



Januar	
Männer lesen Leseabend mit Daniel Ammann und Martin Schlanstein (Infos siehe Rückseite) 19.30 bis 21.15 Uhr, Rothenburgerhaus, St. Leodegarstrasse 13, Luzern	Montag, 12. Januar 2026 19.30 Uhr
Mannebüro goes Schieber! Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger. 19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.	Mittwoch, 14. Januar 2026 19.00 Uhr
Männerpalaver Thema: Ermächtigen statt Bedrohen 19.00 Uhr Apéro; 19.30 bis 21.30 Uhr Palaver Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstrasse 5, Luzern	Montag, 19. Januar 2026 19.00 Uhr
Männer lesen Leseabend mit Daniel Ammann und Martin Schlanstein (Infos siehe Rückseite) 19.30 bis 21.15 Uhr, Rothenburgerhaus, St. Leodegarstrasse 13, Luzern	Montag, 26. Januar 2026 19.30 Uhr
Februar	
Schneeschuhwanderung Mit Schneeschuhen von Langis hinauf Richtung Fürstein. Treffpunkt: Bahnhof Luzern, Gleis nach Giswil 08.30 Uhr. (Infos siehe Rückseite)	Sonntag, 8. Februar 2026 08.30 Uhr
Männer lesen Leseabend mit Daniel Ammann und Martin Schlanstein (Infos siehe Rückseite) 19.30 bis 21.15 Uhr, Rothenburgerhaus, St. Leodegarstrasse 13, Luzern	Montag, 9. Februar 2026 19.30 Uhr
Mannebüro goes Schieber! Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger. 19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.	Dienstag, 10. Februar 2026 19.00 Uhr
Männerpalaver Thema: Ich bin viele(s) 19.00 Uhr Apéro; 19.30 bis 21.30 Uhr Palaver Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstrasse 5, Luzern	Mittwoch, 25. Februar 2026 19.00 Uhr
März	
Mannebüro goes Schieber! Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger. 19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.	Mittwoch, 11. März 2026 19.00 Uhr
Männerpalaver Thema: Nicht trödeln – Gas geben 19.00 Uhr Apéro; 19.30 bis 21.30 Uhr Palaver Feuerstelle im Wald Dreilindenpark/Konsipark, Dreilindenstrasse 93, Luzern (Bus Nr. 14 bis Konservatorium)	Montag, 23. März 2026 19.00 Uhr
Boccia-Spiel Boccia-Spiel und gemütliches Beisamensein 18.30 bis 21.00 Uhr, Boccia-Sektion des FC Kickers, Tribschenstrasse 67, 6005 Luzern	Freitag, 27. März 2026 18.30 Uhr
April	
Mannebüro goes Schieber! Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger. 19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.	Dienstag, 14. April 2026 19.00 Uhr
Mai	
Unterwegs mit Männern Ach die Arbeit! Männer und Arbeit. Männertage in Terra Vecchia (Centovalli) (Infos siehe Rückseite)	Donnerstag, 7. bis Sonntag, 10. Mai 2026
Tanzfest Männerpalaver Tanzfest für Frauen und Männer 19.00 Uhr, Treffpunkt Bushaltestelle Büttenehalde (Linie 6), Luzern	Freitag, 8. Mai 2026 19.00 Uhr
Mannebüro goes Schieber! Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger. 19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.	Dienstag, 12. Mai 2026 19.00 Uhr
Mitgliederversammlung 2026 19.00 Uhr, Details und Traktanden folgen mit der Einladung	Freitag, 29. Mai 2026 19.00 Uhr
Juni	
Mannebüro goes Schieber! Gemütlicher Manne-Jassabend für Profis und lernwillige Anfänger. 19.00 Uhr, Stadt Luzern, Ort wird rechtzeitig bekannt gegeben.	Mittwoch, 10. Juni 2026 19.00 Uhr
Sommersonnenwende 19.30 bis 22.30 Uhr, Treffpunkt: Unterlöchli, Endstation Bus 7 (Infos siehe Rückseite)	Freitag, 19. Juni 2026 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

Ach die Arbeit! Männer und Arbeit. Männertage in Terra Vecchia

Viele Männer definieren sich über ihre Arbeit. Wie aber halte ich es mit der Arbeit? Was ist Arbeit für mich: notwendiges Übel oder Erfüllung? Ist Arbeit noch mehr als nur bezahlte Arbeit? Und wer bin ich, wenn ich nicht (mehr) arbeite? Gemeinsam gehen wir der Frage nach, welche Bedeutung Arbeit in unserem Leben hat. Im Austausch über persönliche Erfahrungen, anhand von biblischen Texten und mit Erkundungen in der Natur. Das stilvolle Gemeinschaftshaus «Casa Convento» inmitten der Tessiner Bergwelt ermöglicht gutes Zusammensein ebenso wie Rückzug und Geborgenheit. Die Kapelle von Terra Vecchia mit ihrer schlichten Schönheit lädt ein zu Besinnung und Stärkung mit biblisch-spirituellen Impulsen. Eingeladen sind Männer jeglichen Alters und spiritueller Ausrichtung.

