



Einwohnergemeinde Cham

Altern in Cham

Alle wichtigen Kontakte und Adressen
für Seniorinnen, Senioren und Angehörige



Impressum

Redaktion: Einwohnergemeinde Cham
Soziales und Gesundheit
Postfach, 6330 Cham

**In Zusammenarbeit mit den
Partnerorganisationen des Netzwerkes
«Altern in Cham»:**

Alzheimervereinigung Zug
Benevol Zug
Einwohnergemeinde Cham
Frauengemeinschaft Cham
Gemeinnützige Baugenossenschaft Cham
Hospiz Zug
KISS Genossenschaft Cham
Pfarrei St. Jakob
Pflegezentrum Ennetsee Cham
Pro Senectute Kanton Zug
Protestantischer Frauenverein Cham
Reformierte Kirche Bezirk Cham

Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK),
Kantonalverband Zug
Seniorenforum Cham
Senioren wandern Cham
Spitex Kanton Zug
Stiftung Wohnen im Alter Cham
Tixi Zug
Turnverein 1884 Cham
Via – Best Practice Gesundheitsförderung im Alter

Auflage: 3000 Exemplare

Ausgabe: Frühjahr 2017

Online: www.cham.ch

Horizonte: Das komplette Kursprogramm der Pro Senectute Kanton Zug wird in der Zeitschrift Horizonte ausgeschrieben. Diese erscheint zweimal jährlich. Kostenloses Abonnement unter Pro Senectute Kanton Zug, Ägeristrasse 52, 6300 Zug oder info@zg.pro-senetute.ch.

Liebe Leserin, lieber Leser

«Eine gute Zeit fällt nicht vom Himmel, sondern wir schaffen sie selbst; sie liegt in unseren Herzen eingeschlossen.» (Dostojewski)

Im Alter gesund sein, sich mit Gleichgesinnten treffen und sich kreativ betätigen – das wünschen sich viele Menschen in der dritten Lebensphase. Doch gerade in dieser Zeitspanne wird man oft vor persönliche Herausforderungen gestellt, die nicht immer einfach zu meistern sind. Vielleicht lebt man alleine, möchte aber aktiv sein und neue Menschen in Cham kennenlernen. Oder man weiss nicht, an wen man sich wenden kann, um Unterstützung und Hilfe im Alltag zu bekommen.

Hier hilft Ihnen unser neues Angebotsverzeichnis «Altern in Cham». Es bietet eine wertvolle und umfassende Übersicht zu Kontakt- und Anlaufstellen. Sie finden in der Broschüre zahlreiche Angebote aus den Bereichen Gesundheit, Freizeit, Unterstützung im Alltag, Pflege, Kultur und mehr – speziell für ältere Menschen.

Entstanden ist die Broschüre gemeinsam mit den Partnerorganisationen des Netzwerks «Altern in Cham». Stöbern Sie in dieser Broschüre, es gibt für alle etwas zu entdecken. Auch Sie werden etwas für Ihr Wohlbefinden, ein neues Hobby oder einen schönen Zeitvertreib finden.

Ich wünsche Ihnen viel Freude und – um die oben zitierten Worte von Dostojewski aufzugreifen – eine gute, aus dem Herzen geschaffene Zeit.

Christine Blättler-Müller
Sozialvorsteherin Cham

PS: Sie finden das Angebotsverzeichnis auch im Internet auf www.cham.ch.

Inhaltsverzeichnis

Notfälle aller Art	5
Beratung, Unterstützung und Selbsthilfe	6
Körperliches Wohlergehen, Fitness	12
Soziale Aktivitäten, Geselligkeit	13
Betreuung, Pflege, Behandlung und Entlastung von Angehörigen	16
Geistige Aktivitäten, Bildung	18
Kreative Aktivitäten, Kunst, Musik, Kultur	19
Adressverzeichnis	21
Notfallnummern	32

Gebrauchsanleitung

So finden Sie schnell Ihre Ansprechpartner: Wählen Sie den gewünschten Obertitel im Inhaltsverzeichnis. Auf der entsprechenden Seite finden Sie die einzelnen Stichworte. Unter jedem Stichwort sind alle Organisationen mit Telefonnummer aufgeführt, die zu Ihrem Thema Hilfe anbieten.

Symbolbedeutung

Legende:

- G** Gratisangebot (unentgeltlich)
- M** Es fallen ein Mitgliederbeitrag/eine Einschreibgebühr und/oder Materialkosten oder Spesen an
- K** kostenpflichtige/-s Dienstleistung/Angebot (allenfalls übernehmen die Krankenkasse oder die Ergänzungsleistungen einen Teil der Kosten)

Wünschen Sie nähere Angaben zu den einzelnen Organisationen, finden Sie diese im alphabetischen Adressverzeichnis ab Seite 21.

Notfälle aller Art

Medizinischer Notfall

Ärztlicher Notfalldienst (CHF 3.23/Min.)	0900 008 008
Apotheken-Notfalldienst	041 720 10 00
Rettungsdienst RDZ / Sanität	144
Rettungsflugwacht REGA	1414
Vergiftungen, Tox Info Suisse	145
Homöopathischer Notfalldienst	041 748 21 70
Zahnärzte-Notruf	0844 22 40 44
AndreasKlinik Cham Zug, Notfalldienst	041 784 01 44
Zuger Kantonsspital, Notfalldienst	041 399 11 44

Psychischer Notfall

Ambulante Psychiatrische Dienste	041 723 66 00
Die Dargebotene Hand / Sorgentelefon	143
Hilfe für Kinder und Jugendliche	147

Spitäler und Kliniken

Zuger Kantonsspital Baar	041 399 11 11
AndreasKlinik Cham Zug	041 784 07 84
Reha-Klinik Adelheid Unterägeri	041 754 30 00
Psychiatrische Klinik Meissenberg Zug	041 726 57 57
Psychiatrische Klinik Zugersee Oberwil	041 726 33 00
Psychiatrische Klinik Littenheid	071 929 60 30

Polizei	117
Feuerwehr	118
Ambulanz	144

Todesfall

Bestattungsamt	041 723 87 40
----------------	---------------

Finanzielle Not

Sozialdienst	041 723 88 00
Fachstelle für Altersfragen	041 727 50 50

Öffentliche WC-Anlagen

Strandbad	ganzjährig offen
Hirsgarten	ganzjährig offen
Minigolf Villette	Frühling bis Herbst
Bahnhof	ganzjährig offen
Kirchplatz	ganzjährig offen
Lorzensaal	ganzjährig offen
Niederwil	ganzjährig offen
Fuhrwerk	ganzjährig offen

Beratung, Unterstützung und Selbsthilfe

Apparate flicken, Bedienung von Geräten erklären (z. B. Computer und Smartphones)

- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Briefkasten leeren und Botengänge

- K** Senioren Auftragsdienst der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 711 83 46
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

Budget- und Schuldenberatung

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** eff-zett Budgetberatungsstelle
Tel. 041 725 26 35
- G** Triangel Schuldenberatungsstelle der reformierten Kirche Kanton Zug
Tel. 041 728 80 80
- G** Sozialdienst der Einwohnergemeinde
Tel. 041 723 88 00
- G** Onlineplattform der Schuldenberatung Schweiz
www.schulden.ch

Büro, Administration, Finanzen

- K** Treuhanddienst der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

Demenz

- K** Fachbereich Demenz der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Beratungsdienst der Schweizerischen Alzheimervereinigung Zug
Tel. 041 760 05 60
- K** Entlastungsdienst für pflegende Angehörige des SRK Kantonalverbands Zug
Tel. 041 710 59 45

