



Januar

Mannbüro goes Schieber!

Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger.
19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Dienstag, 14. Januar 2025
19.00 Uhr

Männerpalaver

Thema: **Partnerschaft: Was hält mich, was nicht?**
19.00 Uhr Apéro; 19.30 bis 21.30 Uhr Palaver
Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstrasse 5, Luzern

Mittwoch, 22. Januar 2025
19.00 Uhr

Februar

Schneeschuhwanderung

von Niederrickenbach auf's Buochserhorn
08.00 bis 16.00 Uhr, Treffpunkt: Bahnhof Luzern, Gleis 12 Abfahrt 08:10 Uhr,
Infos siehe Rückseite

Sonntag, 2. Februar 2025

Männerpalaver

Thema: **Grenzen spüren**
19.00 Uhr Apéro; 19.30 bis 21.30 Uhr Palaver
Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstrasse 5, Luzern

Dienstag, 11. Februar 2025
19.00 Uhr

Mannbüro goes Schieber!

Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger.
19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Mittwoch, 12. Februar 2025
19.00 Uhr

Nähe zu mir selbst und in der Partnerschaft

Gruppen-Erfahrungsaustausch mit Entwicklungsansätzen
Eintritt frei (Kollekte), Infos siehe Rückseite.
19.00 Uhr, Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstrasse 5, Luzern

Freitag, 21. Februar 2025
19.00 Uhr

März

Mannbüro goes Schieber!

Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger.
19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Dienstag, 11. März 2025
19.00 Uhr

Männer lesen

Leseabend mit Daniel Ammann und Martin Schlanstein (siehe Rückseite)
19.30 bis 21.30 Uhr, Rothenburgerhaus, St. Leodegarstrasse 13, Luzern

Dienstag, 18. März 2025
19.30 Uhr

Männerpalaver

Thema: **Was bin ich wert? Gehöre ich dazu?**
19.00 Uhr Apéro; 19.30 bis 21.30 Uhr Palaver
Feuerstelle im Wald Dreilindenpark/Konsipark, Dreilindenstrasse 93, Luzern
(Bus Nr. 14 bis Konservatorium)

Mittwoch, 19. März 2025
19.00 Uhr

April

Männer lesen

Leseabend mit Daniel Ammann und Martin Schlanstein (siehe Rückseite)
19.30 bis 21.30 Uhr, Rothenburgerhaus, St. Leodegarstrasse 13, Luzern

Dienstag, 1. April 2025
19.30 Uhr

Männer lesen

Leseabend mit Daniel Ammann und Martin Schlanstein (siehe Rückseite)
19.30 bis 21.30 Uhr, Rothenburgerhaus, St. Leodegarstrasse 13, Luzern

Dienstag, 15. April 2025
19.30 Uhr

Mannbüro goes Schieber!

Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger.
19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Mittwoch, 16. April 2025
19.00 Uhr

Mai

Unterwegs mit Männern

Brüder & Co – Männertage in Terra Vecchia (Centovalli)
Infos siehe Rückseite.

Donnerstag, 1. bis
Sonntag, 4. Mai 2025

Jubiläum 15 Jahre Männerpalaver Luzern

Tanzfest für Frauen und Männer
19.00 Uhr, Treffpunkt Bushaltestelle Büttenenhalde (Linie 6), Luzern

Freitag, 9. Mai 2025
19.00 Uhr

Mannbüro goes Schieber!

Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger.
19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Dienstag, 13. Mai 2025
19.00 Uhr

Mitgliederversammlung 2025

19.00 Uhr, Pfarreisaal St. Anton, Langensandstrasse 5, Luzern
Details und Traktanden folgen mit der Einladung.

Freitag, 16. Mai 2025
19.00 Uhr

Juni

Mannbüro goes Schieber!

Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger.
19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Mittwoch, 11. Juni 2025
19.00 Uhr

Sommersonnenwende

19.30 bis circa 22.30 Uhr, Treffpunkt: Unterlöchli, Endstation Bus 7
Infos siehe Rückseite.

Freitag, 21. Juni 2025
19.30 Uhr

Bei einigen Veranstaltungen machen wir Kollekte oder erheben einen Unkostenbeitrag. Infos siehe Rückseite.



ManneHotline – von Mann zu Mann
076 393 33 12 · kontakt@mannehotline.ch
www.mannehotline.ch
Männer von manne.ch sind für dich da.

