Alltag, Haus und Küche

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Älter werden : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug**

Band (Jahr): **6 (2000)**

Heft 12

PDF erstellt am: **28.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Das liebe Geld – ein Thema auch nach der Pensionierung

Kursnummer: 3.3050.1

Sie befassen sich mit dem Thema rund um das Geld. Nach der Erwerbsarbeit verändern sich in der Regel auch die finanziellen Verhältnisse. Sie möchten sich eine Übersicht über Ihre neue Situation verschaffen.

- Kann der gewohnte Lebensstandard weiter geführt werden?
- Sind Abstriche zu machen und wenn ja, welche?
- Leben Ihre Lebenspartnerin, Ihr Lebenspartner oder noch erwachsene Kinder im Haushalt?
- Sind noch Betreuungsaufgaben wahrzunehmen?

Ein Kurs für Alleinstehende, für verheiratete oder unverheiratete Paare vor oder nach der Pensionierung.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 4
Mit Margrit Krattiger, Budgetberaterin ASB
2 Doppelstunden
Donnerstag von 14.00 bis 16.00 Uhr
9. und 16. November 2000
Fr. 70.–
Anmeldung bis 27. Oktober 2000

Gedächtnistraining:

Geistig fit bleiben

Kursnummer: 3.5001.5

Wer rastet, der rostet! Genauso wie der Körper lässt sich auch das Gedächtnis trainieren. Sie lernen den bewussten Umgang mit dem Gedächtnis kennen und wie Sie Ihre Gedächtnisleistungen erhalten und verbessern können.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 1
Mit Heidi Meienberg, Telefon 741 20 33
6 Doppelstunden
Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr
8. November bis 13. Dezember 2000
Fr. 100.–
Anmeldung bis 27. Oktober 2000

Gedächtnistraining Fortsetzung

Lust auf mehr Training?

Kursnummer: 3.5011.1

Sie haben schon einmal einen Gedächtnistrainings-Kurs besucht und möchten gerne in einer Gruppe üben und trainieren. In einer entspannten Atmosphäre werden Sie das Gelernte anwenden, vertiefen und natürlich auch Neues lernen.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 1
Mit Heidi Meienberg, Telefon 741 20 33
6 Doppelstunden
Mittwoch von 16.15 bis 18.15 Uhr
8. November bis 13. Dezember 2000
Fr. 100.–
Anmeldung bis 27. Oktober 2000

Brain Gym

«Hirn-Gymnastik»

Kursnummer: 3.5002.4

Wir erreichen mit einfachen und natürlichen Bewegungen im Sitzen oder Stehen eine bessere Koordination der beiden Hirnhälften. Dies steigert unsere Konzentrations- und Aufnahmefähigkeit und fördert die körperliche und seelische Ausgeglichenheit, was sich im täglichen Leben sehr positiv auswirken wird.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 4
Mit Hetty Rickenmann
5 Doppelstunden
Montag von 13.45 bis 15.45 Uhr
9. Oktober bis 6. November 2000
Fr. 90.–
Anmeldung bis 22. September 2000

Fahren Sie zeitgemäss?

Ein Fahrcheck-Kurs

Blinke ich im Kreisel korrekt? Fahre ich umweltschonend? Beherrsche ich die Notbremsung? Kenne ich die neuen Regeln und Signale? Wie hab ichs mit den Vortrittsregeln? Rund 98 % aller Verkehrsunfälle ereignen sich durch menschliches Versagen, sei es durch Fehleinschätzung, Unterschätzung der Situation oder Überschätzung des eigenen Fahrkönnens.

HansBütler
Schochenmühle
6300 Zug
Telefon 041 741 85 54
Haushaltgeräte mit eigenem Service
Miele

verkehrsschule zug
Tel 041 711 40 10
Fax 041 711 40 84
Baarerstrasse 19, 6300 Zug
Wir geben Ihnen Tipps für mehr Spass, Freude und Sicherheit beim Autofahren !