Ehe- und Paarberatung

- G** Sozialdienst der Pfarrei St. Jakob Cham
Tel. 041 785 56 25
- G** eff-zett Einzel-, Paar- und Familienberatungsstelle
Tel. 041 725 26 60
- G** Triangel Einzel-, Paar- und Familienberatungsstelle der Reformierten Kirche Kanton Zug
Tel. 041 728 80 80

Einkaufen

- K** Alltagsassistent der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- K** Hauswirtschaft und Betreuung der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29

- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Besuchs- und Begleitsdienst
des SRK Kantonalverbands Zug
Tel. 041 711 46 20
- G** Caritas-Markt Baar
Tel. 041 368 52 70
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Fahrdienste

- M** Taxi Zug
Tel. 041 711 84 84
- M** Rotkreuz-Fahrdienst für beeinträchtigte Menschen des SRK
Kantonalverbands Zug
Tel. 041 710 54 00
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

Ergänzungsleistungen, AHV-Renten

- G** Ausgleichskasse und IV-Stelle Zug
Tel. 041 560 47 00
- G** AHV-Zweigstelle der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 24

Garten- und Balkonarbeiten

- K** Senioren-Auftragsdienst
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 711 83 46
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- K** Jobbörse von GGZ@Work
Tel. 041 727 61 71

Haushalt

- K** Hauswirtschaft und Betreuung
der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- K** Alltagsassistent der Pro Senectute
Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58

Haustierpflege

- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- K** Alltagsassistent der Pro Senectute
Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- K** Senioren-Auftragsdienst
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 711 83 46
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Informationsdienste für Alterfragen

- G** Fachberatung für Altersfragen
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Suchportal für Altersfragen
www.infosenior.ch
- G** Sozialverzeichnis des Kantons Zug
<https://sozialverzeichnis.zug.ch/sozialverzeichnis>

- G** Quartierbüro der Gemeinwesen-
arbeit Cham
Tel. 041 723 89 60

Kochen, Mahlzeitendienste

- K** Mittagstisch im Alterszentrum Büel
Tel. 041 784 58 08
- K** Mittagstisch am Donnerstag
Tel. 041 780 38 38 (Pfarreiheim)
Tel. 041 780 65 58 (Saal der Refor-
mierten Kirche jeweils erster
Donnerstag im Monat)
- K** Alltagsassistent der Pro Senectute
Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- K** Frischmahlzeitendienst der Spitex
Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Lebensgestaltung

- G** Sozialdienst der Einwohnergemein-
de Cham
Tel. 041 723 88 00
- G** Sozialdienst der Pfarrei St. Jakob
Cham
Tel. 041 785 56 25
- G** Fachberatung für Altersfragen
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Triangel Beratungsdienste der
Reformierten Kirche Kanton Zug
Tel. 041 728 80 80
- G** Reformiertes Pfarramt Cham
Tel. 041 780 11 74

Mediation

- G** eff-zett Trennungs- und
Scheidungsmediation
Tel. 041 725 26 15
- G** Beratungsstelle für MieterInnen
des Mieterverbands Zug
Tel. 041 710 00 88

Nachbarschaftshilfe

- G** Kontakt- und Anlaufstelle der
KISS Genossenschaft Cham
Tel. 078 646 41 01
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Ombudsstelle, Patientenberatung

- G** UBA Zentralschweiz, Unabhängige
Beschwerdenstelle für das Alter
Tel. 058 450 60 60
- G** Ombudsstelle des Kantons Zug
041 711 71 45
- G** Beratung der Patientenstelle
Zentralschweiz
Tel. 041 410 10 14
- K** Schweizerische Stiftung SPO
- G** Patientenschutz
Tel. 0900 56 70 47 (für Nicht-
mitglieder)
Tel. 044 252 54 22 (für Mitglieder)

Persönliche Vorsorge, Patientenverfügung, Todesfallregelung

- G** Fachberatung für Altersfragen der
Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- K** SRK Kantonalverband Zug:
Patientenverfügung (Beratung
und Hinterlegung)
Tel. 041 710 59 46

- K** Hinterlegung von Todesfallregelungen beim Bestattungs- und Erbschaftsamt der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 40
- K** Notariat der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 05

Putzarbeiten

- K** Alltagsassistentin der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- G** Kontakt- und Anlaufstelle KISS Genossenschaft Cham
Tel. 078 646 41 01

Rechtsberatung und -auskünfte

- G** Rechtsberatung Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- K** Advokatenverein des Kantons Zug
Tel. 041 728 62 72
- K** Der Beobachter
Tel. 043 444 54 00
www.helponline.ch
- K** Beratungsstelle der Pro Infirmis Kanton Zug
Tel. 058 775 23 23
- K** Hauseigentümerverband Zugerland
Tel. 041 710 65 20
- M** Hausverein Zentralschweiz
Tel. 041 422 03 33
- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Ausgleichskasse und IV-Stelle Zug
Tel. 041 560 47 00

- G** AHV-Zweigstelle der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 24

Sachtransporte mit Personenwagen

- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Seelsorge, Gottesdienste, Bestattung

- G** Pfarrei St. Jakob Cham
Tel. 041 780 38 38
- G** Reformiertes Pfarramt Cham
Tel. 041 780 11 74
- G** Bestattungsamt der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 40
- G** Behindertenseelsorge Seelsam, Ökumenische Seelsorge für Menschen mit Behinderung
Tel. 041 711 35 23 oder
Tel. 041 711 35 21
- G** Zuger TrauerCafé
Spitalseelsorge des Zuger Kantons-
spitals
Tel. 041 399 11 11 oder
- G** Fachbereich Palliative Care der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Ökumenische Seelsorge –
Palliativ Zug
Tel. 076 296 76 96

Selbsthilfeangebote und Gesprächsgruppen

- G** Beratungshotline und Selbsthilfegruppen der Anonymen AlkoholikerInnen
Tel. 0848 848 885

- G** eff-zett Kontaktstelle Selbsthilfe
Tel. 041 725 26 15
- G** Gemeinwesenarbeit der
Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 89 00
- M** Insieme Cerebral Zug
Tel. 041 710 85 00
- G** Beratungsstelle der Krebsliga Zug
Tel. 041 720 20 45
- G** Tavolata Tischgemeinschaften
(Migros Kulturprozent)
Tel. 044 277 22 19
- G** Tavolata Tischgemeinschaften
(Pro Senectute Kanton Zug)
Tel. 041 727 50 69
- G** Onlineplattform für Nächstenhilfe
im Kanton Zug
www.zugerhelfenzugern.ch
- G** Beratungshotline des Blauen Kreuzes
Schweiz
Tel. 031 300 58 60

Seniorennetzwerke

- G** Seniorenforum Cham
Tel. 041 723 89 61
- G** Kantonaler Senioren Verband Zug
Tel. 041 741 18 25

Sicherheit und Gewalt

- G** eff-zett Opferberatungstelle
Tel. 041 725 26 50
- K** Rotkreuz-Notruf – Hilfe auf
Knopfdruck des SRK Zug
Tel. 041 710 59 46
- G** Triangel Opferberatungstelle der
Reformierten Kirche Kanton Zug
Tel. 041 728 80 80
- G** Webseite der Zuger Polizei
www.zugerpolizei.ch
- G** Abteilung Verkehr und Sicherheit
der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 81

