

**Zeitschrift:** Horizonte : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zug  
**Band:** 16 (2010)  
**Heft:** 31

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 11.01.2026

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

## Pro Senectute Zug

Zurück in die Zukunft	4
Das «Horizonte»-Magazin erscheint im neuen Kleid	5
Tag der älteren Menschen	6
Mirjam Gieger übernimmt die neue Fachstelle bei Pro Senectute Zug	9
Die Sprachgruppen	10
Jass-Treff im Café PS	10
Neue PC-Kursleiterinnen	10
Achtung Glatteis	12
Telefonketten verbinden und geben Sicherheit	13
Susi Gassmann – Das Café PS hat eine neue Chefin	15

## Kultur, Gesellschaft

Bulgarien: Kultur-Zauber des Balkans	18
Geschichte-Zirkel	18
Die vier frühen Hochkulturen	19
Die klassischen Epochen der Weltliteratur	19
Weniger Regeln – mehr Systematik	NEU 19
Island – faszinierende Insel aus Feuer und Eis	NEU 20
Farbiges Mali in Westafrika	NEU 20
Pensionierung	21
«Mit 66 Jahren ...»	NEU 21

## Gestalten, Spielen, Kochen

Atelier Zeichnen	22
Atelier Malen	22
Aquarellieren	22
Jassen	23
Jassnachmittag auf dem Ägerisee	22
Jass-Treff im Café PS	NEU 23
Jassgruppe Herti	23
Schach	23
Schachtreff im Café PS	24
Kochen für Männer	24

## Kunsthaus Zug

Der Schatz am Zugersee	25
Ilya Kabakov – Orbis Pictus	25

## Burg Zug

Der Knochenleser	26
Führung für Grosseltern und ihre Grosskinder	26
Die Seidenstrasse	27
Zug auf alten Ansichtskarten II	27

## Musik, Gesang, Tanz

Zigeuner- und Wiener Kaffeehausmusik	30
Nostalgiechor	30
Seniorinnenchor	30
Treffpunkt Gesang	30
Kammermusikensemble	31
Mundharmonika spielen	31
Line Dance	32
Internationale Volkstänze	33



131 Pro Senectute Kanton Zug  
Baarerstrasse 131

137 JM Zentrum  
Baarerstrasse 137

- Bushaltestelle Kistenfabrik  
Buslinie 3 (Baarerstrasse)
- Bushaltestelle V-Zug  
Buslinie 4 (Industriestrasse)
- Stadtbahnhaltestelle Lindenpark

## Adresse, Auskunft

### Geschäfts- und Beratungsstelle

Pro Senectute Kanton Zug  
Baarerstrasse 131  
6300 Zug  
Telefon 041 727 50 55  
Fax 041 727 50 60  
[www.zg.pro-senectute.ch](http://www.zg.pro-senectute.ch)  
[info@zg.pro-senectute.ch](mailto:info@zg.pro-senectute.ch)  
Konto ZKB Zug: 77-105.726-01

### Auskunft und Anmeldung für Bildung und Sport

Telefon 041 727 50 55  
Fax 041 727 50 60  
Max Milian Hunkeler, Irène Schärli,  
[anmeldung@zg.pro-senectute.ch](mailto:anmeldung@zg.pro-senectute.ch)

### Anmeldeformulare

finden Sie diesem Heft beigelegt

## Sprachen

Informations-Veranstaltung	36
5 Tage der offenen Türen	36
Englisch für die Reise	<b>NEU</b> 36
Cooking with the British Chefs	<b>NEU</b> 37
Singend Spanisch lernen	<b>NEU</b> 37
Russisch für die Reise	37
Englisch	38
Französisch	38
Italienisch	38
Spanisch	38
Übersicht Sprachgruppen	39
Singing together	40
Cantar en español	40
Malta – die subtropische Insel	<b>NEU</b> 40
Ravenna – die Mosaikstadt	<b>NEU</b> 40
Best of British in London	<b>NEU</b> 40
Military Tattoo in Edinburgh	<b>NEU</b> 40

## Impressum

Nummer 31, 16. Jahrgang

### Versand

2. Dezember 2009

Die Broschüre wird gratis abgegeben.

