

# Stuben-Atmosphäre am Bahnhof

Aarau Bei der Aktion «Bitte nehmen Sie Platz» erzählen Passanten auf dem Sofa von ihren Genussmomenten

VON KELLY SPIELMANN (TEXT UND FOTO)

«Ich muss den Zug erwischen», «Keine Zeit, ich habe im Restaurant eine Reservation», «Schokolade mag ich nicht». Zu Beginn der Aktion «Bitte nehmen Sie Platz» kassiert Sara Michalik von den Passanten am Aarauer Bahnhof zahlreiche Absagen, als sie ihnen ein Schöggeli anbietet und um einen kurzen Moment ihrer Zeit bittet. Die Präsidentin des Verbands der Aargauer Psychologinnen und Psychologen ist eine der Organisatorinnen der Strassenaktion, die im Rahmen der Aktionstage Psychische Gesundheit stattfindet.

Mit drei Studentinnen der Sozialpädagogik wurden auf dem Aarauer Bahnhofplatz Sofas aufgestellt. Passanten werden eingeladen, sich zu setzen und über ihre Genussmomente zu reden. Durchgeführt wird die Aktion zwischen 17 Uhr und 19 Uhr - mitten im Feierabendverkehr. Sara Michalik selber erklärt: «Es ist eine hektische Zeit und ein hektischer Ort. Leute halten hier sonst nie an, um zu verweilen.»

## Aus Alltagshektik ausbrechen

Doch es dauert nicht lange, bis sie die ersten Passanten überzeugen kann, sich zwei Minuten Zeit zu nehmen. «Was kommt Ihnen als erstes in den Sinn, wenn Sie an Genuss denken?», fragt Sandra Dallapiazza, eine der Studentinnen, ihre Gesprächspartner zum Einstieg. Während einige lange nachdenken müssen, haben andere sofort eine Antwort bereit. Zeit mit der Familie, ein leckeres Essen oder ein gutes Buch - alle wissen von einem bestimmten Moment zu erzählen, der ihnen speziell guttut. Eine Frau erzählt beispielsweise, wie sie bewusst kleine Genussmomente in ihren Tag streut.

Deutlich wird: Bei allen sind es kleine Dinge im Alltag, die ihnen Genuss bedeuten. Und alle können sich gegenüber den Studentinnen, die sie nie zuvor getroffen hatten, öffnen und diese Momente teilen. In der Zeitung hingegen wollten sie sich nicht sehen - jedenfalls nicht mit Bild und Namen. «Das ist zu persönlich», findet eine Frau und lächelt entschuldigend.

Schon bald dauern die Gespräche weit länger als zwei Minuten. Das Interesse am Anlass wird immer grösser: Junge und Alte, Männer und Frauen, Menschen mit Kopftüchern und Hotpants, Anzügen und Bierdosen. «Es ist wirklich schön, wie viele unterschiedliche Menschen ihre Geschichten mit uns teilen», freut sich Michalik. Derweil verteilt sie den Gästen Flyer, die darauf warten, ebenfalls auf einem der besetzten Sofas Platz nehmen zu dürfen. «Ich könnte darin versinken, den ganzen Abend hier sitzen», sagt eine ältere Dame lachend, als sie vom Sofa aufsteht. Die Wohnzimmeratmosphäre auf dem sonst anonymen Bahnhofplatz ist gelungen.

## Auch Tränen sind geflossen

Doch nicht nur Glücksgefühle kommen beim Anlass auf - auch Tränen werden geteilt. «Traurig stimmt uns ein bisschen, dass teilweise auch die Not und Einsamkeit von manchen Menschen so spürbar wird», bestätigt Michalik. Dabei brauche es so wenig: nur jemanden, der einem zuhört.

Der Anlass findet denn auch zu einem speziellen Zeitpunkt statt: am Welt-Suizid-Präventionstag. So ist dies oft ebenfalls Thema der Gespräche. Auch Stadtrat Daniel Siegenthaler, der zum Anlass erschien, spricht mit Besuchern über Suizidprävention - ein Thema, mit dem sich offensichtlich viele Passanten schon in einer Form auseinandersetzen mussten.

Zwischen Lachen und Tränen findet sich aber eine Konstante: die Mitteilung, welche die Organisatoren den Besuchern auf den Weg geben wollen. «Das bewusste Erleben des schönen Moments mit allen Sinnen, das ist Genuss», sagt Michalik. Mit dem Anlass ist sie sehr zufrieden. «Ich kann mir gut vorstellen, diese positive Erfahrung zu wiederholen. Vielleicht liesse sich das sogar ausbauen», findet sie.

**Die Aktionstage** Psychische Gesundheit Aargau finden im September und Oktober statt. Mehr Informationen und das Programm finden Sie online unter [www.aargauerzeitung.ch](http://www.aargauerzeitung.ch)



Caroline Hanst, Studentin Sozialpädagogik (rechts), auf dem Sofa auf dem Bahnhofplatz im Gespräch mit einer Passantin zum Thema «Genussmomente».