



### Januar

#### Männerpalaver

Dienstag, 12. Januar 2021

**Meine Schattenseiten... – mit Fondue am Feuer**

19.00 Uhr; Bus Nr. 14 bis Konservatorium

Dreilindenpark (Konsipark), Dreilindenstrasse 93, Luzern

#### Ausserordentliche Mitgliederversammlung

Freitag, 29. Januar 2021

**Wir sprechen über Perspektiven des Mannebüro,  
mögliche Partnerschaften und Ähnliches.**

19.15 Uhr; Pfarreisaal St. Leodegar, St. Leodegar-Strasse 6a, Luzern

Details und Traktanden folgen mit der Einladung.

### Februar

#### Männerpalaver

Dienstag, 2. Februar 2021

**Ja, ich sag Nein! Wo wie Nein sagen?**

19.00 Uhr Apéro; 19.30 bis 21.30 Uhr Palaver

Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstrasse 5, Luzern

#### Schneeschuhwanderung

Sonntag, 28. Februar 2021

**Niederrickenbach-Buochserhorn**

08.00 bis 17.00 Uhr.

Treffpunkt: Bahnhof Luzern, Gleis Richtung Engelberg, 08.00 Uhr.

Infos siehe Rückseite.

### März

#### Männerpalaver

Mittwoch, 10. März 2021

**Meine Geilheit im Alltag**

19.00 Uhr Apéro; 19.30 bis 21.30 Uhr Palaver

Cafeteria Barfüesser, Winkelriedstrasse 5, Luzern

### April

#### Unterwegs mit Männern

Donnerstag, 29. April bis

Sonntag, 2. Mai 2021

**Mann an der Luft – Ein Wochenende für Männer**

Terra Vecchia im Centovalli. Infos siehe Rückseite

#### Mitgliederversammlung 2021

Freitag, 30. April 2021

19.15 Uhr; Pfarreisaal St. Leodegar, St. Leodegar-Strasse 6a, Luzern

Details und Traktanden folgen mit der Einladung.

### Juni

#### Sommersonnenwende

Freitag, 18. Juni 2021

Treffpunkt: 19.30 bis 22.30 Uhr, Unterlöchli, Endstation Bus 7;

Infos siehe Rückseite

Betreffend Corona halten wir uns an die Verordnung des BAG und die Massnahmen des Kantons Luzern. Änderungen der Situation werden wir in den Einladungen, per Infomail sowie auf unserer Website ([www.manne.ch](http://www.manne.ch)) bekannt geben.

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](mailto:kontakt@mannehotline.ch)**  
**[www.mannehotline.ch](http://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**

**Bist du unter Druck wegen den aktuellen besonderen Herausforderungen? Brauchst du jemand, der dir zuhört und hilft zu klären, wie du gut mit dir und deinem Umfeld umgehen kannst, wenn vieles nicht mehr so läuft wie gewohnt? Dann bist du richtig bei uns!**

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

## 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](http://www.winmedio.net/bvl), **Stichwort «Mannebüro»**

## 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. Richtpreis CHF 10.–/8.–

## Manne-Trommeln

Trommeln und Rhythmus allgemein sind eine sehr gute Möglichkeit aus dem Alltag auszubrechen und sich gehen zu lassen. Remo trommelt mit Einzelnen wie auch mit Gruppen. Es besteht bereits eine Gruppe, bei der du aber gut neu einsteigen kannst. CHF 20.–/15.– Wenn Du Interesse hast, melde Dich bei:

**Remo Dalla Vecchia, remo.dallavecchia@bluewin.ch, 079 537 90 30.**

Alles Weitere können wir zusammen besprechen.

## Schneeschuhwanderung

Am Sonntag, den 28. Februar 2021 gehts mit Schneeschuhen von Niederrickenbach aufs Buochserhorn. 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. Billet bis Niederrickenbach selber lösen.

**Auskunft bei danielammann@hispeed.ch oder 041 360 63 04, Treffpunkt Bahnhof Luzern, Gleis nach Engelberg, 8.00 Uhr.**

## Unterwegs mit Männern

### Mann an der Luft – Ein Wochenende für Männer

Vier Tage in der Tessiner Bergwelt erkunden wir das Leben. Wo erleben wir den Lebenshauch? Wohin weht mich der Wind? Mit Erfahrungen in der Natur und im Austausch an der frischen Luft.

Das stilvolle Gemeinschaftshaus «Casa Convento» 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, 29. April, Treffpunkt um 12.05 Uhr bei der Bahnstation Rasa (Erreichbar mit der Bergbahn ab der Bahnstation Verdasio im Centovalli) – Rückreise am Sonntag, 2. Mai um 15.00 Uhr.

Kosten: CHF 150.– für Übernachtung und Essen und freiwilliger Beitrag für Organisation und Begleitung an den Verein Ritiro ([www.ritiro.ch](http://www.ritiro.ch))

Begleitung: Daniel Ammann, Theologe mit Ausbildung in systemischer Naturtherapie und Siegfried Arends, Theologe und Gemeindepfarrer.

**Anmeldung und Auskunft: danielammann@hispeed.ch, 041 360 63 04**

## Neue Männergruppe – Angebot sistiert

Im Moment ist die Gründung von Männergruppen sistiert, es braucht neue Impulse. Vielleicht bist du der Mann, der dieses Angebot mit unkomplizierten Ideen und etwas Ausdauer mitgestalten möchte? Melde dich ganz unverbindlich via Kontaktformular auf unserer Homepage oder direkt bei **Walter Huwiler, walterhuwiler@bluewin.ch**

## Sommersonnenwende

Zur kürzesten Nacht des Jahres treffen wir uns mit Trommeln im Wald am Feuer und feiern das Leben, bei Regen in einer Höhle. Mitbringen: Trommeln und/oder Rasseln etc. und etwas für die Teilete. Keine Anmeldung. Bei Fragen: 078 934 09 90.

## Aktivitäten ausgewählter anderer Gruppierungen von Männern und Vätern in Luzern:

**PapaRazzi Luzern**  
Das Netzwerk für junge Väter in der Region Luzern  
[www.PapaRazzi-Luzern.ch](http://www.PapaRazzi-Luzern.ch)

## Männer-Gutschein

für ein  
**Gratis-Männerpalaver**

Das **Männerpalaver** findet 6 mal im Winterhalbjahr statt (Daten auf der Vorderseite). Dieser Gutschein berechtigt zu einem Gratiseintritt.

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