Auf partnerschaftliche Art erfahren Sie bei einer stündigen Testfahrt mit Ihrem eigenen Fahrzeug und in einem zweistündigen Theorieblock, wie Sie eventuelle Schwachstellen Ihres Fahrstils beheben können. Sie werden von VSR-Instruktoren der AFV-Verkehrsschule Zug begleitet, die Ihnen wertvolle Tipps geben und gezielte Übungen zeigen können.

Prakt. Fahren: Zug, ab Herti-Parkplatz
Theorie: Zug, Pro Senectute, Kursraum 1
Fr. 150.–; abzüglich Fr. 40.– Rückvergütung durch VSR (Verkehrssicherheitsrat)

Kursnummer: 3.5801.8
Woche vom 9. Oktober, 2000, Praxis
Freitag, 13. Oktober, von 9 bis 11 Uhr, Theorie
Anmeldung bis 22. September 2000

Kursnummer: 3.5801.9
Woche vom 13. November 2000, Praxis
Freitag, 17. November, von 9 bis 11 Uhr, Theorie
Anmeldung bis 27. Oktober 2000

Unfälle sind keine Zufälle

Schützen Sie sich, bevor es zu spät ist!

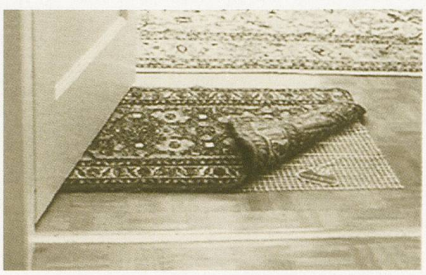
Jedes Jahr verunfallen in der Schweiz rund 80 000 Seniorinnen und Senioren so schwer, dass sie ärztliche Behandlung benötigen. Über 90 % der Unfälle ereignen sich im Haushalt, Garten oder Freizeitbereich. Dieser Kurs hilft Ihnen, Gefahren zu erkennen und sie zu beseitigen. Sie erhalten nützliche Unterlagen mit vielen wertvollen Tipps.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 6
Mit Karl Büsser
1 Doppelstunde
Unkostenbeitrag Fr. 10.–

Kursnummer: 3.5805.1
Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr
4. Oktober 2000
Anmeldung bis 22. September 2000

Kursnummer: 3.5805.2
Dienstag von 14.00 bis 16.00 Uhr
14. November 2000
Anmeldung bis 3. November 2000

Falsch



Richtig

Erste Hilfe leisten können

Kursnummer: 3.5301.2

Ein Mitmensch ist dringend auf Ihre Hilfe angewiesen. Möglicherweise ist seine Lage lebensbedrohend. Entscheidend sind – nebst der zeitlichen Dimension – die einzuleitenden Massnahmen betreffend erster Hilfe, Rettungsdienst- oder Arzt-Alarmierung und allgemeines Verhalten in Notfällen.
Im Kurs erfahren Sie, welches Ihre Möglichkeiten der Hilfestellung sind und werden ein Fahrzeug des Rettungsdienstes von innen kennen lernen.

Zug, Spitex-Zentrum, General-Guisan-Strasse 22
Mit Edy Ruprecht, Samariterverein Zug
3 Doppelstunden
Dienstag von 9.00 bis 11.00 Uhr
17. bis 31. Oktober 2000
Fr. 60.– inkl. Kursunterlagen
Für Pro-Senectute-Mitarbeiter/-innen kostenlos
Anmeldung bis 6. Oktober 2000

Enkelin oder Enkel hüten?

Kursnummer: 3.5401.1

Die Erfahrungen mit den eigenen Kindern liegen eine Zeit zurück. Mit Spiel- und Bastelideen erleichtern wir den Einstieg ins Kinderhüten. Vielleicht erwacht die Bereitschaft, auch fremde Kinder zu betreuen? Dieser Kurs wird zusammen mit dem SRK Zug durchgeführt.

