaler Enrico Lenzin und der Zürcher Andi Pupato, präsentieren ihr erstes gemeinsames Konzertprogramm und damit das ganze Spektrum ihres Könnens.

Lenzin spielt Alphorn und scratcht auf dessen Hals einen Beat. Es wird fröhlich geloop, sei es das exotisch anmutende «Hang» mit ungewohnten Klang-Experimenten, das virtuose Alphornspiel oder die ausgefallenen Rhythmuskaskaden von Andi Pupato an der Perkussion mit seinen atemberaubenden Trommelwirbelstürmen.

Die beiden Soundtüftler begeistern das Publikum mit ihrem einzigartigen Mix aus Tradition und Moderne!

Das Konzert findet bei jedem Wetter in der überdachten, längsseitig offenen Remise des Hofes der Familie Suter in der Ismatt statt. Zurzeit ist es wegen der Coronamassnahmen des Bundes nicht erlaubt, Getränke und Esswaren auszu-



Enrico Lenzin und Andi Pupato spielen in Hedingen. (Bild zvg.)

geben. Es gilt Maskentragpflicht während des ganzen Konzerts und auf dem ganzen Areal des Hofes Ismatt.

Freitag, 11. Juni, 20.15 Uhr, Hof Ismatt, Besenbeiz mit Kuhstall, Litzstrasse 6, Hedingen. Aktuelle Infos immer auf [www.gemeindeverein.hedingen.ch](http://www.gemeindeverein.hedingen.ch).

## Steine mit Mandalas verzieren

Am Dienstag, 15. Juni, findet im Familienzentrum von 16 bis 18.30 Uhr ein Mandala-Stein-Malkurs statt.

Zurzeit sieht man sie überall – die wundervoll bemalten Steine. Besonders trendy sind schon seit Längerem die Mandala-Steine, die mit einem symmetrischen und harmonisch farblich zusammengestellten Muster ein faszinierendes Bild ergeben. Mandalas sind meditative Instrumente, die in buddhistischen und anderen religiösen Gesellschaften als

Tradition gepflegt werden. Laut C.G. Jung sind in den Bildern archetypische Wahrheiten verschlüsselt. Manche behaupten sogar, dass die Mandala-Bilder mystisch und magisch seien und schreiben ihnen heilende Eigenschaften zu.

Im Kurs taucht die diplomierte Gesprächstherapeutin Gabriella Steiner mit den Teilnehmenden in diese spannende Form von Kunst ein und entmystifiziert Schritt für Schritt diese einzigartige Tupftechnik. Diese Art der Malerei ist nicht schwierig zu erlernen, erfordert jedoch Konzentration. Neben der wichtigen Tatsache, dass dies die Psyche beruhigt und die Konzentration stärkt, sind die bemalten Steine eine hervorragende Geschenkidee. Der Kurs eignet sich für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren. Der Kurs kostet für Mitglieder 40 Franken und für Nicht-Mitglieder 45 Franken. Im Preis inbegriffen sind Steine, Werk- und Malzeug, Farben und Vorlagen.

Familienzentrum Affoltern

Familienzentrum Bezirk Affoltern, Zürichstrasse 136, Affoltern. Anmeldungen unter Telefon 044 760 12 77 oder [kurse@familienzentrum-bezirk-affoltern.ch](mailto:kurse@familienzentrum-bezirk-affoltern.ch).



Die Mandala-Maltechnik erfordert Konzentration. (Bild zvg.)

## Ho'oponopono – ein Vergebungsritual

Am Donnerstag, 24. Juni, lernen die Teilnehmenden von 19 bis 21.30 Uhr in einer kleinen Gruppe eine Möglichkeit kennen, Konflikte aller Art wieder ins Lot zu bringen.

Es ist Zeit zum Aufräumen! Hass, Wut, Enttäuschung oder Zorn auf Situationen, Begebenheiten, andere Menschen oder auf sich selbst – es ist Zeit, diese belastenden Emotionen und Beziehungen zu bereinigen und Frieden schliessen, damit sich ein leichtes, fried- und freudvolles Leben in dieser besonders herausfordernden Zeit einstellen kann.

«Ho'oponopono» ist eine alte, hawaiianische Tradition der Konfliktlösung und wird heute in moderner Form als kraftvolles Werkzeug angewendet, um das Zusammenleben in Familie, im Freundeskreis und Beruf zu verbessern und zu harmonisieren. Es ist sozusagen eine intuitive Methode zur Lösung zwischenmenschlicher Konflikte und konflikthafter Situationen. Indem man das «Problem» bei sich selber löst, wirkt man befreiend auf die Situation ein. Ho'o heisst «machen, tun, stellen» und pono bedeutet «richtig» oder auch ganz einfach «in Ordnung bringen». Es basiert



Dinge wieder ins Lot zu bringen, kann befreiend sein. (Bild zvg.)

auf Aussöhnung und Vergebung und dient dazu, die inneren und äusseren Räume zu reinigen, zu heilen und wieder in energetischen Fluss zu bringen. Dabei geht es nicht darum, sich bei jemandem zu entschuldigen, sondern sich selbst zu vergeben. Die diplomierte Gesprächstherapeutin Gabriella Steiner gibt einen Einblick in die Prinzipien des «Ho'oponopono» und stellt den Teilnehmenden Methoden der Anwendung für den Alltag vor. Die Kosten für Mitglieder betragen 55 Franken und für Nicht-Mitglieder 60 Franken.

Familienzentrum Affoltern

Familienzentrum Bezirk Affoltern, Zürichstrasse 136, Affoltern. Anmeldungen unter Telefon 044 760 12 77 oder [kurse@familienzentrum-bezirk-affoltern.ch](mailto:kurse@familienzentrum-bezirk-affoltern.ch).