Sozialberatung

- G** Sozialdienst der Einwohner-
gemeinde Cham
Tel. 041 723 88 00
- G** Sozialdienst der Pfarrei St. Jakob
Cham
Tel. 041 785 56 25
- G** Fachberatung für Altersfragen
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Mobile Pro-Senectute-Beratung
vor Ort im Quartierbüro der
Gemeinwesenarbeit Cham
Tel. 041 727 50 53

Spazieren und Begleiten

- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- K** Alltagsassistent der Pro Senectute
Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- G** Kontaktplattform der Pro Senectute
Kanton Zug
Tel. 041 727 50 67
www.zg.pro-senectute.ch → Projek-
te → Kontaktplattform
- G** Besuchs- und Begleitdienst des SRK
Kantonalverbands Zug
Tel. 041 711 46 20

Sterbebegleitung

- K** Fachbereich Palliative Care
der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Hospiz Zug, Begleitung schwer
kranker und sterbender Menschen
Tel. 079 324 64 46

- G** Pfarrei St. Jakob Cham
Tel. 041 780 38 38
- G** Reformiertes Pfarramt Cham
Tel. 041 780 11 74

Suchtberatung

- G** Beratungshotline Anonyme AlkoholikerInnen
Tel. 0848 848 885
- G** Beratungshotline des Blauen Kreuzes
Tel. 031 300 58 60
- G** Online-Beratung zu Suchtfragen
www.safezone.ch
- G** Suchtberatung des Kantons Zug
Tel. 041 728 39 39

Tauschen

- G** Onlineplattform für Nächstenhilfe im Kanton Zug
www.zugerhelfenzugern.ch

Umziehen

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- K** Alltagsassistentin der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- G** Möbelabholdienst Brocki Zug
Tel. 041 725 26 91
- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- K** Jobbörse von GGZ@Work
Tel. 041 727 61 71

Wohnen und Bauen

- K** Wohnberatung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- G** Informationsplattform Wohnen im Alter der Pro Senectute Schweiz
www.wohnform50plus.ch
- G** Brocki Zug
Tel. 041 725 26 90
- G** Möbelabholdienst des Brocki Zug
Tel. 041 725 26 91
- K** Notariat der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 05
- K** Gemeinnützige Baugenossenschaft Cham
Tel. 041 780 88 85
- K** Alterswohnungen Büel der Stiftung Wohnen im Alter Cham
Tel. 041 784 58 08
- K** Hauseigentümergeverband Zugerland
Tel. 041 710 65 20
- M** Hausverein Zentralschweiz
Tel. 041 422 03 33
- K** Amt für Wohnungswesen des Kantons Zug
Tel. 041 728 37 30
- M** Beratungsstelle für hindernisfreies Bauen
Tel. 058 775 23 23
- M** Beratungsstelle für MieterInnen des Mieterverbands Zug
Tel. 041 710 00 88
- G** Abteilung Planung und Hochbau der Einwohnergemeinde Cham
K Tel. 041 723 87 50

Waschen und Bügeln

- K** Alltagsassistentin der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58

- K** Hauswirtschaft und Betreuung der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Körperliches Wohlergehen, Fitness

Bewegung draussen

- M** Chamer Senioren wandern
Tel. 041 780 63 60
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- M** SAC Rossberg Senioren 50+
Tel. 041 755 34 72
- G** Zuger Senioren-Wandern (Patronat: SRK Kantonalverband Zug)
Tel. 041 755 15 02 (Othmar Iten)

Entspannung

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50

Fitness und Gymnastik

- K** Fit plus, Fitness- und Bewegungscenter im Alterszentrum Büel Cham
Tel. 041 784 58 19
- K** Benefit medizinisches Trainingszentrum im Kantonsspital Zug
Tel. 041 399 43 30

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- M** Seniorinnen- und Seniorenturnen des Turnvereins Cham
Tel. 079 335 01 52 (Seniorinnen)
Tel. 041 780 57 64 (Senioren)

Informationsdienste zu Krankheiten und Sucht

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Beratungshotline des Blauen Kreuzes
Tel. 062 837 70 10
- G** Beratungsstelle für Schwerhörige und Gehörlose
Tel. 041 228 63 39
- M** Insieme Cerebral Zug
Tel. 041 710 85 00
- G** Beratungsstelle der Krebsliga Zug
Tel. 041 720 20 45
- M** Beratungsdienst der Parkinson Schweiz
Tel. 043 277 20 77
Tel. 0800 80 30 20 (gratis)
- M** Informationsdienst der Rheumaliga Zug
Tel. 041 750 39 29
- G** Beratungsdienst der Schweizerischen Alzheimervereinigung
Tel. 041 760 05 60
- M** Beratungsdienst der Schweizerischen Diabetes-Gesellschaft
Tel. 041 727 50 64
- G** Online-Beratungsdienst der Schweizerischen Koordinations- und Fachstelle Sucht
www.safezone.ch
- G** Beratungs-Hotline und Selbsthilfegruppen der Anonymen AlkoholikerInnen
Tel. 0848 848 885

- G** Beratungsdienst der Schweizerischen Multiple-Sklerose-Gesellschaft
Tel. 0844 674 636
- K** Ambulante psychiatrische Dienste
Tel. 041 723 66 00
- G** Diabetes-Gesellschaft Zug
Tel. 041 727 50 64
- G** Lungenliga Zentralschweiz
Tel. 041 429 31 10
- G** Informations- und Beratungsstelle Palliativ Zug
Tel. 041 729 29 20
- G** Patientenstelle Zentralschweiz
Tel. 041 410 10 14
- G** Beratungsstelle der Pro Infirmis Zug
Tel. 058 775 23 23
- G** eff-zett Kontaktstelle Selbsthilfe
Tel. 041 725 26 15
- G** Fachstelle Sehbehinderung Zentralschweiz
Tel. 041 485 41 41

Kochen und Mittagstische

- K** Mittagstisch Alterszentrum Büel
Tel. 041 784 58 08
- K** Mittagstisch am Donnerstag
Tel. 041 780 38 38 (Pfarreiheim)
Tel. 041 780 65 58 (Saal der Reformierten Kirche jeweils am ersten Donnerstag im Monat)
- K** Alltagsassistenten der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- G** Tavolata Tischgemeinschaften (Migros Kulturprozent)
Tel. 044 277 22 19
- G** Tavolata Tischgemeinschaften (Pro Senectute Kanton Zug)
Tel. 041 727 50 69
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

Mahlzeitendienste

- K** Frischmahlzeitendienst der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Tanz, Spiel und Spass

- M** Seniorinnen- und Seniorenturnen des Turnvereins Cham
Tel. 079 335 01 52 (Seniorinnen)
Tel. 041 780 57 64 (Senioren)
- K** Café und Mittagstisch im Alterszentrum Büel Cham
Tel. 041 784 58 08
- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Soziale Aktivitäten, Geselligkeit

Besuchs- und Begleitdienste

- G** Besuchs- und Begleitdienst des SRK Kantonalverbands Zug
Tel. 041 711 46 20

- G** Ökumenische Wegbegleitung
des Kantons Zug
Tel. 041 785 56 25
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

Bewegung und Sport

- M** Chamer Senioren wandern
Tel. 041 780 63 60
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- M** Seniorinnen- und Seniorenturnen
des Turnvereins Cham
Tel. 079 335 01 52 (Seniorinnen)
Tel. 041 780 57 64 (Senioren)
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

Feste und Anlässe

www.cham.ch
www.cham-tourismus.ch
www.zug-tourismus.ch
www.zugerkultur.ch
www.veranstaltungen.zug.ch
www.myswitzerland.com