Zug, Spitex-Zentrum
Mit Valeria Ferrara
2-mal 3 Stunden
Mittwoch von 8.30 bis 11.30 Uhr
18. und 25. Oktober 2000
Fr. 80.–
Anmeldung bis 26. August 2000
direkt bei SRK Zug, Tel. 783 07 03

Kochen für Männer

Kursnummer: 3.4001.1

Ist es Ihr Wunsch, rationell und gesund zu kochen?
Dieser Kurs richtet sich an Anfänger und Geübte, die das tägliche Kochen effizient und geplant gestalten möchten.
Sie erhalten Unterlagen, die es Ihnen ermöglichen, zu Hause das Gelernte anzuwenden.

Cham, Städtli-Schulhaus
Mit Giovanna Stoop
4 Halbtage
Montag von 9.30 bis 13.00 Uhr
23. Oktober bis 13. November 2000
Änderungen von Tag, Zeiten und Daten bleiben vorbehalten (Amtsblatt ab August)
Fr. 160.– inkl. Mahlzeiten
Anmeldung bis 6. Oktober 2000

Radio- und Fernsehbedienung

Was Sie schon immer wissen wollten

Kursnummer: 3.4401.7

Sie haben eine Stereoanlage oder einen Fernseher eventuell mit Videorecorder und möchten damit besser umgehen können. Sie haben Fragen oder wollen demnächst ein Gerät kaufen und möchten wissen, worauf Sie achten müssen.
Sie erhalten kompetente Antworten, Hinweise und Tipps, die Ihnen weiterhelfen.

Zug, Sony Center Elsener, Baarerstr. 19
Dienstag von 18.30 bis 19.30 Uhr
7. November 2000
Teilnahme gratis und unverbindlich
Anmeldung bis 27. Oktober 2000

Natel: Auch für mich?

Kursnummer: 3.4405.2

Jürg Gehrig von der Max Gehrig AG zeigt Ihnen Vor- und Nachteile von Mobil-Telefonen (Handys) auf, erklärt ihre Funktionsweise und führt einige Typen/Marken vor. Zudem steht er Ihnen für Fragen zur Verfügung.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 6
Montag von 9.30 bis 11.00 Uhr
2. Oktober 2000
Teilnahme kostenlos und unverbindlich
Anmeldung bis 22. September 2000

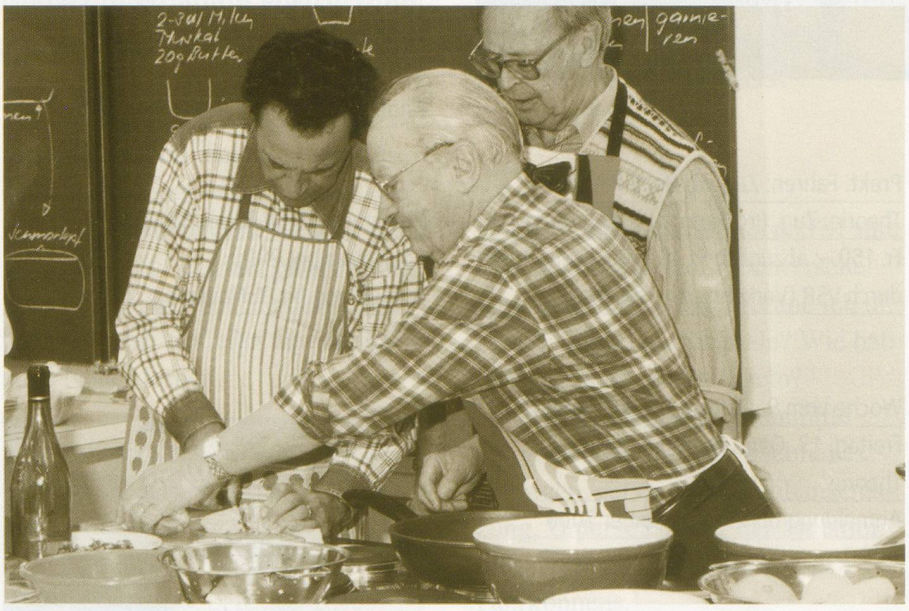


Foto: Josef Schmid, Baar

Sony Center
ELSENER
Sonja & Giacomo Elsener
Erlenhof · Baarerstr. 19 · 6300 Zug
Telefon 041-720 15 20