### Redaktionsschluss

15. April 2010

Das nächste «Horizonte» erscheint

Anfang Juni 2010

### Herausgeberin

Pro Senectute Kanton Zug

### Redaktion

Evelyne Bucher, Sue Bachmann

### Auflage

12 000 Exemplare

### Papier

Zander Mega halbmatt (kein Glanzpapier), umweltfreundlich, chlorarm.

Rohstoff (u. a.): unbedrucktes Alt-papier aus eigener Produktion der Papierfabrik und aus unbedruckten Abfällen der Druckereien.

### Satz, Bild und Druck

Victor Hotz AG, Steinhausen

### Titelbild

Flying Camera, Baar

### Fotos

Sue Bachmann, Evelyne Bucher, Paolo Foschini

Hauptsponsor

 **Zuger Kantonalbank**

Sponsor

**Valiant**

## Informatik

Info-Veranstaltung PC-Kurse	44
PC-Anfängerkurs	44
PC-Einführung, Grundkurs	44
Üben und Repetieren mit Windows Vista	45
Word-Einführung, Textprogramm	45
Word-Aufbaukurs	45
Üben und Repetieren mit Word	45
Gestalten mit dem Textprogramm Word	45
Excel-Einführung	45
Umsteigerkurs Windows Vista/Word 2007	46
Privatstunden	46
Fotos übertragen und verwalten	46
Fotos und Bilder bearbeiten	46
Fotos und Bilder bearbeiten, Aufbaukurs	46
Digitalfotografie/-kamera für Einsteiger	46
Ein Fotobuch gestalten	47
Einen Foto-Kalender gestalten	47
Digitale Fotos auf Papier – online bestellen	<b>NEU</b> 47
Internet-Kurs	49
E-Mail-Kurs	49
Zug- und Flugverbindungen online suchen	<b>NEU</b> 49
Reisen oder Ferien online suchen und buchen	<b>NEU</b> 49

## Gesundheit

Mit Polarity entspannen	<b>NEU</b> 52
Tai-Chi/Qi Gong	52
Pilates	52
Yoga	53
Gedächtnistraining	53

## Bewegung und Sport

Fitgymnastik	56
Rückengymnastik	56
Tennis	56
Fit/Gym-Turngruppen	57
Schneeschuhlaufen	58
Walking-Treff Zug	58
Wandern Baar	59
Wandern Cham	59
Velofahren	59
Aqua-Fitness	60
Aqua-Fitness Langzeitgruppen	61

## Alltag, Rat und Tat

Wir unterstützen Sie «sicher» im Alltag	64
Etwas Bleibendes hinterlassen	64
Juristische Auskunft und Beratung	64
Fragen zur Krankenkasse?	65
Personliche Beratung	65
Finanz- und Rentenverwaltung	65
Alltags-Assistenz	67
Reinigungsdienst	67
Wäschedienst	67
Von Kopf bis Fuss	67
Steuererklärungs-Dienst	67
Senioren-Auftragsdienst	67

## Unterwegs

Erlebnisreise Toskana	70
Moskau und St. Petersburg	70
Grosse Flusskreuzfahrt	71
Jakobsweg	71
Usedom-Mecklenburg-Vorpommern	71
Vietnam	71
Jass- und Wanderferien im Piemont	72
Jass- und Wanderferien in Seefeld, Tirol	72
Flussfahrt Rhein-Main-Mosel mit Jassen	73
Jass- und Wanderferien am Titisee	73

## Pro Senectute

Team	76
Pro Senectute Ortsvertreterinnen	77
Wichtige Informationen	78

Denken Sie diesem Heft.