

since 1904
Schweizerhof
LENZERHEIDE

FrequenzNatur
Herbst
2022

Liebe Gäste

Sind wir Menschen auf derselben Frequenz wie die Natur um uns herum? Dieser Frage gehen verschiedene Veranstaltungen nach, mit Neugier, Esprit und ebenso mit Gespür für's Gemüt.

FrequenzNatur ist eine Kulturwoche im Hotel Schweizerhof Lenzerheide gemeinsam mit Climanosco.

*Der Verein **Climanosco** wurde 2015 in Zürich gegründet und veröffentlicht wissenschaftliche Artikel in vereinfachter Sprache, organisiert spannende kulturelle Veranstaltungen und konzipiert Kunstaussstellungen, um Klimaforschung für ein breiteres Publikum zugänglich zu machen. Finanziert wird Climanosco durch Crowdfunding und unabhängige Schweizer Stiftungen.*

Montag 10. bis Donnerstag 13. Oktober 2022

Alle Veranstaltungen sind kostenlos
und für die Öffentlichkeit zugänglich.

Wir bitten bis am Vortag um Voranmeldung
unter info@schweizerhof-lenzerheide.ch

Auch spontane Besuche sind willkommen.

Danke für einen kurzen Anruf unter 081 385 25 25.

Fragen? E-Mail an kultur@schweizerhof-lenzerheide.ch

Zimmerreservation? E-Mail an info@schweizerhof-lenzerheide.ch

Herbst ist Leben,
das in die Tiefe geht.



Kulturwoche FrequenzNatur

Inhalt	Datum	Zeit	Ort
Sonic Sea (Film)	Montag 10. Oktober 2022	20.45 Uhr	Spa oder Gabar
Vogelspaziergang	Dienstag 11. Oktober 2022	15.00 Uhr	Treffpunkt Lobby
Konzert Flurina Mia	Dienstag 11. Oktober 2022	20.45 Uhr	Spa oder Gabar
Kalt baden statt heiss duschen!	Mittwoch 12. Oktober 2022	14.00 Uhr	Treffpunkt Lobby
Lesung / Talk mit Ernst Bromeis	Mittwoch 12. Oktober 2022	20.45 Uhr	Spa oder Gabar
Beziehungskisten in der Natur	Donnerstag 13. Oktober 2022	10.00 Uhr	Treffpunkt Lobby
Workshop	Donnerstag 13. Oktober 2022	14.00 Uhr	Gabar
Film «Chumm mit»	Donnerstag 13. Oktober 2022	20.45 Uhr	Spa oder Gabar

10. – 13. Oktober 2022

Alle Veranstaltungen sind kostenlos und für die Öffentlichkeit zugänglich.

Wir bitten bis am Vortag um Voranmeldung

unter info@schweizerhof-lenzerheide.ch

Auch spontane Besuche sind willkommen.

Danke für einen kurzen Anruf unter 081 385 25 25.

«Sonic Sea»

Ein Film über den Klang im Wasser

Die Welt ist erfüllt von Klängen.

Das kleinste Insekt, aber auch das grösste Säugetier gibt Geräusche von sich – es sind **Lieder des Lebens**, die unsere Umwelt durchdringen.

Einen noch grösseren Stellenwert nehmen diese Klänge unter Wasser in der Dunkelheit der Ozeane ein.

«Sonic Sea» reist unter die Wasseroberfläche, um die schädlichen Auswirkungen der Lärmverschmutzung in den Meeren aufzuspüren und um uns zu zeigen, was getan werden kann, um dies zu stoppen!