ManneHotline – von Mann zu Mann
076 393 33 12 · kontakt@mannehotline.ch
www.mannehotline.ch

Die ManneHotline ist ein erster Kontakt bei Fragen zu Beziehung, Familie, Sexualität, Gewalt, Spiritualität, Recht, Sucht, Arbeit, Freizeit etc. Ein Mann hört zu, leistet Hilfe, gibt Hinweise und vermittelt Adressen. Wir sind 7 Tage in der Woche erreichbar. Wenn du uns nicht direkt erreichst, kannst du uns eine Nachricht hinterlassen. Wir rufen innerhalb von 2 Tagen zurück.

Unterwegs mit Männern

Brüder & Co – Männertage in Terra Vecchia

Wie geht brüderliches, geschwisterliches, freundschaftliches Miteinander – jenseits von Konkurrenz und Machtkampf? Gemeinsam loten wir aus, was «Brüderlichkeit» meinen könnte: im Austausch über persönliche Erfahrungen, anhand von Bildern und biblischen Geschichten und mit Erkundungen in der Natur. Und wir leben drei Tage brüderliches Miteinander: im stilvollen Gemeinschaftshaus «Casa Convento» inmitten der Ruhe und Abgeschiedenheit der Tessiner Bergwelt. Die Kapelle von Terra Vecchia mit ihrer schlichten Schönheit lädt ein zu Besinnung und Stärkung mit spirituellen Impulsen. Eingeladen sind Männer jeglichen Alters und spiritueller Ausrichtung.

Beginn: Donnerstag, 1. Mai 2025, Treffpunkt um 12.05 Uhr bei der Bergstation Rasa (erreichbar mit der Bergbahn ab der Bahnstation Verdasio im Centovalli) – Ende: Sonntag, 4. Mai (Abfahrt Rasa um ca. 15.00 Uhr)

Unterkunft: Einzelzimmer im Casa Convento, Terra Vecchia, Kosten: CHF 175.– für Übernachtung und Essen + individuelle Reisekosten + freiwilliger Beitrag nach Ermessen für Organisation und Begleitung an den Verein Ritiro (ritiro.ch).

Begleitung & Auskunft: Daniel Ammann (katholischer Theologe mit Zusatzausbildung in systemischer Naturtherapie), danielammann@hispeed.ch, Telefon 041 360 63 04, Siegfried Arends (reformierter Theologe und Gemeindepfarrer), siegfried.arends@kircheamrheinfall.ch, Telefon 052 654 07 97. **Anmeldung: per Mail oder Telefon bis Ende März 2025**

Männerpalaver

manne.ch bietet Palaverabende an, 6 mal im Winterhalbjahr. Palavern heisst, mit Männern jeden Alters zusammen sitzen und über wesentliche Lebensthemen reden. Vor allem auch hören, was andere denken und wie sie sich fühlen. Das Wort wandert beliebig im Männerkreis. Es spricht immer nur einer, alle andern hören zu. Themen werden weiter entwickelt, wer Lust hat bringt etwas Zusätzliches ein. Persönlich Erlebtes, spontan Aufgetauchtes, auch Unfertiges kann sich zu erstaunlichen Erkenntnissen zusammenfügen. Also Fragen stellen, Antworten suchen, Vertrauen schaffen. Palavern ist mehr als Herumreden.

Persönlichkeitsentwicklung: Nähe zu mir selbst und in der Paarbeziehung

Gruppen-Erfahrungsaustausch mit Entwicklungsansätzen

Wie lasse ich durch meine gefühlsmässige und geistige Anwesenheit Beziehung wachsen? Einfühlungsvermögen bedingt Gefühle erst mal bei mir selber. Wir gehen auf einen Weg, um das Schweigen gegenüber uns selbst und das Zwischenmenschliche zu überwinden, unausgesprochenes Wissen und emotionale Erkenntnisse zu entdecken.

Erfahrungsaustausch mit Entwicklungsansätzen: Wir tauschen über unsere sozialen Bezüge und Herausforderungen aus, über unsere Persönlichkeitsentwicklung.

