

**Zeitschrift:** 55-plus : Kurse/Veranstaltungen für Leute über 55  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zug  
**Band:** 1 (1995)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Miteinander - füreinander

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## MITEINANDER - FÜREINANDER

### Mittagsclub Stadt Zug

Sie essen alle 14 Tage in einer kleinen Gruppe, haben Gelegenheit, miteinander zu plaudern und anschliessend z.B. einen Jass zu klopfen.

An- und Abmeldungen sind bis jeweils Montag, 1000 Uhr, vor dem Mittagsclub zu richten an Gertrud Rindlisbacher, Telefon 41 47 76, oder an Rita Müller, Telefon 36 45 92.

- Zug, Pension Bahnhof, Bundesplatz 7, gegenüber EPA
- Dienstag, 1130 bis ca. 1300 Uhr
- Fr. 12.--, mit Suppe, Mineral und Kaffee
- Januar 10. und 24.
- Februar 07. und 21.
- März 07. und 21.
- April 04. und 18.
- Mai 02. und 16. und 30.
- Juni 13. und 27.
- Juli 11. und 25.

### Schachtreff

Sie können jeden Freitag ungestört Schach spielen; Sie kommen alleine oder zu zweit, sporadisch oder regelmässig. Seniorinnen oder Senioren sind immer anwesend. Nehmen Sie Ihre eigenen Bretter und Figuren mit, es sind aber auch solche vorhanden.

- Zug, Pension Bahnhof, Bundesplatz 7, gegenüber EPA, Mittlerer Saal
- Jeden Freitag von 1400 bis 1700 Uhr

### Nachbarschaftshilfe Zug

Nachbarschaftshilfe - warum nicht?  
Freiwilligenarbeit mit Zeitgutschrift leisten  
- was spricht dagegen?

Wir suchen Mitmenschen, welche für andere Menschen ihre Zeit und Erfahrungen zur Verfügung stellen wollen, wie z.B. Briefe schreiben, Einkaufen, Fahr-

dienste, Betreuungs- und Besuchsdienste, Steuerformulare ausfüllen, Essen bringen, Telefonkette, Handwerksarbeiten, Vorlesen und vieles mehr.

Die geleistete Arbeit wird Ihnen auf ein persönliches Konto gutgeschrieben, und diese Zeitgutschrift können Sie bei eigenem Bedarf wieder beziehen.

Interessiert? Wir würden uns über Ihren ersten Kontakt freuen.

Kontaktpersonen bei Pro Senectute sind:

Frau Rita Lalkaka,	Telefon 21 73 00
Herr René Rothmund,	Telefon 22 46 23

"Der wirkliche Reichtum einer Gesellschaft besteht aus der verfügbaren Zeit ihrer Bürger. Sie ist mit einer ungenutzten Oelquelle wenige Meter unter der Erde vergleichbar."

### s' Zähni-Kafi am Zählte em Zähni

Haben Sie ein Anliegen, eine Idee, eine Kritik, einen Vorschlag, eine Frage? Wollen Sie den "Kropf" leeren, möchten Sie bei der Realisierung einer Idee mit uns zusammenarbeiten? Oder haben Sie auch schon so gedacht:

Das sollten wir endlich machen!

Das geht ja wieder nicht!

Warum organisieren sie das nicht?

Und wir? Was "bieten" sie uns?

Das ist ja sowieso nichts für uns!

Niemand hilft mir, ist für mich da!

Sie sind herzlich eingeladen, solche Feststellungen und auch Ideen, eigene oder gehörte, vorzubringen und mit uns zu diskutieren und nach Lösungsansätzen zu suchen. Dies im kleinen Kreis bei einem Kaffee oder Tee. Immer am 10. eines Monats von 1000 bis 1100 Uhr in Zug.

Dienstag 10. Januar	Pro Senectute
Freitag 10. Februar	Pro Senectute
Freitag 10. März	Spitex-Zentrum
Montag 10. April	Spitex-Zentrum
Mittwoch 10. Mai	Pro Senectute
Samstag 10. Juni	Pro Senectute
Montag 10. Juli	Pro Senectute



## Aelterwerden Zwischen Hoffen und Bangen

1505

Sie sind zwischen 55 und 65 und möchten sich mit dem eigenen Aelterwerden und seinen Auswirkungen in Beruf, Familie und Gesellschaft auseinandersetzen.

Sie möchten eine positive Einstellung zum Austritt aus dem Berufsleben entwickeln und fördern.

Sie möchten sich bewusst werden, was es heisst, "mehr Zeit" zu haben.

Sie möchten in gewissen Lebensbereichen rechtzeitig bestimmte Massnahmen ergreifen.

Sie möchten Ihr Verständnis für den sozialen Wandel vertiefen.

Vielleicht haben Sie hiezu konkrete Fragen und Bedürfnisse, die Sie gerne in einem kleinen Kreis von max. 12 Personen vorbringen und mit kompetenten Persönlichkeiten besprechen möchten. Der Aufbau des Kurses "Aelterwerden" ist wie folgt gedacht:

### 1. Abend:

- Aelterwerden aus medizinischer Sicht  
Der Orthopäde, Dr. med. Philipp Bernhart, referiert und gibt Auskunft
- Wir bereiten den weiteren Kursverlauf gemeinsam vor.

### 2. Abend und weitere:

Ihre Anliegen, Vorstellungen und Erwartungen prägen den Kurs inhaltlich und zeitlich.

- Beginn: Montag, 20. März 1995  
1730 bis 1930 Uhr
- Zug, Pro Senectute, Kursraum
- Unkostenbeitrag pro Abend: Fr. 15.--
- Anmeldung bis 25. Februar 1995

### "Umgang mit Geld"

Die Schweizerische Bankgesellschaft führt in Zusammenarbeit mit der Pro Senectute zum obigen Thema "Aelterwerden" einen Seminarabend über den "Umgang mit Geld" durch. Informationen über dieses kostenlose Seminar entnehmen Sie dem Kasten auf Seite 9.

## GESTALTEN UND SPIELEN

### Experiment Farbe

2015

Sie malen und gestalten frei und experimentieren mit Farben, Sie begegnen, suchen Farben, äussern sich mit Farben und Formen ...

Es stehen verschiedene Maltechniken und Arbeitsmethoden zur freien Verfügung. Voraussetzungen sind Freude und Lust am Malen und am Entstellenlassen.

Das Gespräch über das Empfinden beim Malen und über das Bild selber sind wichtige Bestandteile des Kurses.

- Zug, Marienheim, Altstadt 40
- mit Susanne Glaab, Telefon 22 24 76
- 6 Doppelstunden
- Donnerstag von 1400 bis 1600 Uhr
- 2. März bis 6. April 1995
- Fr. 90.--, alles inbegriffen
- Anmeldung bis 18. Februar 1995

### Freies Malen - Aquarellieren

2025.1

Sie malen unter kundiger Anleitung, was Ihnen der Moment, die Stimmung eingibt. Sie gehen spielerisch mit Farben und Formen um und versuchen, kleine "Kunstwerke" entstehen zu lassen.

Es werden verschiedene Themen und Techniken ausprobiert.

- Zug, Spitex-Zentrum, Kursraum
- mit Trudi Urech, Telefon 72 52 56
- 4 Doppelstunden
- Donnerstag von 1400 bis 1600 Uhr
- Fr. 80.--
- 9., 16., 23. und 30. März 1995
- Anmeldung bis 25. Februar 1995

### Freies Malen - Aquarellieren

2025.2

Gleicher Kurs wie oben, jedoch:

- 27. April, 4., 11. und 18. Mai 1995
- Anmeldung bis 8. April 1995