Kochen und Essen, Mittagstische

- K** Mittagstisch im Alterszentrum Büel
Tel. 041 784 58 08
- K** Mittagstisch am Donnerstag
Tel. 041 780 38 38 (Pfarreiheim)
Tel. 041 780 65 58 (Saal der Reformierten Kirche jeweils am ersten Donnerstag im Monat)

- K** Alltagsassistent der Pro Senectute
Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58
- G** Tavolata Tischgemeinschaften
(Migros Kulturprozent)
Tel. 044 277 22 19
- G** Tavolata Tischgemeinschaften
(Pro Senectute Kanton Zug)
Tel. 041 727 50 66
- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

Kontakt- und Vernetzungsplattformen

- G** Benevol Zug, Stellenbörse
für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Kontaktplattform der Pro Senectute
Zug
Tel. 041 727 50 67
- G** online Kontaktplattform
www.sozialkontakt.ch

Kreatives

- M** Kursangebote der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 544 16 79
- G** Strickhöck der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 780 77 49
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
Protestantischer Frauenverein
Tel. 041 780 22 91

Sich freiwillig engagieren

- G** Benevol Zug, Fachstelle für Freiwilligenarbeit
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- G** Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 544 16 79
- G** Protestantischer Frauenverein
Tel. 041 780 22 91
- G** Pro Senectute Zug
Tel. 041 727 50 20
- G** Pfarrei St. Jakob Cham
Tel. 041 780 38 38
- G** Reformierte Kirche Cham
Tel. 041 780 65 58
- G** Alterszentrum Büel Cham
Tel. 041 784 58 08
- G** Freiwilligenarbeit des SRK Kantonalverbands Zug
Tel. 041 711 46 20
- G** Taxi Zug
Tel. 041 711 84 84
- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
Vereinsverzeichnis Cham
www.cham.ch

Spielen

- G** Veranstaltungen im Alterszentrum Büel Cham
Tel. 041 784 58 08
- M** Kafihöckli der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 780 43 57
- G** Besuchs- und Begleitdienst des SRK Kantonalverbands Zug
Tel. 041 711 46 20
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01

- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch

Treffangebote (z. B. Café-Höck)

- K** Café und Mittagstische im Alterszentrum Büel Cham
Tel. 041 784 58 08
- M** Kafihöckli der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 780 43 57
- G** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Männertreff der Reformierten Kirche Cham
Tel. 041 780 65 58
- M** Protestantischer Frauenverein Cham
Tel. 041 780 22 91
- G** Seniorentreff der Reformierten Kirche Cham
Tel. 041 780 11 74
- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- K** Frauekafi im Fuhrwerk
Tel. 041 760 12 72
- G** Café Interkulturell – das Quartierkafi
Tel. 041 723 89 60
- G** Café Interkulturell – das Sprachkaffee
Tel. 078 646 41 01
- G** Zuger TrauerCafé
Spitalseelsorge des Zuger Kantons-spital
Tel. 041 399 11 11 oder
- K** Fachbereich Palliative Care der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29

Betreuung, Pflege, Behandlung, Entlastung von Angehörigen

Demenz

- K** Fachbereich Demenz der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
Beratungsdienst der Schweizerischen Alzheimervereinigung Zug
Tel. 041 760 05 60
- K** Entlastungsdienst für pflegende Angehörige des SRK Kantonalverbands Zug
Tel. 041 710 59 45
- G** Amnesia – Hausbesuche für Menschen mit Demenz
Tel. 041 760 05 60

Fachärzte

- G** Online-Ärzteverzeichnis
www.doktor.ch

Ferienplätze für Menschen mit Pflegebedarf

- K** Subventionierte Ferienbetten im Pflegezentrum Baar
Tel. 041 767 51 51
- K** Subventionierte Ferienbetten im Chlösterli Unterägeri
Tel. 041 754 66 00
- K** Alterszentrum Büel
Tel. 041 784 58 08
- K** Pflegezentrum Ennetsee Cham
Tel. 041 784 06 90

Hausärzte

- K** Dr. med. Beat Bumbacher
Tel. 041 720 44 44
- K** Dr. med. Erika Burghardt-Murali
Tel. 041 784 05 35

- K** Dr. med. Mladen Mistic
Tel. 041 780 70 33
- K** Dr. med. Beat Muff
Tel. 041 780 29 22
- K** Dr. med. Gisela Pfister-Hotz
Tel. 041 784 05 00
- K** Dr. med. Christoph Schnyder
Tel. 041 784 05 38

Kliniken und Spitäler

- K** AndreasKlinik Cham Zug
Tel. 041 784 07 84
- K** Zuger Kantonsspital Baar
Tel. 041 399 11 11
- K** Klinik Adelheid, Zentrum für Rehabilitation und Nachbehandlung Unterägeri
Tel. 041 754 30 00
- K** Psychiatrische Klinik Zugersee Oberwil
Tel. 041 726 33 00
- K** Klinik Meissenberg, Psychiatrische Klinik für Frauen Zug
Tel. 041 726 57 57
- K** Psychiatrische Klinik Littenheid
Tel. 071 929 60 60
- G** Online-Klinikverzeichnis
www.doktor.ch

Medizinische Notfälle

- K** Notruf des Zuger Rettungsdienstes
Tel. 144
- K** Notfallpraxis der Zuger Ärzte (falls Hausarzt nicht erreichbar ist)
Tel. 0900 008 008
- K** Notfall, AndresaKlinik Cham Zug
Tel. 041 784 01 44
- G** Notfalldienst Zuger Apotheken
Tel. 041 720 10 00

Nachtdienste

- K** Ambulante pflegerische Leistungen der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29

- K** Tag-/Nachtstation des Pflegezentrums Ennetsee Cham
Tel. 041 784 06 90
- K** Alltagsassistent der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58

Pflege im Heim

- K** Pflegezentrum Ennetsee Cham
Tel. 041 784 06 90
- K** Alterszentrum Büel Cham
Tel. 041 784 58 08

Pflege zu Hause

- K** Pflegerische Leistungen der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- K** Entlastungsdienst für pflegende Angehörige des SRK Kantonalverbands Zug
Tel. 041 710 59 45
- K** Hilfsmittelvermietung des Samaritervereins Cham
Tel. 041 780 54 58
- K** Rotkreuz-Notruf, Hilfe auf Knopfdruck des SRK Kantonalverbands Zug
Tel. 041 710 59 46
- G** Liste mit privaten Spitexdiensten www.cham.ch → Gesellschaft → Gesundheit, Krankheit und Pflege → Pflege, Betreuung, spezialisierte Angebote

Psychische Belastung

- K** Ambulante Psychiatrische Dienste des Kantons Zug
Tel. 041 723 66 00
- K** Fachbereich Psychiatrische Pflege der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Die Dargebotene Hand
Tel. 143

- G** Pfarrei St. Jakob Cham
041 785 56 25
- K** Klinik Meissenberg, Psychiatrische Klinik für Frauen
Tel. 041 726 57 57
- K** Psychiatrische Klinik Zugersee
Tel. 041 726 33 00
- K** Psychiatrische Klinik Littenheid
Tel. 071 929 60 60

Soziale Notfälle und Krisen

- G** Sozialdienst der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 88 00
- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Amt für Kindes- und Erwachsenenschutz des Kantons Zug
www.zg.ch
- G** Sozialdienst der Pfarrei St. Jakob Cham
Tel. 041 785 56 25

