

Pressemeldung Verein Schule und Elternhaus Zofingen 25. September 2020

«Wart mal schnell!» - Erfolgreiche Durchführung Vortrag «Stopp dem Nonstop» durch die Volkshochschule Zofingen und den Verein Schule & Elternhaus Zofingen

Am Mittwoch, 23. September 2020 fand unter einem strengen Corona-Sicherheitskonzept der erste gemeinsame Anlass der Volkshochschule Zofingen und des Vereins Schule & Elternhaus Zofingen im BZZ statt. Vor rund 60 interessierten Zuhörerinnen und Zuhörern referierte die Autorin und langjährige Redaktorin von SRF 2 Kultur, Cornelia Kazis zum Thema «Stopp dem Nonstop».

Immer mehr, immer schneller, immer effizienter – so heisst die gesellschaftliche Maxime unserer Zeit. Was vielen etwas einträgt, bringt andere umso wichtige Dinge wie Seelenruhe, Gelassenheit und offene Zeiten. Und das nicht ohne Folgen: Immer mehr Menschen klagen über Müdigkeit, Stress, Druck, Erschöpfung und Leere. Cornelia Kazis lud die Zuhörerinnen und Zuhörer in ihrem fesselnden Vortrag deshalb dazu ein, über die Zeit und unseren Umgang damit nachzudenken. Jeder und jede hat heute eine Uhr, aber haben wir auch die dazugehörige Zeit? Cornelia Kazis plädiert für eine neue Art des Wohlstands, nämlich für den Zeitwohlstand anstatt des Güterwohlstands. Wer Zeit hat, weil er sie sich nimmt, hat Raum und Musse für Zeitaufwändiges, wie das Leben mit Kindern, die Kultivierung des Paarlebens, Gespräche mit Freunden, nachbarschaftliche Hilfe oder die Pflege von alten Menschen. Wie aber wird man ein guter Zeitmanager oder eine gute Zeitmanagerin? Ein ganz zentraler Punkt ist der Verzicht auf die Gleichzeitigkeit von physischer und digitaler Kommunikation. Also nicht auf das Handy starren, während man mit einem Menschen im Gespräch ist. Cornelia Kazis wies die Zuhörenden auch auf verschiedene weitere Bremsmanöver hin, die wir im Alltag bewusst anwenden können: Prioritäten setzen, Pausen machen, Rhythmen beachten, Warten können und Rituale einhalten. «Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht». Mit diesem afrikanischen Sprichwort und zahlreichen neuen und altbekannten Ideen und konkreten Vorschlägen zur entschleunigten Gestaltung des Alltags mit ihren Familien und Kindern entliess die Referentin ihr Publikum auf den Heimweg. Viele angeregte Gespräche unter den Zuhörenden zeugten nach dem Vortrag von der grossen Aktualität des Themas «Umgang mit unserer Lebens-Zeit».

Vorstand Schule und Elternhaus Zofingen

Fotos: Lukas Hemmeler, www.lukashemmeler.ch