Datum

Montag, 10. Oktober 2022

Treffpunkt

20.45 Uhr Spa oder Gabar

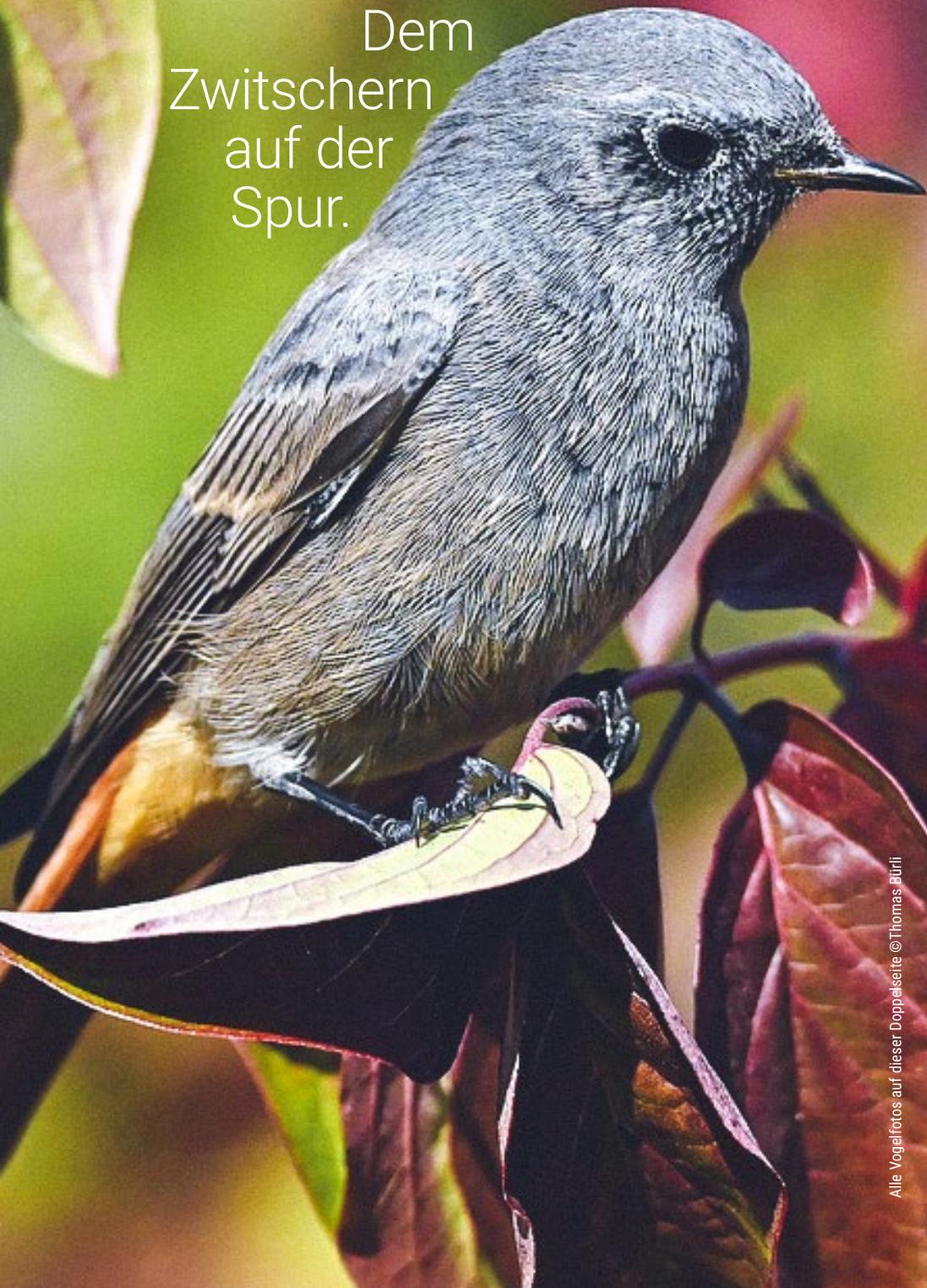


Herbst

SONIC SEA
KLANG. LIED. ÜBERLEBEN.



Dem
Zwitschern
auf der
Spur.



«Wenn es flattert und zwitschert» Ein Vogelspaziergang



Kennen wir die Vögel um uns herum?

Auch wenn im Herbst viele Singvögel das Weite im Süden suchen, flattern und piepsen noch viele faszinierende Vögel bei uns, während andere sogar aus dem hohen Norden hierher zum Überwintern kommen.

