

**Zeitschrift:** Horizonte : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zug  
**Band:** 17 (2011)  
**Heft:** 34

## **Inhaltsverzeichnis**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 03.04.2025

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

## In eigener Sache

Rückblick	5
6. Dezember 2010 – Adventsfeier	
Das Leitungsteam stellt sich vor	6
Organigramm Pro Senectute Kanton Zug	7
Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter	9
Stiftungsversammlung im Altersheim Martinspark in Baar	12
Europäisches Jahr der Freiwilligenarbeit 2011 – Interview mit Martin Reich	14
Generationen im Klassenzimmer	17

## Kultur, Gesellschaft

Europäische Kunsttheorien	NEU 19
Geschichte des Lesens und der Bücher	NEU 19
Pensionierung	19

## Burg Zug

Frauengeschichte(n)	20
Wie entsteht ein Dampfbügeleisen?	21

## Gestalten, Digitale Fotografie, Spielen und Kochen

Atelier Malen	22
Atelier Zeichnen	22
Kamera Grundeinstellungen	NEU 23
Herbststimmung auf dem Zugerberg	NEU 23
Nachtaufnahmen in der Stadt Zug	NEU 23
Jass-Turnier	24
Jassen für Anfänger	24
Jassen für Fortgeschrittene	25
Jassgruppe Herti	25
Schach-Treff	25
Kochen für Männer	25

## Musik, Gesang und Tanzen

Kammermusikensemble	27
Singing together	27
Internationale Tänze	27
Line Dance	27

## Sprachen

Info-Veranstaltung Sprachgruppen	29
5 Tage der offenen Türen	29
Neue Anfängerkurse in Englisch, Italienisch und Spanisch	30
Bestehende Sprachgruppen in Englisch, Französisch, Russisch, Italienisch und Spanisch	31

## Informatik

### Grundlagen

Info-Veranstaltung PC-Kurse	33
PC-Anfängerkurse	33
PC-Einführung, Grundkurse	33
Word-Grundkurs mit Word 2007	34
Word-Aufbaukurs mit Word 2007	34
Umsteiger-Kurs von Word XP/2003 auf Word 2007/2010	34
Umsteiger-Kurs von Excel XP/2003 auf Excel 2007/2010	34
Privatstunden	34

### Gestalten

Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 8.0 – Einsteigerkurs	34
Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 8.0 – Aufbaukurs	34

### Internet und E-Mail

Internet- und E-Mail-Kurs	35
Google	35

### Ricardo und Online-Shopping

Im Online-Auktionenhaus Ricardo kaufen/verkaufen	35
Online-Shopping	35

## Gesundheit

### Fit im Geist

Gedächtnistraining	37
--------------------	----

### Meditatives Bewegen

Tai-Chi / Qi Gong	37
Dalcroze-Rhythmik	38
Yoga	38
Pilates	39

## Bewegung, Sport

### Indoor – Drinnen

Sturzprophylaxe und Gleichgewichtstraining	NEU 41
Fit/Gym-Turngruppen	41

### Outdoor – Draussen

Walking-Treff Zug	42
Velofahren Halbtagestouren 2011	42
Nordic Walking	42
Tennis spielen	NEU 43

### Bewegung im Wasser

Aqua-Fitness	43
Bestehende Aqua-Fitness-Gruppen	45

## Unterwegs

### Aktivferien

Wanderwoche Engadin	47
Jass- und Ausflugsferien im Piemont	47

## Alltag, Rat und Tat

Hilfen zu Hause	49
Treuhanddienst	50
Juristische Auskunft und Beratung	50
Steuererklärungs-Dienst	50
Sozialberatung	51

## Pro Senectute

Wichtige Informationen	52
Kontakt und Anfahrtsplan	53