

Kuschelnews FEBRUAR 2009

Die Kölner Kuschelparty

Kontakt: info@koelner-kuschelparty.de Tel.: 0 22 02/28 48 48

Last call: 3 Stunden zuvor: 01 72/1 79 45 50

Nächste Partys: n Freitag 20. Februar 19.30/ 23.00 Samstag 7. März 19.30/ 23.00

BERÜHRUNGSRÄUME Sonntag 8. März 11.00– 18.30 (nur 20 Plätze !! und in Bergisch Gladbach)

Samstag 28. März 19.30/ 23.00

www.koelner-kuschelparty.de



Herausgeber: Kölner Kuschelstelle Gierather Str. 70 51469 Bergisch Gladbach

Tel.: 0 22 02/28 48 48

E-Mail: info@koelner-kuschelparty.de

Der Inhalt:

A/ Partyberichte 17.JANUAR und 7. FEBRUAR

B/ Zahlen und die Kölner Kuschelstatistik!

C/FLÜSTERTÖNE– UNBEDINGT LESEN!

D/MUSIKEMPFEHLUNGEN

E/ Party–Termine 2009

Bericht Party 17. JANUAR 2009 (No. 77)

Die „In – der- Zeitung“ -Party

Manchmal geschehen Dinge auf seltsame Weise Es ist schon eine Weile her, da hatte ich am Telefon einem Journalisten ein Kurzinterview gegeben , und war froh, dass er nicht „Kuschel-Kucken“ kommen wollte, sondern vertrauensvoll schrieb.

Tja, und dann wird dieser Artikel in 3 Zeitungen gedruckt und viele neue Kuschelfreunde machen sich auf den Weg, um, wie es in der Willkommensrunde an diesem Tag oft hieß: „zu schauen, ob die Wahrheit in der Zeitung stand“.

Und so waren wir bis zur selbst festgesetzten Oberkante an diesem Tag voll, mussten sogar 4 Leute eine Absage erteilen. (tat uns wirklich leid1).

Ein bisschen Fracksausen hatte der Pinguin schon, ob Kuscheln mit 67 Menschen matten-und liegegerecht gelöst werden kann. Aber bis auf eine Sache (siehe Rubrik FLÜSTERN) lief das Ganze grandios. Auffällig war, das besonders viele Eifelaner am Start waren und auch Bonn stark vertreten war.



Mit

**Grüssen
aus L.A.- Central**

**Einige Fotos
von der
dortigen
November- Party
kamen
per e- mail
zu uns!**

Bericht Party 7.FEBRUAR 2009 (No.78)

Die-Rekord – auf Rekord-Party Party

Nachdem wir die letzte Kölner Kuschelparty schon als Rekord eintragen wollte, toppte diese Party mit einem Teilnehmer mehr das nochmal. Statistisch gesehen ist Januar/ Februar die kuschelbedürftigste Zeit im Jahr. Viele positive Feedbacks gab es auch zur Musik. Manches Musikstück davon ist von CDs, die ich monatlich vorstelle und die teilweise auch bei uns erhältlich sind. Im Moment basteln wir an weiteren Tagen Berührungsräume und an einem weiteren „Spiel-Platz zum Kuscheln“, damit auch eingefleischten Dauerkuschlern nicht langweilig wird. Hoffen wir, dass bis zur nächsten Ausgabe die Planung gediehen sin, aber mit den Berührungsräumen am 8. März und der vorherigen Kuschelparty am 7. März gibt es ja Kuscheln im Doppelpack



Weiteste Gäste:

Dortmund, Niederlande, Mainz, Südeifel, Sauerland, Niederrhein



**Wird Zeit, dass die Sonne
rauskommt!**

FLÜSTERTÖNE



Eine der Kuschelparty-Regeln betrifft das Reden auf und um die Inseln in unserem Kuscheleozan.

Wir betonen sie immer wieder und ...immer wieder gibt es Menschen, die es vergessen: Flüstern, noch besser „Schweigend Geniessen“ spielt in der Hauptkuschelzeit die Mega- Rolle.

Damit meinen wir nicht zu vergessen, ja oder nein zu sagen.