Mitzubringen wären Neugier, Hellhörigkeit und falls vorhanden, ein Fernglas.



Datum **Dienstag, 11. Oktober 2022**

Treffpunkt 15.00 Uhr in der Lobby

Konzert «Környezet» von Flurina Mia

Ein sphärisches Konzert von Flurina Mia.

Die junge Soundkünstlerin experimentiert mit Aufnahmen von Klängen aus der Natur und mischt diese mit elektronischer Musik zu einer Art Klangtagebuch.

Mit ihrem Set «Környezet» (*ungarisch: Umwelt / Umgebung*) geht sie auf menschengemachte Einflüsse in der Natur genauso behutsam ein wie auf die Schönheit und Fragilität von Lebewesen. Das sphärische Konzert lädt zum Träumen und Verweilen ein.



Datum

Dienstag, 11. Oktober 2022

Treffpunkt

20.45 Uhr Spa oder Gabar

Herbst

Die Natur
muss gefühlt
werden.



Kalt baden
statt heiss duschen!



Gemeinsam mit Wasserbotschafter und Expeditionsschwimmer Ernst Bromeis wagen wir uns für ein paar Schwimmzüge am Nachmittag in den herbstlichen Heidsee.

Im Zentrum der Aufmerksamkeit steht dabei das körperliche Empfinden.

Oder in Ernst Bromeis' Worten:

«Ich schwimme für das globale Recht auf Wasser – und ich schwimme für mein individuelles Recht auf Wasser. Denn auch ich bin Teil vom grossen blauen Wunder Erde.» Nach diesem Sommer erst recht ein «brandheisses Thema».



Datum **Mittwoch, 12. Oktober 2022**

Treffpunkt **14.00 Uhr in der Lobby**

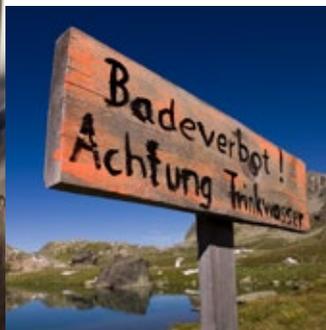


«Jeder Tropfen zählt» Lesung mit Ernst Bromeis

Ernst Bromeis gründete «Das Blaue Wunder» und ist seit Ende 2007 hauptberuflich Wasserbotschafter und Expeditionsschwimmer. Seine Schwimmexpeditionen führten ihn von den Alpen bis nach Sibirien, zum grössten Süsswassermeer der Welt: **dem Baikalsee.**

Er liest aus seinem dritten Buch «**Jeder Tropfen zählt**» und lässt uns daran teilhaben, wie er zweihundert Seen in Graubünden sowie alle grössten Schweizer Seen durchquerte.

Und erklärt ganz nebenbei, warum Wasser ein Grundrecht sein muss.

