

# Trialog Zentralschweiz

## Krisenzeit – Wendezeit

### Umgang mit emotionalen Erschütterungen

Ein trialogisches Seminar für Erfahrene, Angehörige und Fachpersonen,  
unabhängig von Diagnose und Erfahrungshintergrund

Acht Dienstagabende

17. Mai bis 5. Juli 2022, jeweils 18.00–20.00 Uhr

Geschäftsstelle

traversa, Tribschengasse 8, 6005 Luzern

Im Seminar treffen sich Erfahrene, Angehörige und Fachpersonen gleichberechtigt (trialogisch), um Erfahrungen auszutauschen, wechselseitige Vorurteile abzubauen und voneinander zu lernen. Die grundlegende Haltung bietet die Recovery-Idee: Selbst- und Handlungskompetenz ist jedem Menschen gegeben, ein Umgang mit Erschütterungen und den Umgang eines eigenen, guten Lebens sind möglich. Das Seminar wird von einer Peerfrau und einer Fachfrau moderiert und hat keinen therapeutischen Ansatz. Die Themen werden gemeinsam mit den Teilnehmenden erarbeitet.

Das Wort Krise stammt aus dem Griechischen und meint in etwa „Zuspitzung / Entscheidung“. Ist sie Feind oder Freund? Chance oder Unheil? Wohin nur mit den Unzulänglichkeiten, dem Unfertigen? Jenen - vielleicht immer wiederkehrenden, diagnoseübergreifenden - Zuständen, diesen Krisen? Gibt es vielleicht einen freundlichen Umgang damit? Wie können wir die instabilen Wellenbewegungen des Lebens integrieren? Wo sind meine Grenzen als Angehörige? Wie erfahre ich die Prozesse als Fachmensch?

Im Trialog kommen alle Betroffenen (Erfahrene, Angehörige, Fachleute) mit ihren unterschiedlichen Erfahrungshintergründen und Perspektiven zu Wort. In einem offenen, sicheren Raum tauschen wir unser Erleben ebenbürtig, anerkennend aus und spüren Fragen nach.

Was können wir voneinander lernen? Wo bleiben wir sprachlos? Wie aushalten? Geteilte Erfahrungen lassen uns wachsen und verstehen.

#### Kosten für Seminar:

Angehörige und Fachpersonen: CHF 80.–

Erfahrene: CHF 40.–

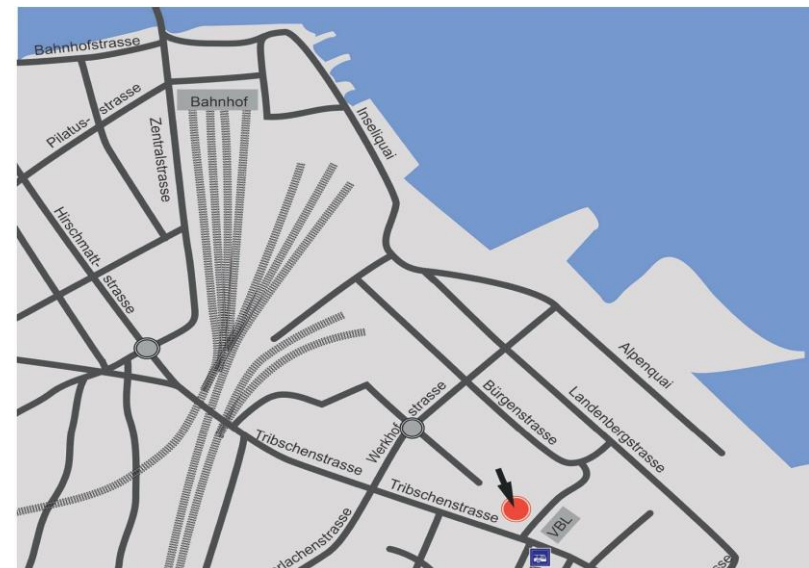
#### Auskünfte und Anmeldung:

Susanne Lanz, traversa, Luzern

Tel: 076 497 60 39

E-Mail: [s.lanz@traversa.ch](mailto:s.lanz@traversa.ch)

#### Lageplan



#### traversa, Geschäftsstelle Tribschengasse 8, 6005 Luzern

Wegen fehlenden Parkmöglichkeiten bitten wir möglichst mit ÖV anzureisen:

Bus Nr.: 6, Richtung Matthof, Haltestelle Weinbergli

Bus Nr.: 7, Richtung Horw/Biregg, Haltestelle Weinbergli

Bus Nr.: 8, Richtung Hirtenhof, Haltestelle Weinbergli