

**Zeitschrift:** Älter werden : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zug  
**Band:** 6 (2000)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Lebensfragen, Kunst und Wissen

#### 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:** 10.02.2026

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

# Lebensfragen, Kunst und Wissen

27

## Gespräch als Chance

Haben Sie sich schon gefragt, weshalb heikle Themen in Ihren Beziehungen nicht zur Sprache kommen? – Ihr Gegenüber oft explodiert, wenn Sie es kritisieren? – es zwischen Ihnen und Ihrem Partner häufig zu «kleinen» Streitereien kommt? Oft sind es eingeschliffene Verhaltensmuster, die immer wieder zu denselben Missverständnissen führen und Meinungsverschiedenheiten bei Kleinigkeiten in grosse Probleme münden lassen. Im Kurs entwickeln wir Lösungen, die unsere alten Muster ersetzen und dadurch helfen, unsere zwischenmenschlichen Beziehungen lebendiger und konstruktiver zu gestalten.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 4/1

Mit Claudia Sauer, lic. phil. 1

5 Doppelstunden

Fr. 180.–

Kursnummer: 3.3620.3

Montag von 16.15 bis 18.15 Uhr

24. Januar bis 21. Februar 2000

Anmeldung bis 15. Januar 2000

Kursnummer: 3.3620.4

Donnerstag von 9.00 bis 11.00 Uhr

16. März bis 13. April 2000

Anmeldung bis 4. März 2000

Mit Margarita Meier

6 Doppelstunden von 14.00 bis 16.00 Uhr

Montag von 14.00 bis 16.00 Uhr

Fr. 180.–

Anmeldung bis 15. Januar 2000

## Mein Leben und seine Entfaltung

Kursnummer: 3.1340.1

Ein kreativer Zugang zu mir selbst. Möchten Sie in der Hektik unserer Zeit zu sich selber finden, die eigenen Lebenskräfte stärken und Ihre Fähigkeiten entdecken? Mit einer originellen, wirksamen und einfachen Methode können Sie mit Farben und Formen – entdecken, was in Ihnen vorgeht und wer Sie im Innersten sind, – lernen, was Ihnen helfen kann, Ihr Wachstum und Ihre Entfaltung zu fördern und – herausfinden, worauf Sie sich in schwierigen Zeiten stützen können.

Der Kurs verlangt keine Fertigkeiten im Zeichnen oder Malen und das Material wird zur Verfügung gestellt. Das Interesse für das eigene Erleben und der Wunsch, sich kreativ auszudrücken, sind die einzigen Voraussetzungen.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 5

Mit Marie-Luc Stulz, Psych.-Pädag. P. R. H.

3 mal 3 Stunden

Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr

4. bis 25. Februar 2000, ohne 18. Februar

Fr. 220.– inkl. Kursunterlagen und Malmaterial

Anmeldung bis 15. Januar 2000

## Auf dem Weg zu mir selbst

Eine Persönlichkeitsbildung

Kursnummer: 3.1341.1

Möchten Sie persönlich ausgeglichener, beziehungsfähiger werden und Entscheidungen besser treffen können?

In diesem Kurs lernen Sie sich selber und das Bild, das Sie von sich haben, besser kennen. Sie spüren auf, wie und wodurch Ihr Verhalten und Ihre Reaktionen beeinflusst werden und lernen, wie Sie eigenständiger, freier und wirksamer leben können.

Im Erforschen und Mitteilen unserer Erfahrungen und dem Zuhören des Erlebens von anderen entdecken wir unseren eigenen Weg. Der Austausch ist freiwillig und es wird nicht darüber diskutiert. Das Interesse für das eigene Erleben ist die einzige Voraussetzung.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 5

Mit Marie-Luc Stulz, Psych.-Pädag. P. R. H.

5 mal 3 Stunden

Freitag von 18.00 bis 21.00 Uhr

21. Januar bis 25. Februar 2000,

ohne 18. Februar

Fr. 300.– inkl. Kursunterlagen

Anmeldung bis 15. Januar 2000



**Die eigenen Träume verstehen**

Kursnummer: 3.1305.2

Auch im Älterwerden haben wir nachts oft Träume, die uns verunsichern, die wir nicht verstehen. Haben sie eine Bedeutung? Was wollen sie uns sagen? Kommen sie aus uns selbst oder einer andern Welt? Haben sie mit unserer aktuellen Situation zu tun, mit «Unerledigtem» in unserm Leben? Mit behutsamer Traumarbeit wollen wir versuchen, die Botschaft unserer Träume zu verstehen und für unser Leben zu nutzen.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 4

