

# Peer-Beratung

## Offenes Angebot

### Angebotsbezeichnung

Peer-Beratung (PB) für alle interessierten Personen.

### Kurzbeschreibung

Peers haben eigene Erfahrungen mit psychischen Erschütterungen und grossen Herausforderungen im Leben. In einer Ausbildung haben sie sich damit intensiv auseinandergesetzt. Als Experten/Expertinnen mit Erfahrung können sie Menschen verstehen und sich in schwierige Situationen hineinversetzen.

Recovery bedeutet unter anderem, dass Hoffnung, Sinn und Zufriedenheit für jeden Menschen möglich sind, egal wie schwierig die Lebenssituation im Moment ist. Peers stellen ihre persönlichen Erfahrungen in Beratungen gerne zur Verfügung.

Die Sichtweise der Fachpersonen Peer-Arbeit, welche immer individuell ist, schafft neue Lösungsansätze und hinterfragt bestehende Muster. Die Basis dafür ist Vertrauen, Respekt, Ehrlichkeit und Offenheit, welche die Fachpersonen Peer-Arbeit durch ihre eigene Betroffenheit zu vermitteln vermögen.

### Zielgruppe

Alle Personen, die sich für psychische Gesundheit und persönliche Genesung interessieren und offen für andere Sichtweisen, Ideen und Denkanstösse sind.

### Art der Peer-Beratung

Die Beratung ist sehr flexibel. Möglich sind Einzelgespräche oder Gespräche mit mehreren Personen. Gerne bringen die Fachpersonen Peer-Arbeit ihre Sichtweise bei Teamsitzungen und anderen Besprechungen ein. Auch für Gespräche mit externen Stellen kann die Beratung genutzt werden.

### Ort der Peer-Beratung

Für die Peer-Beratung stehen unter anderem die Besprechungsräume der IG Arbeit zur Verfügung. Es können jedoch auch andere Treffpunkte in der Stadt und Agglomeration Luzern vereinbart werden. Beratungen per Telefon oder per Video-Konferenz sind ebenfalls möglich.

### Beratungsthemen

Je nach persönlicher Situation und nach Bedürfnissen werden die Themen angepasst. Eine mögliche Auswahl: Krisen, Ängste, Einsamkeit, Veränderung, Zukunft, Selbstfürsorge, Sinnfindung, usw.

### Termine

Die Beratungen werden dienstags oder donnerstags angeboten. Termine können persönlich oder durch ihre Bezugsperson bei den Fachpersonen Peer-Arbeit telefonisch oder per E-Mail abgemacht werden. Ebenfalls besteht die Möglichkeit, die Fachpersonen Peer-Arbeit an ihren Arbeitstagen spontan vor Ort anzusprechen und ein Gespräch zu vereinbaren.

### Kontakt

IG Arbeit  
Andreas Ineichen  
Marlene Keller  
Fachperson Peer-Arbeit  
Unterlachenstrasse 9  
6002 Luzern  
T 041 369 68 89  
2peer-arbeit@igarbeit.ch