Sterbebegleitung

- K** Fachbereich Palliative Care der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Hospiz Zug, Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen
Tel. 079 324 64 46
- K** Alltagsassistent der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 58

Sucht

- G** Suchtberatung des Kantons Zug
Tel. 041 728 39 39
- G** Anonyme Alkoholiker
Tel. 0848 848 885
- G** Beratungshotline des Blauen Kreuzes
Tel. 062 837 70 10

- G** Online-Beratung zu Suchtf Fragen
www.safezone.ch

Tagesheim

- K** Tagesheim des Pflegezentrums
Ennetsee Cham
Tel. 041 784 06 90
- K** Tagesheim des Pflegezentrums
Baar
Tel. 041 767 52 55

Umzug, neues Zuhause

- G** Fachberatung für Altersfragen der
Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- K** Möbelabholdienst des Brocki Zug
Tel. 041 725 26 91
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 078 646 41 01
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für
Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevol-zug.ch
- K** Jobbörse von GGZ@Work
Tel. 041 727 61 71
- G** Wohnberatung der Pro Senectute
Zug
Tel. 041 727 50 58
- M** Beratungsstelle für hindernisfreies
Bauen
Tel. 058 775 23 23

Geistige Aktivitäten, Bildung

Gedächtnistraining

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50

Kurse

(Sprachen, Computer, Kochen usw.)

- G** Kurse für Freiwillige der Fachstelle
für Freiwilligenarbeit Benevol Zug
Tel. 041 720 45 17
- K** Musikunterricht für Erwachsene
der Muikschule Cham
Tel. 041 723 22 42
- K** Deutsch lernen in der Gemeinde
Tel. 044 723 88 00
- M** Kurse der Frauengemeinschaft
Cham
Tel. 041 544 16 79
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Erwachsenenbildung der Refor-
mierten Kirche Cham
Tel. 041 780 11 74
- K** SeniorInnen-Universität Zürich
Tel. 044 635 66 66
- K** SeniorInnen-Volksschule Luzern
Tel. 041 410 22 71

Lesen

- G** Bibliothek der Einwohnergemeinde
Cham
Tel. 041 723 89 00

Spirituelles

- M** Angebote der Frauengemeinschaft
Cham
Tel. 041 544 16 79

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- G** Pfarrei St. Jakob Cham
Tel. 041 785 56 25
Reformiertes Pfarramt Cham
Tel. 041 780 11 74

Kreative Aktivitäten, Kunst, Musik, Kultur

Basteln, Malen und Gestalten

- M** Kurse der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 544 16 79
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50

Fotografie

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Zug
Tel. 041 727 50 50

Kulturausflüge, Reisen, Theater- und Konzertbesuche

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50

Lesezirkel, Schreib- und Literaturgruppen

- M** Angebote und Kurse der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 544 16 79
- G** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50

Musizieren und Musik hören

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- M** Lusingando Chor Cham
Tel. 041 780 01 35
- G** Kirchenchor St. Jakob Cham
Tel. 041 780 53 24
- K** Musikunterricht für Erwachsene der Muikschule Cham
Tel. 041 723 22 42
- M** Musikgesellschaft Cham
Tel. 041 780 71 59
- M** Orchester Cham-Hünenberg
Tel. 077 401 69 11
- G** Kirchenchor Niederwil
Tel. 041 740 60 05
- M** Jodelclub Schlossgruess
Tel. 041 780 77 44

Stricken, Nähen

- M** Kurse der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 544 16 79
- G** Strickhöckli der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 780 77 49
- G** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Sectute Kanton Zug
Tel. 041 727 50 50
- M** Männerchor Cham
Tel. 041 780 47 12
- M** Männerchor Hagendorn
Tel. 041 790 18 82

Theater spielen

- M** Volksbühne Cham
Tel. 041 871 09 69



Adressverzeichnis

A

Adelheid, Zentrum für Rehabilitation und Nachbehandlung

Höhenweg 71, 6314 Unterägeri
Tel. 041 754 30 00
info@klinik-adelheid.ch
www.klinik-adelheid.ch

AHV-Zweigstelle

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 723 87 24
ahv-zweigstelle@cham.ch
www.cham.ch

Altern in Cham

c/o Gemeinwesenarbeit Cham
Hünenbergerstrasse 3, 6330 Cham
Tel. 041 723 89 60
quartierbuero@cham.ch
www.cham.ch

Alltagsassistenz Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 727 50 58
alltagsassistenz@zg.pro-senectute.ch
www.zg.pro-senectute.ch

Alterszentrum Büel

Rigistrasse 3, 6330 Cham
Tel. 041 784 58 08
info@buel-cham.ch
www.buel-cham.ch

Alterswohnungen Büel

Rigistrasse 3, 6330 Cham
Tel. 041 784 58 08
info@buel-cham.ch
www.buel-cham.ch

Ambulante Psychiatrische Dienste des Kantons Zug

Rathausstrasse 1, 6340 Baar
Tel. 041 723 66 00
www.zg.ch

Alzheimervereinigung Zug

Gotthardstrasse 30, 6300 Zug
Tel. 041 760 05 60
info.zug@alz.ch
www.alz.ch/zg

Amt für Wohnungswesen des Kantons Zug

Industriestrasse 24, 6301 Zug
Tel. 041 728 37 30
aww.zug@vd.ch
www.zg.ch/vd

Andreasklinik Cham Zug

Rigistrasse 1, 6330 Cham
Tel. 041 784 07 84
info.andreasklinik@hirslanden.ch
www.hirslanden.ch

Ärztinnen und Ärzte

Siehe Seite 16 oder
www.doktor.ch

Senioren-Auftragsdienst der Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 711 83 46
alltagsassistenz@zg.pro-senectute.ch
www.zg.pro-senectute.ch

Ausgleichskasse Zug

Baarerstrasse 11, 6302 Zug
Tel. 041 560 47 00
info@akzug.ch
www.akzug.ch

B

Behindertenseelsorge Seelsam, Ökumenische Seelsorge für Menschen mit Behinderung

Bundesstrasse 15, 6300 Zug

Tel. 041 711 35 23 (ref.)

Tel. 041 711 35 21 (kath.)

www.ref-zug.ch unter

Dienste und Angebote → Seelsorge

www.punktdiakonie.ch unter

Institutionen → Spezialseelsorge

Beratungsdienste triangel der Reformierten Kirche Kanton Zug

Bundesstrasse 15, 6300 Zug

Tel. 041 728 80 80

info@triangel-zug.ch

www.triangel-zug.ch

Beratungsstelle für hindernisfreies Bauen

Baarerstrasse 43, 6330 Zug

Tel. 058 775 23 23

zug@proinfirmis.ch

www.proinfirmis.ch

Benevol Zug, Fachstelle für Freiwilligenarbeit

Schanz 4, 6300 Zug

Tel. 041 720 45 17

info@benevol-zug.ch

www.benevol-zug.ch

Beratungsstelle für Hör- und Sprachbehinderte

Hirschmattstrasse 25, 6006 Luzern

Tel. 041 228 63 39

zentralschweiz@bfsug.ch

www.gehoerlosenfachstellen.ch

Beobachter helponline

www.beratung.beobachter.ch

Bestattungsamt der Einwohnergemeinde Cham

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham

Tel. 041 723 87 40

zivilstandsamt@cham.ch

www.cham.ch

Bibliothek der Einwohnergemeinde Cham

Dorfplatz, 6330 Cham

Tel. 041 723 89 00

info@bibliothek-cham.ch

www.bibliothek-cham.ch

Brocki Zug (Frauenzentrale Zug)