Aber unserer Erfahrung nach- und das bestätigen uns die meisten Teilnehmerinnen ist das ungestörte stille Kuschneln einfach am intensivsten. Es lässt uns mehr in den Körper spüren, als wenn geflüstert wird. Und viele unterschätzen oder mißverstehen, wo Flüstern aufhört. Fast den ganzen Abend als Baywatch auf den Flüsterton hinzuweisen, kann dann schon dazu führen, dass wir Mundbinden verteilen müssen oder weniger dezent als bisher auf diesen Regelverstoß hinweisen.

Und vielleicht laden wir dich auch dazu ein, zu raufen oder draußen dich auf der Sitzecke leerzureden und wieder zurückkommen.

Für uns ist wichtig, dass der „stille Raum“ die Hauptsache ist- das unterscheidet die Kuschelparty schließlich von einer Disco, einer Kneipe, dem kopfgesteuerten Arbeitsalltag, einem Chatroom oder von Beziehungsbörsen.

Eben Berührungs- und Spielraum, außer für Krokodile, fleischfressenden Pflanzen, Superman und Superfrouw.

FLÜSTERTÖNE

DEZIBELSKALA

Silvesterböller direkt am Ohr - 150 dB

Typische Stereoanlage bei maximaler Lautstärke - 105 dB

Rasenmäher - 90 dB

Normales Gespräch - 60 dB

Flüstern - 30 dB

Normale Hörschwelle - 0 dB



Rockkonzert - 110 dB

Motorrad - 95 dB

Großstadtverkehr - 85 dB

Summen eines Kühlschranks - 40 dB

Ticks einer Uhr - 20 dB

all images (c) iStockphoto.com

Wichtig sind hierbei folgende Fakten:

A/Die Kuschelparty ist ein nicht-verbaler Spür- und Berührungsraum (außer Ja und Nein) und kein Speed-Dating mit Selbstdarstellung.

B/Wer „Im Spüren ist“, kann den näherenden Raum der Berührung mehr genießen. Wem der Kuschelpartner näher zusagt, der sollte langsam danach schauen, ob auf der verbalen Ebene „auch was geht“.

C/ Unsicherheit und Nervosität lässt Menschen reden. Wer Angst hat, redet lauter!

D/Flüstern heißt Sprachkontakt bis 20 oder 30 Dezibel, wenn es lauter wird ist es Reden (60 Dezibel).

E/Wer dauernd lauter flüstert, irritiert die kuschelnden Nachbarn. Je stiller und tiefer das Kuschneln wird, desto mehr wird im Umkreis von 2 m jemand anders irritiert.

F/ Wer sich sicher fühlt, redet nicht viel. Wer sich noch nicht sicher fühlt, der kann raufen, sich blind kuschneln im Raum bewegen, mit uns reden, was er/ sie braucht für innere Sicherheit oder sich auf der Passiv-Insel berühren lassen!

Zahlen von den letzten Kuschelpartys



17. JANUAR

Anmeldungen: 77 Gäste: 67
32 weiblich, 35 männlich
Jüngste Person: 20 Älteste Person: 76
Altersdurchschnitt: eher jung
Musik: Shanti 100 %
Programm/Conference: Roswitha (50%) und Shanti (50%)
Baywatch: Shanti (100%)
Beginn: 19.35 Offizieller Schluss: 23:06
plus: Nachkuschelzeit 19 Minuten
Positives Feedback: Am Tag 99%
Feedback-Mails gesamt: 16 Seiten !
Nachgespräche: 55 Minuten

7. FEBRUAR

Anmeldungen: 74 Gäste: 68
29 weiblich, 30 männlich
Jüngste Person: 20 Älteste Person: 71
Altersdurchschnitt: mittel
Musik: Shanti 100 %
Programm/Conference: Roswitha (60%) und Shanti (40%)
Baywatch: Roswitha & Shanti 8je 50%)
Beginn: 19.35 Offizieller Schluss: 23:01
plus: Nachkuschelzeit und Tanzzeit
19 Minuten
Positives Feedback: Am Tag 99%
Feedback-Mails gesamt: 22 Seiten
Nachgespräche : 95 Minuten
Feedback jeder Art (auch wem es nicht gefallen hat) und Fragen aller Art (auch von Interessierten) sind herzlich willkommen!
Am einfachsten ist der Weg per E-Mail.!

