

Zeitschrift: Horizonte : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zug
Band: 17 (2011)
Heft: 33

Artikel: Gesund mit Humor : unter diesem Motto stand der diesjährige 1. Oktober 2010, Tag der älteren Menschen
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-791229>

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: 16.01.2026

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

Unsere neuen Büro-Räumlichkeiten

GESUND MIT HUMOR



Unter diesem Motto stand der diesjährige 1. Oktober 2010, Tag der älteren Menschen.

Der erste Programmpunkt sorgte für gute Stimmung und viele Lacher: Susanne Keller alias Clown Susi schaffte es, sich auf humorvolle Weise mit dem Thema Alter auseinanderzusetzen. Gesundheitsminister Joachim Eder wurde gleich miteinbezogen und sollte ihr beim Ausziehen des Mantels behilflich sein. Dies erwies sich als eine äusserst schwierige Aufgabe und das Publikum amüsierte sich köstlich.

Nach einer kleinen Pause, in der man sich mit selbstgebackenem Kuchen und Kaffee stärken konnte, bot Clown Susi noch eine musikalische Einlage: einem Gartenschlauch entlockte sie ein paar alphornähnliche Töne und danach begeisterte sie das Publikum mit alten Liedern, die sie mit ihrer Ukulele begleitete, so dass das Publikum mit Freude mitsang.

Danach führte Gabi Chrisman die Anwesenden in die Rhythmik nach Emile Jaques-Dalcroze ein. Diese Rhythmik wird

zu live gespielter Klaviermusik ausgeübt. Die Rhythmik sollte zeigen, dass man auch durch gemeinsame Bewegung aufheitert und fröhlich wird. Anschliessend gab es zur Stärkung einen Apéro.

Schliesslich wurde das Thema Humor auch noch von einer theoretischen Seite angegangen. Marlène Lustenberger, dipl. Sozialarbeiterin und bei Pro Senectute selber in der Beratung tätig, zeigte auf, mit welchen Methoden der Humor in den oft probem beladenen Beratungen sinnvoll eingesetzt werden kann.

Mit diesem Tag setzte Pro Senectute bereits zum dritten Mal ein Zeichen für das Engagement für älter werdende Menschen und dankte gleichzeitig ihren Kundinnen und Kunden für ihre Treue.

Interview mit Rita Graber,



Gesundheitsminister Joachim Eder hilft beim Ausziehen des Mantels.



Kaffee- und Kuchenpause ...



... um die Lachmuskeln zu entspannen.



Und weiter geht es mit musikalischen Einlagen ...



... von Clown Susi.



Gabi Chrisman erklärt die Rhythmik nach Emile Jaques-Dalcroze ...



... danach setzt sie sich ans Klavier ...



... und das Publikum tanzt begeistert mit.