

# ANGEBOTE ANDERER ORGANISATIONEN



# GESUND ALTERN IN STEINHAUSEN

Veranstaltungen von «Gesund altern im Kanton Zug» im Auftrag der Gemeinde Steinhausen und in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zug. Unterstützt vom Kanton Zug.

**JUNI**

## Hüft- und Kniegelenksarthrosen – was kann man tun?

**Programm**

Dr. med. Martin Röthlisberger, Facharzt FMH für Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates, informiert über vorbeugende und therapeutische Massnahmen bei Arthrosen im Hüft- und Kniegelenk und beantwortet Fragen aus dem Publikum. Es werden zudem praktische Übungen und Hilfsmittel zur Verbesserung der Mobilität gezeigt und über Möglichkeiten und Massnahmen zur Schmerzlinderung informiert.

**Datum**

Montag, 24. Juni 2019

**Ort**

Gemeindesaal

**Zeit**

14.00 – 16.30 h

**NOVEMBER**

## Wir sterben alle einmal – die Frage ist nur wie?

**Programm**

Über Sterben zu reden ist noch immer ein Tabu. Doch beschäftigt viele Menschen die Frage, «Was geschieht mit mir im Prozess des Sterbens?» und «Wie kann Sterben für mich und meine Angehörigen gestaltet werden?». Eine Fachperson aus der Palliativmedizin klärt im ersten Teil der Veranstaltung über die Prozesse beim Sterben auf, informiert, wie Schmerzen behandelt werden können und was geregelt werden muss, damit letzte Wünsche berücksichtigt werden können. Im zweiten Teil sprechen Fachpersonen aus der Palliativpflege, der Seelsorge und Sterbebegleitung untereinander und mit dem Publikum über die Möglichkeiten, Dinge zu regeln und letzte Wünsche mit ihren Angehörigen in Worte zu kleiden, um in Frieden loslassen zu können.

**Datum**

Montag, 11. November 2019

**Ort**

Gemeindesaal

**Zeit**

14.00 – 16.30 h



# LESETAGE

An folgenden Tagen lesen wir von der Bibliothek Steinhausen im Seniorenzentrum Weiherpark vor.  
Wir freuen uns auf viele Zuhörerinnen und Zuhörer!

---

**Jeweils um 14.30 h (ca. 1 Stunde)**

---

Bibliothek Steinhausen, Bahnhofstrasse 5, 041 748 11 77,  
[www.steinhausen.ch/bibliothek](http://www.steinhausen.ch/bibliothek)

---

**MÄRZ** Lesung, Dienstag, **19. März 2019**

**APRIL** **Bibliotheksführung**, Montag, **15. April 2019**

**Programm** Lernen Sie die Bibliothek und unser vielfältiges Angebot kennen! Wir zeigen Ihnen die Bedienung der Selbstausleihe und der ausleihbaren E-Reader. Wie kann ich von zuhause aus über meinen eigenen PC das Bibliotheks-Angebot durchschauen, wie ein Medium verlängern und sogar eine Reservation vornehmen? Bei Kaffee und Kuchen und dem Schmökern in der Bibliothek beantworten wir gerne Fragen.

**Ort** Bibliothek Steinhausen  
**Zeit** 9.00 – 11.00 h

**APRIL** Lesung, Dienstag, **16. April 2019**

**OKTOBER** Lesung, Dienstag, **15. Oktober 2019**

**NOVEMBER** Lesung, Dienstag, **19. November 2019**

**DEZEMBER** Lesung, Dienstag, **17. Dezember 2019**

**JANUAR** Lesung, Dienstag, **14. Januar 2020**

**FEBRUAR** Lesung, Dienstag, **18. Februar 2020**

**MÄRZ** Lesung, Dienstag, **17. März 2020**

**APRIL** Lesung, Dienstag, **14. April 2020**

