



Weitere Infos und Anmeldung

## Humor als Lebenselixier

Wertschätzender Humor und heitere Gelassenheit versöhnen uns mit unseren Schwächen und sind uns Rettungsanker in herausfordernden Zeiten. Der Kurs vermittelt heiter-beschwingte und tief Sinnig-erhellende Impulse. Mit vielfältigen, praktischen Übungen ebnen wir den Weg zu Heiterkeit, Leichtigkeit und Gelassenheit – und finden so zur Lebensfreude und Lebendigkeit.

**Angebot:** 26-2-81015-146

**Termine:** 23.10.2026 - 13.11.2026  
4 x Fr 09:00 - 11:00

**Leitung:** Mirjam Christen

**Ort:** Pro Senectute Kanton Luzern, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern,  
Bewegungsraum Erdgeschoss

**Kosten:** CHF 193.00

**Hinweise:** Es stehen keine Parkplätze zur Verfügung.  
Anreise mit dem öV; Bus Nr. 1 oder 30 bis Haltestelle «Maihofmatt/Rotsee».  
Das Parkhaus «Coop Schlossberg», Maihofstrasse 1 befindet sich ganz in der Nähe.



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.