Zeitschrift: 55-plus : Kurse/Veranstaltungen für Leute über 55
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zug
Band: 1 (1995)
Heft: 4

Rubrik: Alltag und Gesundheit

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: 06.07.2025

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

ALLTAG UND GESUNDHEIT

GEDäCHTNIS
KONZENTRATION-LERNTECHNIK
5015.1 + 5015.2

Wir trainieren unsere Lernfähigkeit und unser Gedächtnis. Die angenehme Atmosphäre trägt dazu bei, dass wir unsere Erinnerungsleistung steigern und erhalten können. Einige Tips und Uebungen zur Lerntechnik erleichtern uns die Bewältigung der täglich anfallenden Aufgaben und Schwierigkeiten.

Der Kurs 1 richtet sich an Leute, die eher bedächtig und behutsam arbeiten wollen. Kurs 2 stellt etwas höhere Anforderungen an Auffassungs-, Gedächtnisleistung und Flexibilität.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 2/4
- 6 Doppelstunden
- Kursgeld Fr. 90.—
- Anmeldung bis 7. Oktober

Kurs 1 (5015.1)

- Mit Margrit Haag, Telefon 31 23 70
- Montag von 14.00 bis 16.00 Uhr
- 30. Oktober bis 4. Dezember 1995

Kurs 2 (5015.2)

- Mit Ruth Wagner, Telefon 041 85 33 73
- Freitag von 14.00 bis 16.00 Uhr
- 27. Oktober bis 1. Dezember 1995

FAHRTAUGLICH? JAWOHL!
5515

Autofahren ist eine Möglichkeit, mobil und unabhängig zu bleiben. Diese Bewegungsfreiheit wollen wir aufrecht erhalten, indem wir unser Wissen auffrischen (aktuelle Verkehrstheorie), uns über Gefahren informieren und neue Tips für sicheres Fahren kennen lernen. Es besteht die Möglichkeit, im Anschluss an den Kurs mit dem Fahrlehrer Fahrstunden abzumachen.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 1
- Mit Bruno Meier, Telefon 52 10 10
- 3 Doppelstunden
- Montag, Mittwoch, Freitag
- Von 14.00 bis 16.00 Uhr
- 6., 8. und 10. November 1995
- Kursgeld Fr. 90.—
- Anmeldung bis 21. Oktober 1995

GESICHTSPFLEGE UND MAKE-UP FüR FRAUEN
5215.1 + 5215.2

Unter Anleitung einer Spezialistin für Gesichtspflege und Make-up versuchen Sie direkt an sich selbst, durch die richtige Anwendung der zur Verfügung stehenden Produkte, Ihr Aussehen und Ihre Ausstrahlung zu optimieren.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 4
- Mit Parfumerie Oswald Zug
- 2 Doppelstunden
- Kursgeld Fr. 20.—, inkl. Produkte
- Mittwoch von 14.00 bis 15.30 Uhr
- 13. und 27. September 1995 (5215.1)
  Anmeldung bis 26. August 1995
  oder
- 15. und 29. November 1995 (5215.2)
  Anmeldung bis 28. Oktober 1995

NATüRLICHE HEILVERFAHREN - EINE UEBERSICHT
5115

Wir haben alle schon von Kinesiologie, Aura-Soma, Lichttherapie usw. gehört. Nur: Was steckt dahinter? Wir versuchen, Ihnen einen Ueberblick zu verschaffen über Zielvorstellungen und Behandlungsmethoden einiger der am häufigsten genannten natürlichen Heilverfahren. Am Kurs wird keine Therapie gemacht.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 3/4
- Mit Trudi Neher, Telefon 21 82 56
- 3 Doppelstunden
- Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr
- 4., 11. und 18. Oktober 1995
- Kursgeld Fr. 30.—
- Anmeldung bis 16. September 1995

KRÄUTER DROGERIE
Spagyrik, Phyto- und Vitalstofftherapie, Engl. Bachblüten, Homöophatie, Maurice Mességué, Mineral-Haar-Analyse
Marlies Kamber, 6317 Oberwil/Zug, Tel. 042-21 51 20

KINESIOLOGIE
5125

Es gibt keine schlechten oder unnützen Heilverfahren, höchstens schlechte oder falsche Anwendungen in falschen Situationen. Wir sehen uns ein natürliches Heilverfahren etwas genauer an: Kinesiologie, die Lehre von den Muskelbewegungen und den Energieströmen. Wie wird diese Methode ausgeführt und was kann sie bewirken? Wir verschaffen uns einen tieferen Einblick mit Anwendungs-Beispielen, kein Ausbildungskurs.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 4
- Mit Trudi Neher, Telefon 21 82 56
- 2 Doppelstunden
- Mittwoch von 09.00 bis 11.00 Uhr
- 8. und 15. November 1995
- Kursgeld Fr. 20.—
- Anmeldung bis 21. Oktober 1995

SCHMERZFREI - ZILGREI
5135

Es wird Ihnen gezeigt und Sie erfahren, wie Sie selber Schmerzen wie Rückenbeschwerden, Ischias, Gelenkschmerzen, Rheuma, Kopfweh u.a.m. verringern oder beseitigen können. Zilgrei, die kombinierte Atem- und Haltungstherapie - entwickelt von Frau A. Zillo und Dr. H. Greissing - ist eine natürliche Selbstbehandlungsmethode, einfach zu erlernen, sanft, schmerzlos, rasch und anhaltend wirksam.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 2
- Mit Marianne Hossle, Telefon 31 90 10
- 8 mal 90 Minuten
- Montag von 13.30 bis 15.00 Uhr
- 11. Sept. bis 13. Nov. 1995, ohne 9./16. Okt.
- Kursgeld Fr. 195.—, inkl. Buch
- Anmeldung bis 19. August 1995

ZEITLUPE

Das Magazin der Pro Senectute Schweiz

Bestelltalon

☐ Ich bestelle die Zeitlupe ab sofort für mich (10 Ausgaben jährlich Fr. 28.--, Europa Fr. 34--. übriges Ausland Fr. 40.--, inkl. MWSt). Meine Adresse finden Sie im Feld links.

☐ Senden Sie ein Geschenk-Abonnement (mit Geschenkkarte) an den Empfänger im Feld rechts, die Rechnung an meine Adresse.

Meine Adresse

Name:

Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Geburtsjahr:

Geschenk-Empfänger

Name:

Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ:/Ort:

Geburtsjahr:

Bitte in Blockschrift schreiben! Coupon senden an: ZEITLUPE - Administration - Postfach 642 - 8027 Zürich