

# VEREINE

## «ABEFAHRE – STRESSFREI IN 5 TAGEN»

*Das Zytglogge Theater spielt in diesem Jahr ein Stück von Livia Anne Richard. Unter der Regie von Alex Truffer wird im 2018 uraufgeführten Theaterstück «Abe-fahre – Stressfrei in 5 Tagen» gezeigt, wie man aus dem Teufelskreis der geistigen und kommunikativen Übersättigung herauskommen kann.*

Irgendwo im öV, am Arbeitsplatz, zu Hause: «I ma nümm!», «Dä Chef isch nid zum Ushaute!», «I dräie jitz de düre!». Das sind Sätze aus dem heutigen Alltag. Jede und jeder kennt sie, hat sie schon gehört oder selber ausgesprochen. Ausdruck eines Zeitgeistes, wo alles der Geschwindigkeit, der (Über-)Kommunikation, der Herausforderung und dem Management untergeordnet wird.

Fast alle sind abhängig von Handy und Laptop, die Erreichbarkeit ist permanent Tag und Nacht, betrifft Kinder, Jugendliche, Erwachsene und sogar Seniorinnen und Senioren. Ein Generationengefälle ist kaum zu finden. Alle rudern, selten im gleichen Boot. Alle sind vernetzt und trotzdem einsam. Ein Widerspruch!

Sechs gestresste Personen befinden sich in einer Gruppe, die in nur fünf Tagen ohne elektronische Geräte, aber durch Rollenspiele, Gruppentherapie, Heilfastentee und Achtsamkeit zurück zum eigenen Selbst finden sollen, um

so gegen ein mögliches Burnout gewappnet zu sein. Mit dabei sind die alleinerziehende Pflegefachfrau Martina, der kurz vor dem Durchbruch stehende Eishockeyspieler Marco, der nörgelnde Lehrer Benjamin, der aufmüpfige Verkaufsleiter René, die verzweifelte HR-Frau Helen und die sensible Gemeindepräsidentin Renate. Nicht allen fällt es leicht, sich auf Neues einzulassen.

Es ist bereits das zweite Mal, dass unsere Theatergruppe in Kehrsatz spielt. Wir hoffen, damit eine lange Tradition zu begründen. Wir freuen uns sehr, wenn wir viele Chäsitzer und Chäsitzerinnen – und natürlich viele andere



aus der Region – als Publikum oder sogar als neue Mitglieder begrüßen dürfen. Denn die «Zytgloggeler», wie wir uns nennen, sind ein Berner Urgestein, das seit der Gründung 1918 die bernische Theaterszene in Stadt und Land bereichert.

Text und Foto: zvg



**Spielort:** Aula Schulhaus Selhofen

**Premiere:** Donnerstag, 3. April 2025, 20 Uhr

**Weitere Aufführungsdaten:** 4./5./6.\*./9./10./11./12./13.\*./15./16./17. April 2025, jeweils 20 Uhr (\*Sonntag 17 Uhr)

**Reservation:** [www.zytgloeggeler.ch](http://www.zytgloeggeler.ch)

**Abendkasse:** am Aufführungstag ab 19 Uhr, Sonntag ab 16 Uhr  
Getränke und kleine Snacks vor der Aufführung, in der Pause sowie im Anschluss der Vorstellung zusammen mit dem Ensemble.

**Dringend gesucht:** Kassier oder Kassierin! Wer hat Lust, Theaterluft zu schnuppern und unsere Finanzen zu regeln?