

# Alltag, Haus und Küche

Objektyp: **Group**

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

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

Heft 12

PDF erstellt am: **24.07.2024**

## **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.

## 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.

## Hans Bütler

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



## 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, welche 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

Falsch

Richtig

**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