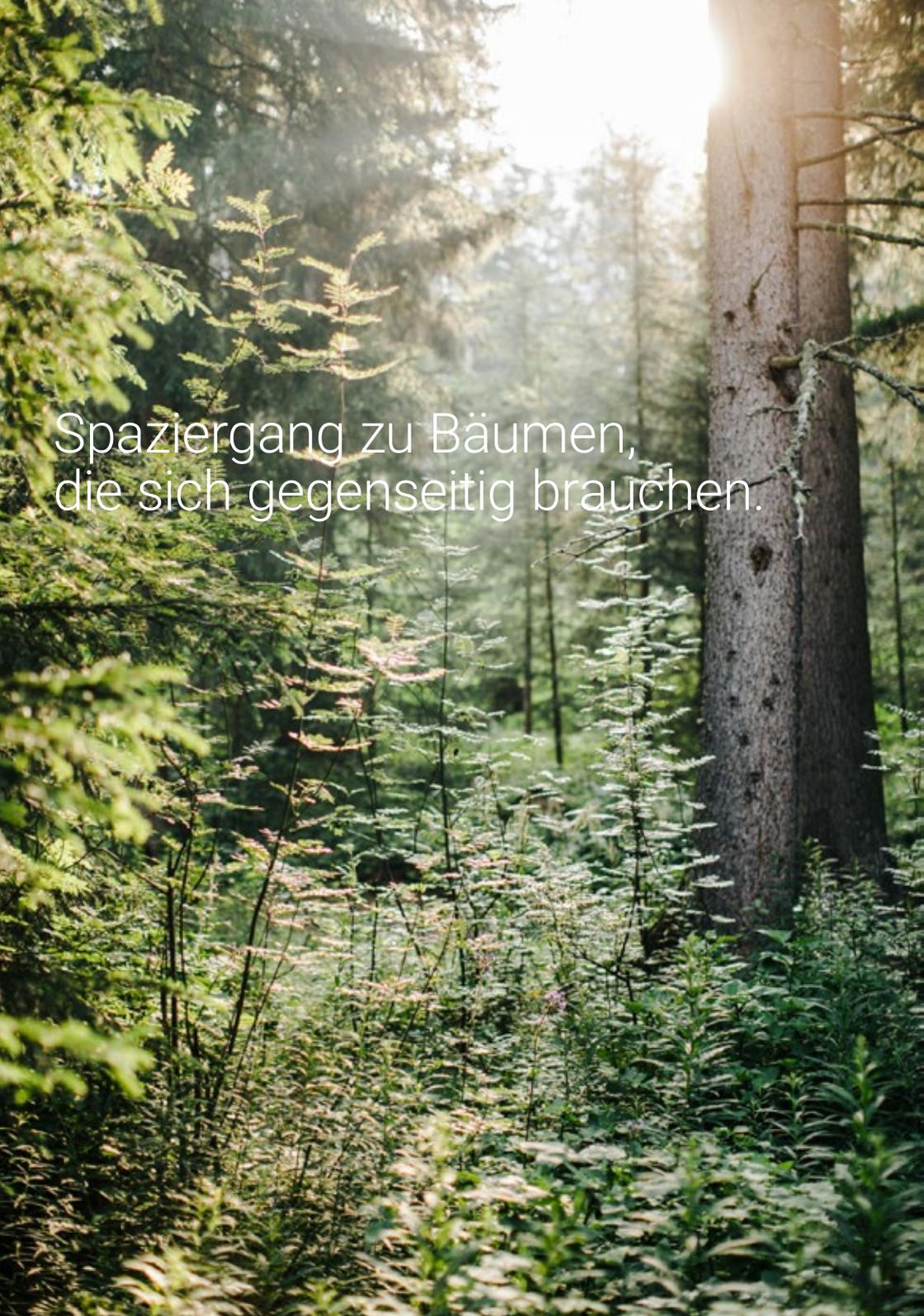


Datum **Mittwoch, 12. Oktober 2022**

Treffpunkt **20.45 Uhr Spa oder Gabar**

Herbst



A vertical photograph of a forest. On the right side, a large, textured tree trunk stands prominently. The background is filled with tall, thin trees, and a bright light source, likely the sun, is visible at the top right, creating a lens flare and illuminating the scene. The foreground is dominated by dense, vibrant green foliage, including ferns and other plants, which are slightly out of focus. The overall atmosphere is peaceful and natural.

Spaziergang zu Bäumen,
die sich gegenseitig brauchen.

«Beziehungskisten in der Natur»

Gemeinsamer Spaziergang in den Wald. Die beiden Waldexperten Stefan Guntli und Murièle Jonglez decken die geheimen Partnerschaften und Allianzen verschiedener Pflanzen auf und zeigen, wie Pflanzen und Pilze zusammenarbeiten und sich gegenseitig helfen.

Wie füttern Pilze die Bäume?
Wofür braucht es Erde?
Und wieviele Lebewesen zählt man auf
einem einzigen Baum?