Kölner Kuschelstatistik!

3721 Menschen haben auf 78 Veranstaltungen miteinander gekuschelt.
3796 Personen haben sich angemeldet. Und manche anscheinend (noch) nicht getraut. Sie sind herzlichst willkommen, trotzdem zu kommen (keine Scheu), ebenso wie alle Neuen willkommen sind.
Zeit: Die durchschnittliche Veranstaltungszeit beläuft sich mit Nachkuscheln auf 3:54 Minuten
Jüngste Person: 18
Älteste Person: 84,9
Bandbreite: 14 (9/05) bis 68 (1 & 2/ 09)
Wiederkommen:
Viele Cuddler sind echte Dauergäste. Den Rekord hält eine männliche Person mit 75 aus 78, gefolgt von 1 Person mit 64 aus 78, 2 Personen mit 62 aus 78, 4 Personen mit 59 aus 78 und einer großen Zahl von weiteren Dauergästen., Wiederkommenden oder Wiederholungs-Kuschlern.
Mails und Telefon: Mit vielen Cuddlern gibt es ausgedehnten E-Mail-Verkehr oder auch Telefonate untereinander nach, vor und zwischen den Partys. Uns freut das, da wir „Community-Typen“ sind und gern Gemeinschaft „stiften“. Ideen: Auf jeder Party gibt es zum Einkuscheln Spiele, um näher zueinander zu finden; bis jetzt hatten wir dazu ca. 112 zündende Ideen.
Journalisten-Undercoverbesuche: 10
Fernsehen, Rundfunk und Presseanfragen: 72
Mit uns geführte Interviews und erschiene Artikel:
für ein Feature zum Thema Haut (in WDR 5), zum Jubiläum 1 Jahr KUPA (RADIO KÖLN & Eins Live), ein längeres Feature des DOM RADIO, von der NRZ, der WAZ, der WZ, der WP, einem saarländischen Rundfunkanbieter, dem Stadtmagazin Koubs, dem Bonner- General-Anzeiger und der WDR-TV-Lokalredaktion, der UNI-Ausgabe des SPIEGEL, der OSHO Times, dem KSTA, der Zeitung Wegweiser und dem Deutschlandfunk.

MUSIKEMPFEHLUNGEN vom PINGUIN

Lisa Lynne Two worlds one



www.lisalynne.com/music.html

Lisa Lynne stammt aus Los Angeles, spielt Keltische Harfe, arbeitet als Komponistin und Studiomusikerin. Ihre Musik hat keltische Wurzeln und eine beruhigende, fast heilende Wirkung. Sie gründete Lavender Sky Music und veröffentlichte einige Chart-Hits bei New Earth und Windham Hill, darunter "Hopes and Dreams". Sie ist eine in den USA bekannte Harfenistin, die seit fast 20 Jahren auftritt und die in den USA Millionen CDs verkauft.

Auf der keltische Folk-Harfe und der schwedische Nyckelharpa präsentieren Lysa Lynne und Aryeh Frankfurter jetzt auf Two world one traditionelle Lieder und Kompositionen, die ihre Wurzeln in der Folkmusik vieler Kulturen haben. Begleitet werden sie dabei von einer Vielzahl an rein akustischen Instrumenten.

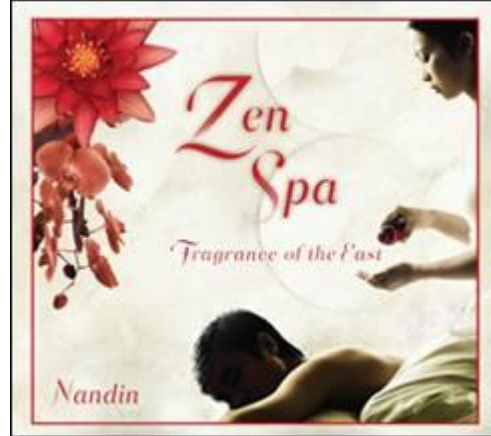
Die Auswahl der Harfenstücke ist ein idealer Hintergrund für Fingerspiele. Spielerisch hilft diese Musik dich in Kontakt mit der natürlichen Sensibilität deiner Finger zu bringen.