Mit Margarita Meier

6 Doppelstunden

Montag von 9.00 bis 11.00 Uhr

13. März bis 17. April 2000

Fr. 180.–

Anmeldung bis 26. Februar 2000

**Literatur-Zirkel**

Kursnummer: 3.3501.5

Für Leute, die Freude haben an Literatur und am Midenken und Mitreden in einer engagierten kleinen Arbeitsgruppe.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 5

Mit Dr. Elisabeth Buhofer

Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr

26. Januar, 9. Februar, 22. März, 10. und

24. Mai 2000

Fr. 40.– für 5 Nachmittage

Anmeldung bis 15. Januar 2000

**Gerontolog. Grundkenntnisse**

für die Arbeit mit älteren Menschen

Kursnummer: 3.1410.3

Sie besuchen häufig ältere Menschen, Sie arbeiten mit ihnen oder möchten in der Altersarbeit tätig werden.

Dieser Kurs vermittelt Ihnen gerontologische Erkenntnisse zum Alter und zum Altern. Sie setzen sich auseinander mit den sozialen, psychologischen und gesellschaftlichen Aspekten des Älterwerdens. Kursinhalte umfassen Themen wie Lernfähigkeit im höheren Alter, Umgang mit kritischen Lebensereignissen, Lebensqualität, Sexualität im Alter sowie der Bedeutung von sozialen Netzen. Sie überprüfen Ihre Altersbilder und überdenken Hoffnungen und Befürchtungen zum Leben von älteren Menschen der Zukunft.

Zug, Restaurant Guggital

Mit Heidi Blunier, dipl. Gerontologin SAG

1½ Tage

Freitagnachmittag und Samstag

17. und 18. März 2000

Freitag von 14.00 bis 18.00 Uhr

Samstag von 8.30 bis 17.30 Uhr

Fr. 220.– inkl. Kursunterlagen, Mittagessen und Getränke

Für Pro Senectute Mitarbeiter/Mitarbeiterinnen kostenlos

Anmeldung bis 26. Februar 2000

**Pensionierung**

Kursnummer: 3.1501.4

Eine neue Lebensphase als Herausforderung

Wir wollen uns mit dem eigenen Älterwerden und seinen Auswirkungen auseinander setzen, das Verständnis für den Prozess des Älterwerdens fördern, Informationen über gesundheitliche, wirtschaftliche, rechtliche und zwischenmenschliche Aspekte vermitteln, uns mit dem Bild und Image des Pensionsalters befassen, Impulse und Denkanstösse für Neues vermitteln.

Hinweis für Arbeitnehmer/-innen:  
Fragen Sie in Ihrer Personalabteilung, ob Ihre Firma sich an den Kurskosten beteiligt.



Zug, Restaurant Guggital

Mit Dr. Andreas Rigggenbach, Christian

Seeberger und weiteren Fachleuten

4 Nachmittage

Donnerstag von 14.00 bis 18.00 Uhr

16. März bis 6. April 2000

Fr. 320.– inkl. Kursunterlagen und Nachtessen am letzten Kurstag

Anmeldung bis 19. Februar 2000

Der nächste Kurs findet im November 2000 statt.

## Schreibwerkstatt – Memoiren schreiben

Kursnummer: 3.3502.2

Aufregende Erlebnisse, vergnügliche und betrübliche Ereignisse, der Alltag von damals ... Wer hat nicht was zu erzählen? Und wie wär's denn mit Schreiben? Sie kramen in der Schatzkiste der Erinnerungen und entdecken Ihr Schreibtalent.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 1

Mit Brigitte Schneebeli

6 Doppelstunden

Donnerstag von 9.00 bis 11.00 Uhr

27. Januar bis 2. März 2000

Fr. 120.–

Anmeldung bis 15. Januar 2000

## Die Freuden-Biografie

Kursnummer: 3.1306.1

Das Leben wie einen Film nochmals vor unserm inneren Auge ablaufen lassen! Das Schöne, das Schwere, was haben wir erlebt, was hat uns geprägt? Wir wollen uns bewusst erinnern an Freudiges, Gutes und damit versuchen, Verbitterungen loszulassen.