Freitag 21. Februar 2025, 19.00 Uhr in der Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstrasse 5, Luzern, Eintritt frei (Kollekte)

Gesprächsmoderation: Theo Bühlmann, Medienschaffender, Kursleiter, Buchautor, Lyriker

Anmeldung zur Teilnahme erforderlich bis Mitte Februar 2025 an: at.buehlmann@bluewin.ch

Männer lesen

Wir lesen «Morgen und Abend» von Jon Fosse (Literaturnobelpreisträger) und tauschen an drei Abenden unsere Lese- und Lebenserfahrungen aus. Vom Buchumschlag: In «Morgen und Abend» erzählt Jon Fosse von einem grossen Thema, dem Tod. Die Geschichte, in deren Mittelpunkt ein einfacher norwegischer Fischer steht, dessen Leben hart und erfüllt war, öffnet den Blick auf das, wovon heute kaum noch jemand spricht. Eine kunstvoll rhythmisierte, ganz schlichte Erzählung, die bezaubert und berührt.

Mit Daniel Ammann und Martin Schlanstein, jeweils 19.30 bis 21.30 Uhr im Rothenburgerhaus, St. Leodegarstrasse 13, Luzern.

Unterwegs mit Männern – Schneeschuhwanderung

Am Sonntag, 2. Februar, gehts mit Schneeschuhen von Niederrickenbach gemütlich hinauf aufs Buochserhorn und dann hinunter nach Niederrickenbach zur Einkehr ins Pilgerhaus. Eine Tour je nach Lust und Laune von 4 bis 6 Stunden. Mit Zeit zum Sein und Gipfelerlebnis. Hoffentlich bei Schnee und Sonne, aber auch bei Wind und Wetter. Geeignete Ausrüstung und Picknick nimmt jeder selbst mit. Billett bis Niederrickenbach retour bitte selber lösen.

Auskunft bei danielammann@hispeed.ch oder Tel 077 472 63 38

Männer-Literatur

Bücher, die dein Mann-Sein ansprechen, kitzeln, herausfordern, streicheln, befragen, erweitern, schütteln, zum Schmunzeln bringen, sympathisch begleiten. In der Stadtbibliothek Luzern, Bourbaki-Panorama-Gebäude, findest du, was dein Männerherz zum Lesen begehrt.

www.winmedio.net/bvl, Stichwort «Mannebüro»

Mannebüro goes Schieber

Stöck – Wys – Stich: Wir treffen uns ohne grosse Formalitäten zu einem gepflegten Jassabend, je nach Situation im Mannebüro (Unterlachenstrasse 12, Luzern) oder einer Lokalität in der näheren Umgebung (wird jeweils per Infomail bekannt gegeben). Es braucht keine speziellen Voraussetzungen: Auch Anfänger, die lernen wollen, sind willkommen. **Für die Reservation bitten wir um eine formlose Anmeldung an info@manne.ch.**

Sommersonnenwende

21. Juni 2025 – Gemeinsam Schönheit würdigen in der Natur

Wir feiern mit einem Ritual das Fest zur Sommersonnenwende. Wir werden Musik machen, singen und tanzen. Mit allen Sinnen wollen wir unsere Aufmerksamkeit der Schönheit unserer Sonne und unserer Erde widmen und in Gemeinschaft feiern. Manchmal sind es ganz kleine Dinge, die entdeckt werden wollen.

Nach dem Ritual machen wir ein Feuer und eine Teilette, zu der jeder etwas mitbringt. Der Anlass findet bei jedem Wetter draussen statt. Kleide dich entsprechend und nimm noch etwas gegen Mückenstiche mit. Anmeldung ist nicht erforderlich. Bei Fragen 076 586 14 74. Bis bald. Wir freuen uns auf dich.

Aktivitäten ausgewählter anderer Gruppierungen von Männern und Vätern in Luzern:

Im Rahmen des Projektes M2 haben wir für 2025 zwei weitere Veranstaltungen in Planung. Einzelheiten folgen zu gegebener Zeit über die üblichen Kanäle.

M2 dein Mitmach-Mobil



Männer-Gutschein

für ein
Gratis-Männerpalaver

Das Männerpalaver findet 6 mal im Winterhalbjahr statt (Daten auf der Vorderseite). Mit diesem Gutschein wird für die Teilnahme kein Beitrag zur Kollekte erwartet.

Dieser Gutschein ist unpersönlich und kann auch anderen Männern geschenkt oder weitergegeben werden.