Eine ideale Blindkuschel- CD!

<http://blogs.myspace.com/index.cfm?fuseaction=blog.view&friendID=34669064&blogID=465389615>

MUSIKEMPFEHLUNGEN vom PINGUIN

Zen Spa Nandin Baker



www.malimba.com/zenspa.html

Nandin Baker wurde in Kanada geboren und spielte Klavier und Gitarre, bis sie sich zur Flöte hingezogen fühlte. Sie hat bei weltbekannten Flötisten studiert und verfolgte eine Karriere als Orchestermusikerin und Flötenlehrerin bis sie wieder beim Spielen mit Musikern aus aller Welt zu einem mehr improvisierten Musikstil zurückfand. Sie lebt in Rösrath. Zen Spa ist eine veränderte Veröffentlichung einer anderen, älteren CD von ihr. Das Gemisch aus Querflöte und Tablas/ Keyboards sorgt für die entspannte und ruhige Stimmung, die stille Berührungswelten brauchen. Die Grundmelodien dieser CD sind original indische Ragas, wie sie bereits von **Ravi Shankar**, dem Vater von **Anoushka Shankar** und **Norah Jones** Geetali Shankar verwendet wurden.

Indische Ragas beruhigen durch ihre Grundstruktur und verändern die Wahrnehmung des eigenen Körper auf entspannende Weise. Deswegen sind sie Bestandteil des Ayurveda!

www.musikmagieundmedizin.de/Musikartikel/ayurveda_03.html

Termine 2009

20. 2. Fr	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN geändert auf Wunsch der Raumvermietung!!	Kuschelparty
		MÄRZ 2009	
7.3. Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
8.3 So	11.00/18.30	„„Berührungsräume“ ein Kuschetag GL	Tagesseminar
28.3. Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
		APRIL 2009	
4.4. Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
18.4. Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
		MAI 2009	
2.5 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
16.5 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
30.5 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
		JUNI 2009	
6.6 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
27.6 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
		JULI 2009	
18.7 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN (GASTCREW)	Kuschelparty
		AUGUST 2009	
1.8 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
15.8 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
29.8 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
		SEPTEMBER 2009	
12.9 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
20.9 So	11.00/18.30	„„Berührungsräume“ ein Kuschetag GL	Tagesseminar
26.9 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
		OKTOBER 2009	
9.10 Fr	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN TERMINVERSCHIEBUNG !!!	Kuschelparty
24.10 Sa	18.00/21.30	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
		NOVEMBER 2009	
7.11 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
20.11 Fr	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
		DEZEMBER 2009	
5.12 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty
19.12 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty

		2010	
2.1 Sa	19.30/ 23.00	Kuschelparty Köln CGN	Kuschelparty

AUSBILDUNG GRUPPENLEITER BERÜHRUNGSRÄUME (KUSCHELPARTY) 1. Halbjahr			
2.1/3.1	GruppenleiterIn Kuschelparty & Berührungsräume I	EINSITIEG FÜR MENSCHEN AUS DER ERWACHSENENBILDUNG UNTER BESTIMMTEN VORRAUSETZUNGENN NOCH MÖGLICH!	Aus- / Fortbildung
6.3/8.3	GruppenleiterIn Kuschelparty & Berührungsräume II	.	Aus- / Fortbildung
3.4./4.4	GruppenleiterIn Kuschelparty & Berührungsräume III		Aus- / Fortbildung
15../16. 5	GruppenleiterIn Kuschelparty & Berührungsräume IV		Aus- / Fortbildung
18./20. 9	GruppenleiterIn Kuschelparty & Berührungsräume I		Aus- / Fortbildung
25./26. 9	GruppenleiterIn Kuschelparty & Berührungsräume II		Aus- / Fortbildung
9./10.1 0	GruppenleiterIn Kuschelparty & Berührungsräume III		Aus- / Fortbildung
6./7.11	GruppenleiterIn Kuschelparty & Berührungsräume IV		Aus- / Fortbildung



Cuddle Circles in New York und Seattle