

# Peer-Arbeit

## Monatsprogramm November 2024

### Dienstag, 5. November 2024

09:30 – 10:30 Uhr: Recovery-Café\* im Bistro EssWerk, Unterlachenstrasse 9, Luzern

13:30 – 14:30 Uhr: Recovery-Walk\*\*\*, gemütlicher Spaziergang Richtung See

Treffpunkt: Haupteingang, Unterlachenstrasse 9, Luzern

### Dienstag, 12. November 2024

13:30 – 15:00 Uhr: Recovery-Gruppe\*\* **Thema: Minimalismus – Mein Leben vereinfachen, Teil 2 von 3**  
(Sitzungszimmer U9-UG, Unterlachenstrasse 9, Luzern)

Mentale Vorbereitung, um mein Leben zu vereinfachen / Konkrete Schritte beim Aufräumen und Ausmisten

### Donnerstag, 14. November 2024

13:00 – 14:00: Recovery-Café\* im Romerohaus, Kreuzbuchstrasse 44, Luzern

### Dienstag, 19. November 2024

15:30 – 16:30 Uhr: Recovery-Café\* im Nylon 7, Spinnereistrasse 1, Emmenbrücke

### Dienstag, 26. November 2024

10:30 – 12:00 Uhr: Recovery-Gruppe\*\* **Thema: Selbsthilfeangebote kennenlernen**  
(Sitzungszimmer U9-UG, Unterlachenstrasse 9, Luzern)

Welche externen Selbsthilfeangebote gibt es? Wie können mir diese Angebote helfen? Wo kann ich welche Unterstützung erhalten?

12:30 – 13:30 Uhr: Recovery-Café\* in der Grünabfuhr, Schäferweg 6, Luzern

### Donnerstag, 28. November 2024

12:30 – 13:30 Uhr: Recovery-Café\* im Brockenhaus, Klosterstrasse 14, 6003 Luzern

\*Recovery-Café: einfach dazusitzen, solange man möchte, ohne Anmeldung

\*\*Recovery-Gruppe: Erfahrungsaustausch in der Gruppe, ohne Anmeldung

\*\*\*Recovery-Walk: Gute Kleidung, ohne Anmeldung

### Kontaktpersonen

IG Arbeit

Marlene Keller und Andreas Ineichen

Fachpersonen Peer-Arbeit

Unterlachenstrasse 9

6002 Luzern

041 369 68 89, intern 889

2peer-arbeit@igarbeit.ch

Anwesend:

Dienstag/Donnerstag

**IG Arbeit**

Unterlachenstrasse 9  
6002 Luzern

041 369 68 68  
igarbeit@igarbeit.ch

Okt 24