



Luzerner
Psychiatrie ***lups.ch***

Luzern | Obwalden | Nidwalden

traversa
Netzwerk für Menschen
mit einer psychischen Erkrankung

Hören Sie
Stimmen?

Gruppenangebot «Stimmenhören»

Jeden zweiten Mittwoch von 18.30 bis 19.30 Uhr
im Tageszentrum traversa, Tribschengasse 6, 6005 Luzern
Start am 14. Januar 2026

Luzern

Stimmenhören

Liebe Interessierte

Hören Sie Stimmen? Möchten Sie mehr Informationen zum Thema Stimmenhören? Wir machen die Erfahrung, dass Stimmenhören eine normale, dem Leben angepasste menschliche Wahrnehmungsmöglichkeit ist, auch wenn es in der Gesellschaft oft als Erkrankung angesehen wird.

In diesem niederschwelligen **Gruppenangebot** unterstützen wir Betroffene, sich mitzuteilen und einen hilfreichen und selbst-bestimmten Umgang mit den eigenen Stimmen zu erlangen. Das Angebot hat das Ziel, die persönliche Selbstbefähigung zu stärken, Ängste abzubauen und den Sinn der Stimmen in Erfahrung zu bringen.

Das Erleben jedes einzelnen Menschen steht dabei vorbehaltlos im Zentrum.

Jeden zweiten Mittwoch von 18.30 bis 19.30 Uhr trifft sich die Stimmenhörgruppe im Kursraum des Tageszentrums von traversa in der Tribschengasse 6 in Luzern. Die Gruppe wird von einer Peer-Mitarbeiterin (Expertin aus Erfahrung) und je einer Fachperson von der *lups* und traversa geleitet.

Daten:

14. Januar, 28. Januar, 11. Februar, 25. Februar, 11. März, 25. März, 8. April, 22. April, 6. Mai, 20. Mai, 3. Juni, 17. Juni, 1. Juli.
Start nach der Sommerpause am Mittwoch, 26. August 2026

Das Angebot ist kostenlos und ohne Voranmeldung. Der Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich. Wir sprechen uns zum Schutz der Betroffenen nur mit Vornamen an.

Kontakte für weitere Informationen:

Anita Barmettler, freiberufliche Pflegefachfrau HF und Fachperson Luzerner Psychiatrie: anita.barmettler@lups.ch, Tel. 078 600 94 34
Claudia Zoller, Angewandte Psychologin MSc, traversa: c.zoller@traversa.ch oder Tel. 041 319 95 35, traversa Wohnhaus Säli

Wir freuen uns auf Sie!

www.lups.ch www.traversa.ch