In einer kleinen Gruppe gehen wir der eigenen Freuden-Biografie nach mittels Träumen, Imaginationen, Körperwahrnehmungen und Sinnes-eindrücken, mit Briefen, Fotos, Schulaufsätzen, Märchen usw.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 1

Mit Margarita Meier

6 Doppelstunden

Montag von 14.00 bis 16.00 Uhr

17. Januar bis 21. Februar 2000

Fr. 180.–

Anmeldung bis 8. Januar 2000

## Schreiben, weil es Spass macht

Kursnummer: 3.3503.1

Schreiben macht Spass! Ohne Regeln und Vorschriften, ohne Ziele spüren Sie Ihren Texten nach.

Sie begegnen sich auf einer neuen Ebene. Es eröffnet sich Ihnen ein erweiterter kreativer Spielraum. Diesen zu erforschen erfüllt Sie mit Freude und Leichtigkeit und überträgt sich auf Ihren Alltag. Aus dem Inhalt: Die Worte tanzen lassen, die Kreativität aus der Tiefe holen, Texte verstehen und im Alltag einfließen lassen, Texte als Brücke von innen nach aussen.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 2

Mit Katharina Pastore

6 Doppelstunden

Montag von 16.00 bis 17.30 Uhr

24. Januar bis 28. Februar 2000

Fr. 140.–

Anmeldung bis 8. Januar 2000

## Einführung in die Philosophie

Kursnummer: 3.3601.3

Sie diskutieren Grundbegriffe der Philosophie, erhalten Einblick ins philosophische Denken und lernen einige grosse Philosophen kennen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Der Kurs will Ihnen den Einstieg in die Philosophie erleichtern und Ihnen die Beschäftigung mit philosophischen Gedanken «schmackhaft» machen.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 5

Mit Hans Estermann-Graf

Telefon 712 30 55

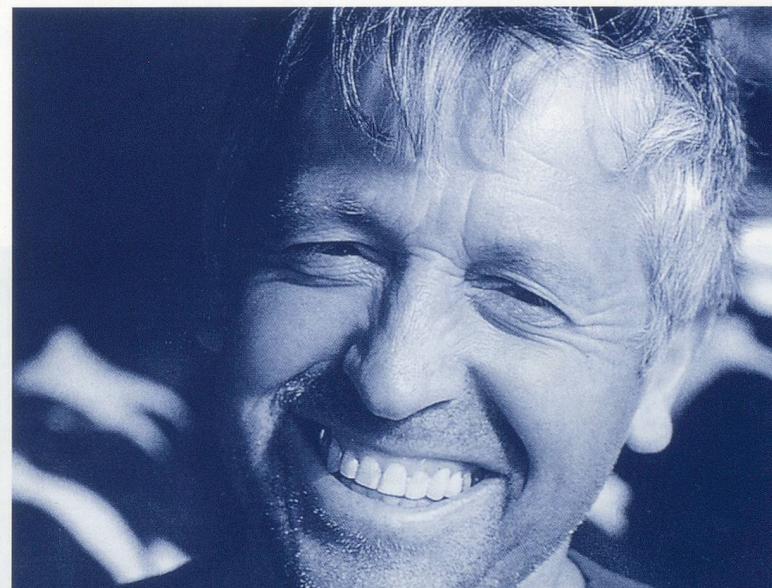
4 Doppelstunden

Dienstag von 14.00 bis 16.00 Uhr

11. Januar bis 1. Februar 2000

Fr. 90.–

Anmeldung bis 1. Januar 2000



**Philosophie-Zirkel**

Kursnummer: 3.3615.5

Sie sind an Philosophie interessiert und möchten sich regelmässig mit und über Philosophie auseinander setzen. Die philosophischen Themen richten sich nach den Wünschen der Teilnehmenden.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 5

Mit lic. phil. Hans Estermann-Graf

Telefon 712 30 55

Dienstag von 14.00 bis 16.00 Uhr

6 Doppelstunden 14-täglich

29. Februar, 14. und 28. März, 11. April,

9. und 23. Mai 2000

Fr. 120.–

Anmeldung bis 12. Februar 2000

Anmeldung bis 26. Februar 2000

Für Leute, die Freude haben an Literatur und am Mitdenken und Mitreden in einer engagierten kleinen Arbeitsgruppe.

**Bildbetrachtung**

Kursnummer: 3.3710.4

Die kulturelle Brücke zwischen der Antike und der europäischen Kunst (romanische, gotische usw.) wird von der byzantinischen Kunst geschlagen, einer Kunstrichtung, von der in Nordeuropa sehr wenige Beispiele zu sehen sind und die deshalb fast unbekannt ist. Welche Mentalität hat sie hervorgerufen, bestimmt und zum Blühen gebracht? Die Beispiele werden aus den südeuropäischen Städten Palermo, Rom, Ravenna und Venedig geholt.