***Ein spannender Spaziergang -
für die ganze Familie!***



Datum **Donnerstag, 13. Oktober 2022**

Treffpunkt **10.00 Uhr in der Lobby**

Workshop von und mit Kaspar König

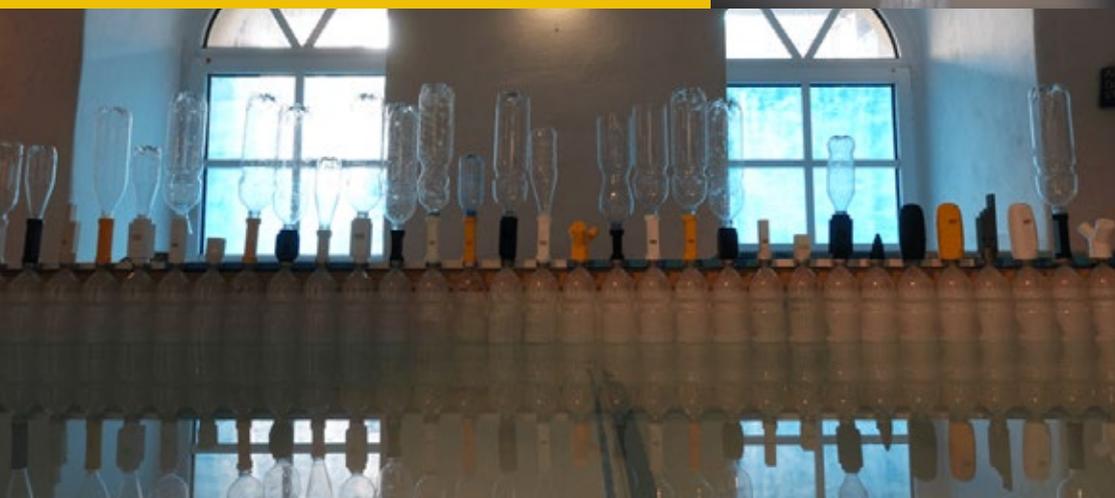
Im Workshop werden unter Anleitung einfache Instrumente gebaut, die Wasser zum Klingen bringen und Klang sichtbar machen.

Der Klangkünstler Kaspar König zeigt, wie **Wasserklänge** sichtbar gemacht werden können. Gemeinsam mit dem Kaspar König wird experimentiert, gebastelt und musiziert.

Für Familien und Kinder ab 6 Jahren.

Datum **Donnerstag, 13. Oktober 2022**

Treffpunkt 14.00 Uhr im Plenum



Herbst

«Wasserklänge
für Ohr
und Auge»





«Chumm mit»

Der Schweizer Wanderfilm

Nach einem kurzen Gespräch mit Daniel Felix und Alexandra Beck zeigen wir den Kinofilm mit bezaubernden Bildern aus der Schweiz.

Mit anschliessendem gemütlichen Ausklang zusammen mit den Filmwanderern in der Lobby.



Datum **Donnerstag, 13. Oktober 2022**

Treffpunkt **20.45 Uhr Spa oder Gabar**

«Hör-Rundgang»

**30 Jahre Schweizerhof Lenzerheide
Claudia & Andreas Züllig erinnern sich...**

30 Jahre voller Erlebnisse und Geschichten,
die ein ganzes Buch füllen könnten.
Zum Jubiläum schenken wir unseren Gästen
aber kein Buch, sondern einen einzigartigen
Hör-Rundgang durch Raum und Zeit.
Lassen Sie sich überraschen!

**Wir wünschen viel Vergnügen
und spannende Momente!**



**Kopfhörer können an der Réception
jeweils von 13.00 bis 16.00 Uhr
bezogen werden.**

30

AUDIO GUIDE



since 1904
Schweizerhof
LENZERHEIDE



Natur,

die Grundlage für Entspannung,
Genuss und Lebensqualität.

since 1904
Schweizerhof
LENZERHEIDE

Unser Réceptions-Team
berät Sie gerne persönlich
mit vielen tollen Tipps.

Telefon Réception:
081 385 25 25 (intern 111)

Urs Heinz Aerni, Kulturmacher Hotel Schweizerhof
Claudia und Andreas Züllig und Christian Zinn
und das ganze Schweizerhof-Team, Ihre Gastgeber

kultur@schweizerhof-lenzerheide.ch
info@schweizerhof-lenzerheide.ch