Äussere Güterstrasse 10, 6300 Zug

Tel. 041 725 26 90

info@brockizug.ch

www.brockizug.ch

Büroservice GGZ@Work

Riedstrasse 9, 6330 Cham

Tel. 041 748 51 70

bueroservice@ggz.ch

www.ggzatwork.ch

C

Café Interkulturell

c/o Gemeinwesenarbeit Cham

Hünenbergerstrasse 3, 6330 Cham

Tel. 041 723 89 60

quartierbuero@cham.ch

www.cham.ch

Caritas-Markt Baar

Bahnhofstrasse 8a, 6340 Baar

Tel. 041 368 52 70

baar@camarkt.ch

www.caritas-markt.ch

Chamer Senioren wandern

c/o Lisa Herms
Zugerstrasse 62, 6330 Cham
Tel. 041 780 63 60
chamer.senioren.wandern@gmail.com
www.cham.ch

Clenia Littenheid AG

9573 Littenheid
Tel. 071 929 60 30
info.littenheid@clenia.ch
www.clenia.ch

D

Diabetes-Gesellschaft des Kantons Zug

Artherstrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 727 50 64
info@dgz.ch
www.dgz.ch

E

eff-zett das Fachzentrum, Frauenzentrale Zug

Tirolerweg 8, 6330 Zug
Tel. 041 725 26 00
info@eff-zett.ch
www.eff-zett.ch

Einwohnergemeinde Cham

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 723 88 88
info@cham.ch
www.cham.ch

Erbschaftsamt der Einwohnergemeinde Cham

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 723 87 40
zivilstandsamt@cham.ch
www.cham.ch

Ergänzungsleistungen zur AHV

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 723 87 24
ahv-zweigstelle@cham.ch
www.cham.ch

F

Fachberatung für Altersfragen Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 727 50 50
info@zg.pro-senectute.ch
www.zg.pro-senectute.ch

Fachstelle Hindernisfreies Bauen

Pro Infirmis Uri Schwyz Zug
Baarerstrasse 43, 6300 Zug
Tel. 058 775 23 28
beat.husmann@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch

Fachbereich Palliative Care

Spitex Kanton Zug
Neuhofstrasse 21, 6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
info@spitexzug.ch
www.spitexzug.ch

Fachstelle Sehbehinderung Zentralschweiz fsz

Maihofstrasse 95c, 6006 Luzern
Tel. 041 485 41 41
info@fs-z.ch
www.fs-z.ch

Rotkreuz-Fahrdienst des SRK Kantonalverbands Zug

General Guisan Strasse 22, 6303 Zug
ab September 2017:
Langgasse 47, 6340 Baar
Tel. 041 710 59 46
info@srk-zug.ch
www.srk-zug.ch

Fahrdienst Tixi Zug

General-Guisan-Strasse 22, 6300 Zug

Tel. 041 711 84 84

info@tixizug.ch

www.tixizug.ch

Fit plus, Fitness- und Bewegungscenter

Rigistrasse 3, 6330 Cham

Tel. 041 784 58 19

fitplus@buel-cham.ch

www.buel-cham.ch

Frauengemeinschaft Cham

Schluechtstrasse 19, 6330 Cham

Tel. 041 544 16 79

info@frauengemeinschaftcham.ch

www.frauengemeinschaftcham.ch

Frauenkafi im Fuhrwerk

c/o Gemeinwesenarbeit Cham

Hünenbergerstrasse 3, 6330 Cham

Tel. 041 760 12 72 und 041 723 89 60

mheinzer@bluewin.ch

www.facebook.com/frauenkafi

G

Gemeinnützige Baugenossenschaft Cham

Mugerenstrasse 5, 6330 Cham

Tel. 041 780 88 85

info@gbc-cham.ch

www.gbc-cham.ch

Gemeinwesenarbeit der Einwohnergemeinde Cham

Hünenbergerstrasse 3, 6330 Cham

Tel. 041 723 89 60

quartierbuero@cham.ch

www.cham.ch

Genossenschaft KISS Cham

Obermühlestrasse 8, 6300 Cham

Tel. 078 646 41 01

cham@kiss-zeit.ch

www.kiss-zeit.ch

GGZ@WORK Recycling

Altgasse 46b, 6340 Baar

Tel. 041 763 23 13

recycling@ggz.ch

www.ggzatwork.ch

H

Hauseigentümerverband Zugerland

Dorfstrasse 16, 6341 Baar

Tel. 041 710 65 20

hev.sekretariat@bluewin.ch

www.hev-zugerland.ch

Hausverein Zentralschweiz

Brüggligasse 2, 6004 Luzern

Tel. 041 422 03 33

zentralschweiz@hausverein.ch

www.hausverein.ch

Hilfsmittelvermietung

Samariterverein Cham

Sinserstrasse 38, 6330 Cham

Tel. 041 780 54 58

krankenmobilen@samariter-cham.ch

www.samariter-cham.ch

Hindernisfreies Bauen

Pro Infirmis Uri Schwyz Zug

Baarerstrasse 43, 6300 Zug

Tel. 058 775 23 28

ur-sz-zg@proinfirmis.ch

www.proinfirmis.ch

Hospiz Zug

Begleitung schwer kranker
und sterbender Menschen
Postfach 821, 6301 Zug
Tel. 079 324 64 46
leitstelle@hospiz-zug.ch
www.hospiz-zug.ch

Informationsplattform Wohnen im Alter

www.wohnform50plus.ch

Informationsplattform für Altersfragen

www.infosenior.ch

insieme Cerebral Zug

Fabrikstrasse 5, 6330 Cham
Tel. 041 710 85 00
info@insieme-cerebral.ch
www.insieme-cerebral.ch

J

Jodelclup Schlossgruess

6330 Cham
Tel. 041 780 77 44

K

Kafihöckli, Frauengemeinschaft Cham

Allmendweg 13, 6330 Cham
Tel. 041 780 43 57
susannegrüeter@hotmail.com
www.frauengemeinschaftcham.ch

Kantonaler Senioren-Verband Zug KSVZ

Hasenbergstrasse 38, 6312 Steinhausen
Tel. 041 741 18 25
kellerzahno@sunrise.ch
www.seniorenzug.ch

Kantonsspital Zug

Landhausstrasse 11, 6340 Baar
Tel. 041 399 42 50
info@zgks.ch
www.zgks.ch

Katholisches Pfarramt St. Jakob

Kirchbühl 10, 6330 Cham
Tel. 041 780 38 38
pfarramt@pfarrei-cham.ch
www.pfarrei-cham.ch

KESB, Amt für Kindes- und Erwachsenenschutz

Bahnhofstrasse 12, PF 12, 6301 Zug
Tel. 041 723 79 70
info.kes@zg.ch
www.zg.ch

Kirchenchor Niederwil Niederwil, 6330 Cham

Tel. 041 740 60 05
www.kirchenchor-niederwil.ch

Kirchenchor St. Jakob Cham

Rehmatt 6, 6332 Hagendorn
Tel. 041 780 53 24
www.pfarrei-cham.ch

KISS Genossenschaft Cham

Obermühlestrasse 8, 6300 Cham
Tel. 078 646 41 01
cham@kiss-zeit.ch
www.kiss-zeit.ch

Klinik Adelheid, Zentrum für Rehabilitation und Nachbehandlung

Höhenweg 71, 6314 Unterägeri
Tel. 041 754 30 00
info@klinik-adelheid.ch
www.klinik-adelheid.ch

