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

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zug

**Band:** 8 (2002)

**Heft:** 15

Rubrik: älter werden

#### 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:** 18.11.2025

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

## Pensionierung – Eine neue Lebensphase als Herausforderung

Kursnummer: 3.1501.8

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 und wir wollen Impulse und Denkanstösse für Neues vermitteln.

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

Zug, Restaurant Guggital
Mit Dr. Andreas Riggenbach, Christian
Seeberger und weiteren Fachleuten
4 Nachmittage

Donnerstag von 14.00 bis 18.00 Uhr 28. Februar bis 21. März 2002

Fr. 350.— inkl. Kursunterlagen und Nachtessen am letzten Kurstag

Anmeldung bis 1. Februar 2002

Der nächste Kurs findet im November 2002 statt.

# Meine Pensionierung richtig planen

Kursnummer: 3.3051.2

Wo erfahre ich meine voraussichtliche AHV-Rente? Was sind die
Leistungen meiner Pensionskasse?
Wie gross wird mein künftiges
Ersatzeinkommen? Was benötige
ich dann zum Leben? Welche Vorkehrungen kann ich schon heute
dafür treffen? Wie soll ich mein Geld
richtig anlegen? Welche Fehler gilt
es dabei unbedingt zu vermeiden?
Wenn diese Fragen für Sie wichtig
sind, dann ist dieser Infoabend genau
das Richtige!

Zug, Pro Senectute, Kursraum 6 Mit Piet Goetschel

1 Doppelstunde

Montag von 19.00 bis 21.00 Uhr

14. März 2002

Fr. 30.-

Anmeldung bis 1. März 2002



## Gedächtnistraining: Geistig fit bleiben

Kursnummer: 3.5001.8

In diesem Kurs verbessern wir mit gezielten Übungen die Konzentrations- und Merkfähigkeit. Wir trainieren die raschere Wortfindung und erweitern unseren Wortschatz. Wir lernen unsere Sinnesorgane bewusster zu gebrauchen und steigern damit unsere Aufmerksamkeit. Und es macht Spass, die grauen Zellen zu aktivieren.

Zug, Pro Senectute, Kursraum 6

Mit Heidi Meienberg

zertifizierte Gedächtnistrainerin SVGT

Ausbilderin mit eidg. Fachausweis

6 Doppelstunden

Mittwoch von 13.45 bis 15.45 Uhr

20. Februar bis 27. März 2002

Fr. 110.-

Anmeldung bis 8. Februar 2002

## Gedächtnistraining

Fortsetzung

Kursnummer: 3.5011.2

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 6

Mit Heidi Meienberg

zertifizierte Gedächtnistrainerin SVGT

Ausbilderin mit eidg. Fachausweis

6 Doppelstunden

Mittwoch von 16.00 bis 18.00 Uhr

20. Februar bis 27. März 2002

Fr. 110.-

Anmeldung bis 8. Februar 2002

## älter werden

#### Hören? Hören!

Informationen zum Hören

Nimmt die Leistung meines Gehörs im Alter ab? Kann ich etwas dagegen unternehmen? Wer berät mich? Was kostet diese Beratung? Was kann ich machen, wenn ich nicht mehr «so gut» höre? Wann sollte ich an den Einsatz eines Hilfsmittels denken? Welche Technologien gibt es heute? Was muss ich für ein Hörgerät bezahlen, finanziert eine Versicherung mit?

Dies ist eine Auswahl an Fragen, auf die Sie kompetente Antworten erhalten. Zudem können Sie Ihr Gehör an Ort und Stelle kostenlos und unverbindlich testen lassen.

Zug, Alpenstrasse 15
Hörberatung Born
Mit Stefan Born, Akustiker
Teilnahme kostenlos

Kursnummer: 3.5320.1
Dienstag, 5. Februar 2002
von 9.00 bis 10.00 Uhr
anschliessend fakultativer Gehörtest
Anmeldung bis 25. Januar 2002

Kursnummer: 3.5320.2
Freitag, 26. April 2002
von 9.00 bis 10.00 Uhr
anschliessend fakultativer Gehörtest
Anmeldung bis 12. April 2002

### Erwachsenenbildung

mit älteren Menschen für Kursleiterinnen und -leiter

Anhand der neu erschienenen Handlungsanleitung «Erwachsenenbildung mit älteren Menschen» werden Grundlagen für die Bildungsarbeit vermittelt. Im 1.Teil werden die Teilnehmenden angeleitet, zentrale Erkenntnisse der Gerontologie in ihrer Kurstätigkeit umzusetzen. Im 2. Teil wird das Spezifische der Erwachsenenbildung mit älteren Menschen ausgearbeitet und unter den Begriffen handlungs-, zukunfts-, beziehungsorientiert und ganzheitlich behandelt.

Kursnummer: 3.3630.2

Zug, Restaurant Guggital

Mit Dr. Urs Kalbermatten, Zürich

2 Tage

Dienstag, 22. Januar und

Freitag, 1. März 2002

jeweils von 9.00 bis 17.30 Uhr

Für PS-Kursleiter/-innen kostenlos

Für Externe Fr. 250.—,

inkl. zwei Mittagessen und Lehrmittel

Anmeldung bis 4. Januar 2002

### **Auskunft und Anmeldung**

Telefon 041 727 50 55 Telefax 041 727 50 60

E-Mail: info@zg.pro-senectute.ch Bitte um frühzeitige Anmeldung

