

# Zum Schmunzeln, Staunen und Sinnieren

Am Sonntag hat das Vögele Kultur Zentrum in Pfäffikon den Thementag «Immer wieder sonntags» veranstaltet, der zahlreiche Besucherinnen und Besucher anlockte.

«Bei Maschinen ist klar: keine Batterie, keine Power», erklärte Gesundheitspsychologe Johannes Storch, «doch beim Menschen wird häufig weiter- und weitergepowert, bis nichts mehr übrig ist.» Am vergangenen Sonntag gab er im Vögele Kultur Zentrum anlässlich des Thementags «Immer wieder sonntags» einen Einblick in die Mana-Kompetenz. Diese ermöglicht es, bewusst herauszufinden, welche Art von Pausen wirklich erholsam ist. Jeder habe da seine eigenen Bedürfnisse, meint Storch: «Für die einen ist es Rückzug, für andere Geselligkeit oder aktive Bewegung.» Auch in Partnerschaften sei es wichtig, die unterschiedlichen Erholungsbedürfnisse zu erkennen. So will er beispielsweise am Sonntag aktiv sein, sie lieber zuhause an ihrem Rückzugsort bleiben – solche Unterschiede könnten zu Spannungen führen, wenn sie nicht verstanden werden.

## Einblick in die aktuelle Ausstellung und «anundpfirsich»

Der Thementag «Immer wieder sonntags» bot aber auch noch andere inspirierende Programmpunkte. So startete der Tag um 11 Uhr mit einer Kuratorenführung von Christian Fichter und der Vermittlungsverantwortlichen Silvana Muhl. Beide verschafften den Besucherinnen und Besuchern einen besonderen Einblick in die aktuelle Ausstellung «ARBEIT: Vom Wollen,



Der Gesundheitspsychologe Johannes Storch erklärte den Gästen die unterschiedlichen Arten der Erholung.

Bild: zvg

«Bei Maschinen ist klar: keine Batterie, keine Power.»

**Johannes Storch**  
Gesundheitspsychologe

Dürfen und Müssen» und sind dabei auch immer wieder auf die Beziehung zwischen Arbeit und Freizeit sowie den Ursprung des Sonntags eingegangen. So konnten die Gäste vermehrt ihre eigenen Perspektiven und Erfahrungen in das Gespräch mit einbringen. Anschliessend wurde ein kleines Mittagessen vom Grill auf der grossen Terrasse mit Seeblick serviert, ehe es mit dem Vortrag von Johannes Storch weiterging. Kaffee und Kuchen gab es zur kurzen Erholung im Anschluss.

Den inspirierenden Tag abgerundet hat der Auftritt des Zürcher Improtheater-Ensembles «anundpfirsich» – amtierende Europameister im Improtheater. Das Ensemble schickte zwei Schauspielerinnen nach Pfäffikon, Yara Gerber und Corinne Niklaus. Letztere ist in Lachen aufgewachsen und freute sich natürlich über ein «Heimspiel». Mit viel Charme, Spontaneität und einem Augenzwinkern nahmen die beiden die Gäste mit auf eine verspielte Reise durch die Absurditäten und Sehnsüchte rund um den Sonntag. Zu den Szenen inspirierten sie Beiträge aus dem Publikum sowie verschiedene Programmpunkte des Thementags.

## Kultur sichtbarer gemacht

Mit spannenden Einblicken, überraschenden Perspektiven und einer Portion Humor konnten die Besucherinnen und Besucher im Vögele Kultur Zentrum den Sonntag neu entdecken, gemeinsam einen vielschichtigen und anregenden Tag verbringen und neue Kontakte knüpfen.

Der Thementag war Teil der «Hallo Kultur!»-Veranstaltungsreihe. Diese ist ein regionales Kulturprojekt, das seit 2022 jährlich neue, überraschende Ideen hervorbringt und dabei Kulturschaffende aus der March und den Höfen vernetzt, kreative Impulse setzt und Kultur sichtbarer macht. (eing)