Beginn: Donnerstag, 7. Mai 2026, Treffpunkt um 12.05 Uhr bei der Bergstation Rasa (erreichbar mit der Bergbahn ab der Bahnstation Verdasio im Centovalli)

Ende: Sonntag, 10. Mai (Abfahrt Rasa um ca. 14:30 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, Tel. 041 360 63 04) und Siegfried Arends (reformierter Theologe und Gemeindepfarrer, siegfried.arends@kircheamrheinfall.ch, Tel. 052 654 07 97)

Anmeldung: per Mail oder Telefon bis Ende März 2026

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.

Männer lesen

«Gehen. Weitergehen. Eine Anleitung.» (Erling Kagge, Inselverlag)

«Das Leben ist ein langer Fussmarsch,» sagt Kagge. Dies kann ein riskanter Marsch über Gletscherspalten, aber auch ein Spaziergang durch einen städtischen Park sein. Ein Glücksgefühl stellt sich ein, unsere Gedanken beginnen zu fließen, unser Kopf wird klar, äussere und innere Welt gehen ineinander über, wir werden eins mit der Welt – im Gehen. Denn «der Kopf braucht Bodenhaftung, die bekommt er durch die Füße.»

An 3 Abenden lesen wir Teile des Buches und tauschen uns darüber aus.

Mit Daniel Ammann und Martin Schlanstein, jeweils 19.30 bis 21.15 Uhr im Rothenburgerhaus, St. Leodegarstrasse 13, Luzern, Anmeldung bei Daniel Ammann (danielammann@hispeed.ch, 077 472 63 04).

Unterwegs mit Männern – Schneeschuhwanderung

Am Sonntag, den 8. Februar 2026 geht's mit Schneeschuhen von Langis hinauf Richtung Fürstein. Wie weit wir gehen, entscheiden wir unterwegs. Eine richtige Genusstour abseits der Touristenströme. Hoffentlich bei Schnee und Sonne, aber auch bei Wind und Wetter. Geeignete Ausrüstung und Picknick nimmt jeder selbst mit. Billette bis Langis selber lösen. Auskunft und Anmeldung bei danielammann@hispeed.ch oder 077 472 63 38

Treffpunkt Bahnhof Luzern, Gleis nach Giswil 08:30 Uhr

Männer-Literatur

Vom Sohn- zum Vatersein. Männergesundheit. Neue alte Männlichkeit? Bücher zu den verschiedensten Facetten des Mann-Seins findest du in der Stadtbibliothek Luzern (Bourbaki-Panorama-Gebäude). www.winmedio.net/bvl, Stichwort «Mannebüro»

Mannebüro goes Schieber

Stöck – Wys – Stich: Wir treffen uns ohne grosse Formalitäten zu einem gepflegten Jasabend, 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.**

Boccia-Spiel und gemütliches Beisammensein

Was im vergangenen Jahr bei der 30-Jahr-Jubiläums-Feier bereits viel Freude bereitet hatte, wollen wir im 2026 fortsetzen: Boccia-Spiel auf der Boccia-Bahn mit gemütlichem Beisammensein im Boccia-Stübli. Die Bahnmiete wird seitens manne.ch allen Teilnehmern offeriert. **Anmeldungen bitte an info@manne.ch**

Sommersonnenwende

19. Juni 2026 – Gemeinsam Schönheit würdigen in der Natur

Wir feiern mit einem Ritual das Fest zur Sommersonnenwende. Wir werden Musik machen, singen und tanzen. Wer mag, bringt ein Instrument für den Rhythmus mit. 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 Teilete, 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.



Männer-Gutschein für 1 Jahr Gratis-Mitgliedschaft

Ja, gerne nehme ich die Gelegenheit wahr und werde für 1 Jahr kostenfrei Mitglied (reguläre Jahresmitgliedschaft: CHF 50.00, kann jederzeit gekündigt werden):

Vorname:

Name:

Adresse:

PLZ/Ort:

Telefon/Handy:

E-Mail-Adresse:

Bitte einsenden an: Mannebüro, Unterlachenstrasse 12, 6005 Luzern oder per E-Mail an info@manne.ch

(Halbjahresagenda Frühjahr 2026)

Im Rahmen des Projektes M2 sind weitere Veranstaltungen und Aktivitäten in Planung. Einzelheiten folgen zu gegebener Zeit über die üblichen Kanäle.

M2 dein Mitmach-Mobil

Informationen unter:
www.manne.ch



manne.ch
MANNEBÜRO LUZERN