Zug, Kantonsschule

Mit Umberto Cerutti

2 Doppelstunden

Montag von 17.00 bis 18.30 Uhr

22. Mai und 5. Juni 2000

Fr. 30.–

Anmeldung bis 6. Mai 2000

1½ Tage

Freitagnachmittag und Samstag

17. und 18. März 2000

Freitag von 14.00 bis 18.00 Uhr

Samstag von 8.30 bis 17.30 Uhr

Fr. 220.– inkl. Kursunterlagen, Mittagessen und Getränke

Für Pro Senectute-Mitarbeiter/Mitarbeiterinnen kostenlos  
Anmeldung bis 26. Februar 2000

**Leiden und Tod als Strafe Gottes?**

Kursnummer: 3.3653.2

Im ersten Buch Mose, Kapitel 3, liest man, dass das Leiden und der Tod eine Strafe Gottes sind. Inwieviel ist dieses Bild Gottes annehmbar? Andere Anschauungen des Todes und seiner Bedeutung sollen hier als Vergleichs- und Hilfsmaterial behandelt werden. Ein Thema für diejenigen, die gerne an theologischen Diskussionen teilnehmen.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 1

Mit Dr. Javier Marin, Theologe

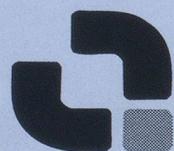
4 Doppelstunden

Montag von 9.30 bis 11.00 Uhr

27. März bis 17. April 2000

Fr. 100.–

Anmeldung bis 11. März 2000



POLSTERWELT BEI

Inhaber: Charles Bieber

BAARERSTRASSE 110 c

**möbel  
barth**

6302 ZUG

TEL. 041 761 14 56

**Aus der Bibel lesen**

Texte auch für heute?

Kursnummer: 3.3655.2

Wir lesen Bibeltexte und versuchen, sie aus heutiger Sicht zu deuten und zu verstehen. Ideen, Prinzipien und Werte werden im Laufe der Geschichte verändert oder durch andere ersetzt. Trotzdem ist die Bibel nach wie vor aktuell und birgt einen unerschöpflichen Reichtum. Dieser Kurs richtet sich an jede Frau und jeden Mann, unabhängig von Konfession und Schulbildung.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 1

Mit Dr. Javier Marin, Theologe

4 Doppelstunden

Montag von 9.30 bis 11.00 Uhr

21. Februar bis 13. März 2000

Fr. 80.–

Anmeldung bis 5. Februar 2000

**Erlebnis Kraftorte**

Kursnummer: 3.5710.1

Streifzug durch kosmische Dimensionen  
Wir lernen Besonderheiten und Geheimnisse von Kraftorten kennen. Was sind Kraftorte? Sind sie kosmische Fixpunkte? Welche Bedeutung haben sie für uns Menschen? Was wussten die Menschen früherer Zeiten?  
Dieser Einblick in esoterisches, philosophisches und archaisches Wissen wird leicht verständlich präsentiert. Die Teilnehmenden sind auch zur Diskussion aufgefordert. Es wird festgehalten, dass dieser Kurs keinem ideologischen Ziel dient und konfessionell neutral gehalten wird.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 6

Mit Max Zingg, Oberwil

4 Doppelstunden

Montag von 14.00 bis 16.00 Uhr

7. bis 28. Februar 2000

Fr. 100.–

Anmeldung bis 22. Januar 2000

**Geistiges Testament**

Kursnummer: 3.5711.1

Wer Liegenschaften, Kapital usw. besitzt, regelt das Vermächtnis in der Regel testamentarisch. Das geistige Erbe jedoch, das eine Person hinterlässt, geht meistens unwiderruflich verloren.  
In diesem Kurs fragen wir uns nach Sinn, Möglichkeiten, Formen und Inhalten eines geistigen Testaments.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 6

Mit Max Zingg, Oberwil

1 Doppelstunde

Mittwoch von 9.00 bis 11.00 Uhr

23. Februar 2000

Fr. 40.–

Anmeldung bis 12. Februar 2000

**Jederzeit kostenloser Hörtest**

Monica Blättler  
Hörgerätekundin mit  
Eidg. Fachausweis

Baarerstrasse 43  
Glashof, 4. Stock  
6300 Zug

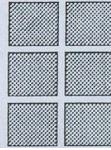
Telefon 041-711 59 49



**Für Fenster  
«auf Nummer Sicher»  
gehen:**  
**041-711 05 67**



KEISER FENSTERBAU



OBERWIL-ZUG