Klinik Meissenberg, Psychiatrisch-Psychotherapeutische Klinik für Frauen

Meissenbergstrasse 17, 6301 Zug

Tel. 041 726 57 57

info@meissenberg.ch

www.meissenberg.ch

Klinik Zugersee, Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie

Widenstrasse 55, 6317 Oberwil ZG

Tel. 041 726 33 00

info@pkzs.ch

www.klinik-zugersee.ch

Kontaktplattform Pro Senectute

Ägerstrasse 52, 6300 Zug

Tel. 041 727 50 67

info@zg.pro-senectute.ch

www.zg.pro-senectute.ch

Kontaktplattform online

www.sozialkontakt.ch

Kontaktstelle Selbsthilfe

Tirolerweg 8, 6300 Zug

Tel. 041 725 26 15

selbsthilfe@eff-zett.ch

www.eff-zett.ch

Krankenmobilen Samariterverein Cham

Sinserstrasse 38, 6330 Cham

Tel. 041 780 54 58

krankenmobilen@samariter-cham.ch

www.samariter-cham.ch

Krebsliga Zug

Alpenstrasse 14, 6300 Zug

Tel. 041 720 20 45

info@krebbsliga-zug.ch

www.krebbsliga-zug.ch

K-Tipp

Postfach 431, 8024 Zürich

Tel. 044 253 83 83

beratung@ktipp.ch

www.ktipp.ch

Kulturlegi Caritas Zentralschweiz

Brünigstrasse 25, 6002 Luzern

Tel. 041 368 52 22

kulturlegi@caritas-luzern.ch

www.kulturlegi.ch

L

Lungenliga Luzern-Zug

Landhausstrasse 19, 6340 Baar

Tel. 041 429 31 10

info@lungenliga-lu.zg.ch

www.lungenliga.ch

Lusingando Chor Cham

Allmendweg 13, 6330 Cham

Tel. 041 780 01 35

lusingando@datazug.ch

www.lusingando.ch

M

Männerchor Cham

Röhrliberg 38, 6330 Cham

Tel. 041 780 47 12

www.zempdata.ch/mcc.htm

Männerchor Hagendorn

Parkweg 2, 6330 Cham

Tel. 041 790 18 82

maennerchor.hagendorn@gmx.ch

www.maennerchor-hagendorn.ch

Mieterinnen- und Mieterverband Zug

Industriestrasse 22, 6302 Zug

Tel. 041 710 00 88

mvzug@bluewin.ch

www.mieterverband.ch

Möbelabholdienst Brockenhäuser der Frauenzentrale Zug

Tirolerweg 8, 6330 Zug

Tel. 041 725 26 91

info@brockizug.ch

www.brockizug.ch

Multiple Sklerose Gesellschaft Zug

Tel. 041 750 36 87

info@multiplesklerose.ch

www.multiplesklerose.ch

Musikgesellschaft Cham

Postfach, 6330 Cham

Tel. 041 780 71 59

info@mgcham.ch

www.mgcham.ch

Musikschule der Einwohnergemeinde Cham

Schulhausstrasse 1, 6330 Cham

Tel. 041 723 88 42

info@musikschulecham.ch

www.musikschulecham.ch

N

Nachbarschaftshilfe der KISS Genossenschaft Cham

Obermühlestrasse 8, 6300 Cham

Tel. 078 646 41 01

cham@kiss-zeit.ch

www.kiss-zeit.ch

Notariat der Einwohnergemeinde Cham

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham

Tel. 041 723 87 05

notariat@cham.ch

www.cham.ch

Rotkreuz-Notruf – Hilfe auf Knopfdruck

SRK Kantonalverband Zug

General Guisan Strasse 22, 6303 Zug

ab September 2017:

Langgasse 47, 6340 Baar

Tel. 041 710 59 46

info@srk-zug.ch

www.srk-zug.ch

O

Ökumenische Seelsorge für Menschen mit Behinderung, Seelsam

Bundesstrasse 15, 6300 Zug

Tel. 041 711 35 23 (ref.)

Tel. 041 711 35 21 (kath.)

www.ref-zug.ch → Dienste und

Angebote → Seelsorge

www.punktdiakonie.ch → Institutionen

→ Spezialseelsorge

Ökumenische Wegbegleitung der Katholischen Pfarrei Cham St. Jakob

Kirchbühl 10, 6330 Cham

Tel. 041 785 56 25 und 041 780 38 38

gerd.zimmermann@pfarrei-cham.ch

www.pfarrei-cham.ch

Ombudsstelle Kanton Zug

Alpenstrasse 14, 6300 Zug

Tel. 041 711 71 45

ombudsstelle@zg.ch

www.ombudsstelle-zug.ch

Orchester Cham-Hünenberg

Tel. 077 401 69 11

info@orchester-cham-huenenberg.ch

www.orchester-cham-huenenberg.ch

Palliativ Zug

Neuhofstrasse 21, 6340 Baar
 Tel. 041 729 29 20
info@palliativ-zug.ch
www.palliativ-zug.ch

Parkinson Schweiz

Geschäftsstelle 12a, 8132 Egg
 Tel. 043 277 20 77
info@parkinson.ch
www.parkinson.ch

Patientenberatung des Zuger Kantonsspitals

Landhausstrasse 11, 6340 Baar
 Tel. 041 399 42 50
patientenberatung@zgks.ch
www.zgks.ch

Patientenstelle Zentralschweiz

St. Karliquai 12, 6000 Luzern
 Tel. 041 410 10 14
patientenstelle.luzern@bluewin.ch
www.zentralschweiz.patientenstelle.ch

Pfarramt St. Jakob

Kirchbühl 10, 6330 Cham
 Tel. 041 780 38 38
pfarramt@pfarrei-cham.ch
www.pfarrei-cham.ch

Pflegezentrum Ennetsee

Rigistrasse 1, 6330 Cham
 Tel. 041 784 06 84
info@pfz-ennetsee.ch
www.pfz-ennetsee.ch

Pflegezentrum Baar

Landhausstrasse 17/19, 6340 Baar
 Tel. 041 767 51 51
info@pflegezentrum-baar.ch
www.pflegezentrum-baar.ch

Pflegezentrum Chlösterli

Chlösterli, 6314 Unterägeri
 Tel. 041 754 66 00
info@chloesterli.ch
www.chloesterli.ch

Pro Infirmis Kanton Zug

Baarerstrasse 43, 6300 Zug
 Tel. 058 775 23 23
zug@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch

Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
 Tel. 041 727 50 50 (Geschäftsstelle)
 Tel. 041 727 50 53 (Fachberatung für Altersfragen)
info@zg.pro-senectute.ch
www.zg.pro-senectute.ch

Protestantischer Frauenverein

Mugerenstrasse 3, 6330 Cham
 Tel. 041 780 22 91
anihaller@sunrise.ch
www.ref-zug.ch/cham

Psychiatrische Klinik Littenheid

9573 Littenheid
 071 929 60 30
info.littenheid@clenia.ch
www.clenia.ch

Psychiatrisch-Psychotherapeutische Klinik Meissenberg für Frauen

Meissenbergstrasse 17, 6301 Zug
 Tel. 041 726 57 57
info@meissenberg.ch
www.meissenberg.ch

Psychiatrische Klinik Zugersee

Widenstrasse 55, 6317 Oberwil ZG
 Tel. 041 726 33 00
info@pkzs.ch
www.klinik-zugersee.ch

