

E-Mail

Medien Stadt Luzern

Luzern, 13. August 2024

Medienmitteilung Neue Angebote der Fachstelle für Altersfragen

Die Fachstelle für Altersfragen der Stadt Luzern lanciert drei neue Angebote: Im Erzählcafé «Stadtgeschichten» werden Erinnerungen zu städtischen Themen geteilt. Das «Gespräch unter Witvern» ist ein Treffpunkt für Männer, die mit den Herausforderungen eines Verlusts konfrontiert sind und die «KulTour» lädt Interessierte zu einem Blick hinter die Türen von Luzerner Kulturschaffenden ein. Alle Angebote fördern den sozialen Austausch und tragen positiv zur psychischen Gesundheit bei.

Ab August führt die Fachstelle für Altersfragen das Erzählcafé «Stadtgeschichten» im historischen Am Rhyn Haus durch. Ein Erzählcafé ist eine Gesprächsrunde, die Teilnehmende dazu einlädt, autobiografische Alltagserlebnisse und Erfahrungen zu einem bestimmten Thema miteinander zu teilen. Es ist eine bewährte Methode, um seine Lebensgeschichte zu reflektieren. Die eigenen Erfahrungen werden zu denjenigen der anderen Teilnehmenden in Bezug gesetzt.

Die erfahrene Erzählcafé-Moderatorin Doris Kaufmann, gibt dem Gespräch einen Rahmen und sorgt dafür, dass alle Teilnehmenden zu Wort kommen. Es ist auch möglich, einfach nur zuzuhören. Auf den moderierten Teil folgen ein Austausch und die Vertiefung der Gespräche bei Kaffee und Kuchen.

Die Sala terrena im Am Rhyn Haus bietet die passende Umgebung für Themen, die sich um die Stadt Luzern drehen und ein Eintauchen in vergangene Zeiten ermöglichen. An den sechs Daten von August 2024 bis Juni 2025 werden unter anderem Erinnerungen zur Badekultur, zu Markterlebnissen sowie zur Schulzeit in der Stadt Luzern ausgetauscht.

Gesprächsgruppe für Witwer

Ein weiteres Gesprächsangebot startet im September in Kooperation mit Vicino Luzern am Standort Neustadt. Bei «Gespräch unter Witvern» handelt es sich um einen niederschweligen Treffpunkt für Männer, die einen Verlust erlitten haben. Markus Schmid, ehemaliger Co-Präsident des Quartiervereins Hirschmatt-Neustadt und selbst Witwer, leitet die Gesprächsgruppe. Es geht darum, die mit dem Verlust verbundenen Erfahrungen miteinander zu teilen und sich auf diese Weise gegenseitig zu unterstützen. Vielen Männern fällt es in psychischen Belastungssituationen schwerer als Frauen, ihre Gefühle zu äussern und die mit der Situation zusammenhängenden Herausforderungen zu bewältigen. Vor diesem Hintergrund ist es sinnvoll, dass sie sich in einer Umgebung treffen können, in der nur Männer zusammenkommen.

«KulTour»

Im Rahmen der «KulTour» öffnen Luzerner Kulturschaffende die Türen zu ihren Arbeitsstätten. Sie ermöglichen Interessierten einen Einblick in ihre Welt und ihr Wirken. Die «KulTouren» finden jeweils am zweiten Montag oder Dienstag im Monat um 14 Uhr statt. Sie dauern maximal zwei Stunden. Im Anschluss ist ein gemütlicher Austausch möglich. Das Angebot «KulTour» ist eine Weiterentwicklung vom Kultur-Stammtisch «En Guete mitenand!». Die Organisationsgruppe setzt sich zusammen aus freiwilligen Gastgeberinnen und Teilnehmenden der Kultur-Stammtische.

Gesundheitsfördernde Wirkung

Alle neuen Angebote fördern den sozialen Austausch und die aktive Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie und persönlichen Interessen. Damit leisten sie einen positiven Beitrag zur psychischen Gesundheit. Gesundheitsförderung und –prävention sind wichtige Schwerpunkte der städtischen Alterspolitik. Sie tragen dazu bei, dass ältere Menschen so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben führen können.

Termine Erzählcafé, Sala terrena im Am Rhyn Haus

20. August 2024, 14 bis 16 Uhr
15. Oktober 2024, 14 bis 16 Uhr
10. Dezember 2024, 14 bis 16 Uhr
11. Februar 2025, 14 bis 16 Uhr
15. April 2025, 14 bis 16 Uhr
17. Juni 2025, 14 bis 16 Uhr

Eine Anmeldung ist erwünscht:

Fachstelle für Altersfragen, 041 208 81 40, ages@stadtluzern.ch.

Termine «Gespräch unter Witvern», Vicino Neustadt, Claridenstrasse 6 (ohne Anmeldung)

Jeweils am ersten Donnerstag im Monat

5. September 2024, 17.30 Uhr
3. Oktober 2024, 17.30 Uhr
7. November 2024, 17.30 Uhr
5. Dezember 2024, 17.30 Uhr
9. Januar 2025, 17.30 Uhr
6. Februar 2025, 17.30 Uhr
6. März 2025, 17.30 Uhr
3. April 2025, 17.30 Uhr
8. Mai 2025, 17.30 Uhr
5. Juni 2025, 17.30 Uhr
3. Juli 2025, 17.30 Uhr

Termine «KulTour» (ohne Anmeldung)

Jeweils am zweiten Montag oder Dienstag im Monat.

9. September, Besuch Rita Banz Art
15. Oktober 2024, Besuch Seniorenorchester Luzern
11. November 2024, Besuch Paul Louis Meier
9. Dezember 2024, Besuch bei Patrick Ottiger, Trompeter, Dirigent, Musikschullehrer