

Alltag und Gesundheit

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **55-plus : Kurse/Veranstaltungen für Leute über 55**

Band (Jahr): **2 (1996)**

Heft 4

PDF erstellt am: **28.06.2024**

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.

ALLTAG UND GESUNDHEIT

GEDÄCHTNIS UEBEN

5016.1 + 5016.2

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.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 2
- Mit Margrit Haag, Telefon 31 23 70
- Montag von 14.00 bis 16.00 Uhr
- 6 Doppelstunden
- Kursgeld Fr. 90.--

Kurs 1 (5016.1)

- 26. Februar bis 1. April 1996
- Anmeldung bis 3. Februar 1996

Kurs 2 (5016.2)

- 6. Mai bis 17. Juni 1996
- Anmeldung bis 20. April 1996

ORGANISIEREN UND STRUKTURIEREN

5026

Was habe ich denn schon wieder vergessen? Warum konnte ich mir das nicht merken? Wieso will mir das nicht in den Kopf? In diesem Kurs machen Sie Uebungen, die Ihnen behilflich sein können beim Organisieren verschiedenster Tätigkeiten, zudem werden Tips vermittelt für das Lernen und die Konzentrationsfähigkeit.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 4
- Mit Ruth Wagner, Telefon 041 85 33 73
- 6 Doppelstunden
- Freitag von 14.00 bis 16.00 Uhr
- 19. April bis 24. Mai 1996
- Kursgeld Fr. 90.--
- Anmeldung bis 30. März 1996

FAHRTAUGLICH? JAWOHL!

5516

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, AFV Verkehrsschule, Baarerstrasse 19
- Mit Bruno Meier, Telefon 52 10 10
- 3 Doppelstunden
- Montag, Mittwoch, Freitag
- Von 14.00 bis 16.00 Uhr
- 6., 8. und 10. Mai 1996
- Kursgeld Fr. 90.—
- Anmeldung bis 13. April 1996

GESICHTSPFLEGE UND MAKE-UP FÜR FRAUEN

5216.1 + 5216.2

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
- Kursgeld Fr. 25.—, inkl. Produkte
- Mittwoch von 14.00 bis 15.30 Uhr

Kurs 1

- 6. und 20. März 1996 (5216.1)
- Anmeldung bis 17. Februar 1996

Kurs 2

- 24. April und 8. Mai 1996 (5216.2)
- Anmeldung bis 30. März 1996

Jederzeit kostenloser Hörtest



Walter Blättler
Hörgerät-Akustiker mit
Eidg. Fachausweis
Baarerstrasse 6 in Zug
Telefon 042-21 59 49





IHR PARTNER IN ZUG UND
BAAR FÜR ALLE FOTO- UND
OPTIKFRAGEN
ZUG Bundesplatz
Telefon 042-22 23 66
BAAR Dorfstrasse 12
Telefon 042-31 12 96

HOMÖOPATHIE

5156

Das Wissen um die schädlichen Nebenwirkungen vieler Medikamente bewegt Fachleute und Patienten zu vorsichtigerer Anwendung von Arzneimitteln. Heilerfolge mit sanften, nebenwirkungsfreien Arzneien und Behandlungsmethoden führen dazu, dass immer breitere Bevölkerungskreise die Möglichkeiten und grossen Vorteile der ganzheitlich wirkenden Heilmethoden entdecken und nutzen. Lernen Sie diese fortschrittlichen Heilverfahren kennen.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 2
- Mit Parfumerie Oswald Zug
- Mittwoch von 14.00 bis 15.30 Uhr
- 13. und 27. März 1996
- Kursgeld Fr. 25.—
- Anmeldung bis 24. Februar 1996

	Ihr Zuger Fachgeschäft mit den ganz besonderen Dienstleistungen		
	Drogerie Parfumerie Kosmetik	Gesichtspflege Geschenke Accessoires	
Auswahl		Beratung	Qualität

SCHMERZFREI - ZILGREI

5136.1+2

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 1/4
- Mit Marianne Hossle, Telefon 31 90 10
- 8 mal 90 Minuten
- Kursgeld Fr. 195.—, inkl. Buch

Kurs 1 (5136.1)

- Montag von 14.00 bis 15.30 Uhr
- 8. Januar bis 18. März 1996
- Anmeldung bis 16. Dezember 1995

Kurs 2 (5136.2)

- Dienstag von 09.00 bis 10.30 Uhr
- 7. Mai bis 25. Juni 1996
- Anmeldung bis 20. April 1996

ALEXANDER-TECHNIK

EINE EINFÜHRUNG

5146.1+2

Die Alexander-Technik vermittelt einen besseren Umgang mit dem eigenen Körper. Sie hat sich seit 100 Jahren bewährt und zahlreichen Menschen geholfen, sich von Schmerzen und Verspannungen zu befreien, eine natürliche Haltung zu erlangen und sich mit mehr Leichtigkeit zu bewegen. Dieser Kurs bietet einen ersten Einblick in die Welt der Alexander-Technik und ermöglicht bereits einige praktische Erfahrungen.

- Zug, Pro Senectute, Kursraum 3+4
- Mit Elmar Koch, Telefon 01 482 27 61
- 2 Doppelstunden und eine Einzellektion
- Kursgeld Fr. 120.--

Kurs 1 (5146.1)

- Mittwoch von 09.00 bis 11.00 Uhr
- 17., 24. und 31. Januar 1996
- Anmeldung bis 30. Dezember 1995

Kurs 2 (5146.2)

- Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr
- 6., 13. und 20. März 1996
- Anmeldung bis 24. Februar 1996

	TAZÜ-TRAININGSZENTRUM ZUG HERTISTR. 2 042 / 22 10 40
MIT DEM INDIVIDUELLSTEN TRAININGSANGEBOT DER REGION	

Ihr Bürofachgeschäft	
Seeliger AG	
Bürofachgeschäft	Papeterie
Herti-Zentrum, Zug, Telefon 042 21 04 16	
Neustadt Passage, Telefon 042 21 12 02	

	Gross- und Kleintransporte Möbeltransporte Privat- und Geschäftsumzüge In der ganze Schweiz
Hans Fries, Allmendstrasse 11, 6300 Zug, Tel. 042-41 83 93, Fax 042-41 83 93, Natel 077-41 63 93	