Q

Quartierbüro der Einwohnergemeinde Cham

Jugend- und Gemeinwesenarbeit
Hünenbergerstrasse 3, 6330 Cham
Tel. 041 723 89 60
quartierbuero@cham.ch
www.cham.ch

R

Rechtsberatung des Advokatenvereins des Kantons Zug

Dorfstrasse 16, 6340 Baar
Tel. 041 767 46 46
info@advokaten-zug.ch
www.advokaten-zug.ch

Rechtsberatung Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 727 50 55
info@zg.pro-senectute.ch
www.zg.pro-senectute.ch
Rechtsberatung Beobachter helponline
www.beratung.beobachter.ch

Reformiertes Pfarramt Cham

Sinserstrasse 21 u. 27, 6330 Cham
Tel. 041 780 11 74 (Micheal Sohn)
Tel. 041 780 67 26 (Rahel Albrecht)
michael.sohn@ref-zug.ch
rahel.albrecht@ref-zug.ch
www.ref-zug.ch/cham

Rheumaliga Zug

Sonnenberggrain 7, 6423 Seewen
Tel. 041 750 39 29
info.zg@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch

S

SAC Rossberg Senioren 50+

Bachweg 8, 6313 Edlibach
Tel. 041 755 34 72
senioren@sac-zug.ch
www.sac-zug.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK)

Kantonalverband Zug
General-Guisan-Strasse 22, 6303 Zug
ab September 2017:
Langgasse 47, 6340 Baar
Tel. 041 710 59 46
info@srk-zug.ch
www.srk-zug.ch

Selbsthilfe Kontaktstelle

Tirolerweg 8. 6300 Zug
Tel. 041 725 26 15
selbsthilfe@eff-zett.ch
www.eff-zett.ch

Seniorenforum Cham

c/o Gemeinwesenarbeit Cham
Hünenbergerstrasse 3, 6330 Cham
Tel. 041 723 89 60
quartierbüro@cham.ch
www.cham.ch

Senioren-Verband Zug KSVZ

Hasenbergstrasse 38, 6312 Steinhausen
Tel. 041 741 18 25
kellerzahno@sunrise.ch
www.seniorenzug.ch

Sozialdiakonische Dienste der Reformierten Kirche Cham

Sinserstrasse 27, 6330 Cham
Tel. 041 780 65 58
annette.plath@ref-zug.ch
martin.plath@ref-zug.ch
www.ref-zug.ch/cham

Sozialdienst der Einwohnergemeinde Cham

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham

Tel. 041 723 88 00

sozialdienst@cham.ch

www.cham.ch

Sozialdienst der Pfarrei St. Jakob

Kirchbühl 10, 6330 Cham

Tel. 041 785 56 25

gerd.zimmermann@pfarrei-cham.ch

www.pfarrei-cham.ch

Sozialverzeichnis des Kantons Zug

www.sozialverzeichnis.zg.ch

Spitalseelsorge Zuger Kantonsspital

Landhausstrasse 11, 6340 Baar

Tel. 041 399 11 11

info@zgks.ch

www.zgks.ch

Spitex Kanton Zug

Neuhofstrasse 21, 6340 Baar

Tel. 041 729 29 29

info@spitexzug.ch

www.spitexzug.ch

Strickhöck, Frauengemeinschaft Cham

St. Jakobstrasse 30, 6330 Cham

Tel. 041 780 77 49

alice.gwerder@gmx.ch

www.frauengemeinschaftcham.ch

Suchtberatung Kanton Zug

Ägerstrasse 56, 6300 Zug

Tel. 041 728 39 39

gesund@zg.ch

www.zg.ch

Suchplattform für Altersfragen

www.infosenior.ch

T

Tauschplattform Zuger helfen Zugern

www.zugerhelfenzugern.ch

Tavolata Tischgemeinschaften, Migros Kulturprozent

Josefstrasse Postfach 214, 8031 Zürich

Tel. 044 277 22 19

info@tavolata.net

www.tavolata.net

Tavolata Tischgemeinschaften Pro Senectute Kanton Zug

Ägerstrasse 27, 6330 Zug

Tel. 041 727 50 50

info@zg.pro-senectute.ch

www.zg.pro-senectute.ch

Tixi Zug

General-Guisan-Strasse 22, 6300 Zug

Tel. 041 711 84 84

info@tixizug.ch

www.tixizug.ch

Trainingszentrum Benefit Zuger Kantonsspital

Landhausstrasse 11, 6340 Baar

Tel. 041 399 43 30

sekretariat.therapien@zgks.ch

www.zgks.ch

Triangel Beratungsdienste der Reformierten Kirche Kanton Zug

Bundesstrasse 15, 6304 Zug

Tel. 041 728 80 80

info@triangel-zug.ch

www.triangel-zug.ch

Treuhanddienst Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 727 50 50
info@zg.pro-senectute.ch
www.zg.pro-senectute.ch

Turnverein Cham, Seniorinnen- und Seniorenturnen

Tel. 041 780 57 64 (Senioren)
Tel. 079 335 01 52 (Senioreninnen)
www.tvcham.ch

U

UBA Zentralschweiz, Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter

Malzstrasse 10, 8045 Zürich
Tel. 058 450 60 60
info@uba.ch
www.uba.ch

V

Vereinsverzeichnis Cham

www.cham.ch

Vitaswiss – Sektion Zug-Steinhausen

c/o vitaswiss Interregio
Hofstrasse 1, 6004 Luzern
Tel. 041 417 01 60
info@vitaswiss.ch
www.vitaswiss.ch

Volksbühne Cham

Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 871 09 69
thomas_mueller@datazug.ch
www.volksbuehne.ch

W

Wohnberatung Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 727 50 50
alltagsassistenz@zg.pro-senectute.ch
www.zg.pro-senectute.ch

Wohnen im Alter Informationsplattform

www.wohnform50plus.ch

Z

Zuger helfen Zugern, Tauschplattform

www.zugerhelfenzugern.ch

Zuger Kantonsspital

Landhausstrasse 11, 6340 Baar
Tel. 041 399 42 50
info@zgks.ch
www.zgks.ch

Zuger Senioren-Wandern

c/o Othmar Iten
Eustrasse 3, 6313 Menzingen
Tel. 041 755 15 02
o.iten@bluewin.ch
www.zuger-senioren-wandern.ch

Zuger TrauerCafé

Spitalseelsorge Zuger Kantonsspital
Landhausstrasse 11, 6340 Baar
Tel. 041 399 11 11
info@palliativ-zug.ch
www.palliativ-zug.ch
oder
Fachbereich Palliative Care
Spitex Kanton Zug
Neuhofstrasse 21, 6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
info@spitexzug.ch
www.spitexzug.ch

Notfallnummern

Angehörige

Hausärztin/Hausarzt

Notfallpraxis der Zuger Ärzte	0900 008 008
falls der Hausarzt nicht erreichbar ist	(CHF 3.23/Min.)
Notfalldienst der Zuger Apotheken	041 720 10 00
Ambulanz	144
Polizei	117
Feuerwehr	118
Die Dargebotene Hand	143

Weitere wichtige Nummern

Für Fragen oder Anliegen rund um das Thema Altern in Cham wenden Sie sich an das Quartierbüro der Gemeinwesenarbeit Cham an der Hünenbergerstrasse 3.

Öffnungszeiten (ohne Voranmeldung):

Donnerstag 14 bis 18 Uhr, Freitag 14 bis 16 Uhr.

Telefon 041 723 89 60 (Di bis Fr) oder quartierbuero@cham.ch