



Einwohnergemeinde
Cham

Alle wichtigen Kontakte und
Adressen für Seniorinnen,
Senioren und Angehörige

Altern in Cham



Liebe Leserin, lieber Leser

«Nicht die Jahre in unserem Leben zählen, sondern das Leben in unseren Jahren.» (Adlai E. Stevenson)

Das Älterwerden bringt viele Möglichkeiten und manchmal auch neue Fragen.

Wie kann ich aktiv bleiben, mich einbringen oder Unterstützung finden, wenn ich sie brauche? Vielleicht leben Sie alleine und möchten neue Kontakte knüpfen oder sich engagieren. Gleichzeitig können Veränderungen in Gesundheit, Alltag oder sozialem Umfeld Momente mit sich bringen, die Sie herausfordern und in denen Sie besonders auf gute Informationen und verlässliche Anlaufstellen angewiesen sind.

Das Angebotsverzeichnis «Altern in Cham» hilft Ihnen dabei, den Überblick zu behalten. Es bietet eine umfassende Übersicht über Angebote, Anlaufstellen und Dienstleistungen rund um die Themen Gesundheit, Bewegung, Begegnung, Freizeit, Unterstützung im Alltag, Pflege und Wohnen im Alter.

Entstanden ist die Broschüre in Zusammenarbeit mit den Partnerorganisationen des Netzwerks «Altern in Cham». Gemeinsam setzen wir uns dafür ein, dass ältere Menschen in Cham gut informiert, begleitet und eingebunden sind.

Stöbern Sie in dieser Broschüre, lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie Neues für Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensfreude – ganz im Sinne des Zitats: Es kommt nicht auf die Jahre an, sondern auf das Leben in diesen Jahren.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie hier die Unterstützung und Anregungen finden, die in Ihrer aktuellen Lebenssituation hilfreich sind.

Christine Blättler-Müller
Vorsteherin Soziales und Gesundheit

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



Impressum

Redaktion: Einwohnergemeinde Cham
Soziales und Gesundheit
Postfach, 6330 Cham

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

Alterszentrum Büel
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
Reformierte Kirche Bezirk Cham

Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK),
Kanton Zug
Seniorenforum Cham
Senioren wandern Cham
Spitex Kanton Zug
Tixi Zug
Turnverein 1884 Cham

Auflage: 3000 Exemplare
Ausgabe: Januar 2026
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.



Inhaltsverzeichnis

Notfälle aller Art	5
Beratung und Information	6
Alltagsunterstützung und praktische Hilfe	9
Wohnen und Lebensgestaltung	11
Körperliches Wohlergehen, Fitness	12
Soziale Aktivitäten, Geselligkeit	13
Betreuung, Pflege, Behandlung und Entlastung von Angehörigen	15
Geistige Aktivitäten, Bildung	18
Kreative Aktivitäten, Kunst, Musik, Kultur	19
Adressverzeichnis	20
Notfallnummern	32

Gebrauchsanleitung

So benutzen Sie das Verzeichnis:

- Schauen Sie ins Inhaltsverzeichnis (Seite 4).
 - Wählen Sie den passenden Themenbereich (zum Beispiel «Soziale Aktivitäten, Geselligkeit», «Geistige Aktivitäten, Bildung»).
 - Auf der angegebenen Seite finden Sie die Stichworte in alphabetischer Reihenfolge.
 - Unter jedem Stichwort stehen die Organisationen mit Telefonnummer, bei denen Sie direkt Hilfe erhalten.
- Tipp: Weitere Informationen zu den Organisationen finden Sie im Adressverzeichnis ab Seite 20.

Symbolbedeutung

Legende:

- G** Gratisangebot (unentgeltlich)
- M** Es fallen Mitgliedsbeiträge oder Einschreibgebühren sowie Materialkosten oder Spesen an.
- K** kostenpflichtige/-s Angebot (teilweise Kostenübernahme durch die Krankenkasse oder staatliche Ergänzungsleistungen möglich)

Wünschen Sie nähere Angaben zu den einzelnen Organisationen, finden Sie diese im alphabetischen Adressverzeichnis ab Seite 20.

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 60

Polizei	117
Feuerwehr	118
Ambulanz	144

Todesfall	
Bestattungsamt	041 723 87 40

Finanzielle Not	
Sozialdienst	041 723 88 00
Fachberatung für Altersfragen	
Pro Senectute Kanton Zug	041 511 15 20

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 und Information

Budget- und Schuldenberatung

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 20
- G** eff-zett Alimenterinkasso und Bevorschussung
Tel. 041 725 26 20
- G** Triangel Schuldenberatung 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. 041 511 15 20
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- G** Fachstelle Migration
Tel. 041 531 50 00

Demenz

- K** Fachbereich Demenz der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Beratungsstelle Alzheimer Zug
Tel. 041 760 05 60
- K** Dementia Care vom SRK Kanton Zug
Tel. 041 710 59 45
- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11

Ehe- und Paarberatung

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

Ergänzungsleistungen, AHV-Renten

- G** AHV-Ausgleichskasse / IV-Stelle Kanton Zug
Tel. 041 560 47 00
- G** AHV-Zweigstelle der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 24
- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 20

Informationsdienste

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 20
- G** Suchportal für Dienstleistungen im Alter
www.infosenior.ch
- G** Sozialverzeichnis des Kantons Zug
<https://verzeichnisse.zug.ch/directories/sozialverzeichnis>
- G** Anlaufstelle Altern in Cham der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 89 60
- G** Bedarfsabklärungen des SRK Kanton Zug
Tel. 041 710 59 45
- G** Informationswebseiten für Altersfragen:
www.pflege-zug.ch
www.prosenectute.ch

- G** Fachstelle Migration
Tel. 041 531 50 00
- G** Anlaufstelle Einsamkeit und Gemeinschaft der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 89 60

Mediation

- G** eff-zett Familienmediation & Mediation bei Trennung und Scheidung
Tel. 041 725 26 70
- G** Beratungsstelle Mieterinnen- und Mieterverband Zug
Tel. 041 710 00 88

Ombudsstelle, Beratung für Patientinnen und Patienten

- G** UBA Zentralschweiz, Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter
Tel. 0848 00 13 13
- G** Ombudsstelle des Kantons Zug
041 711 71 45
- K** Beratung der Patientenstelle Zentralschweiz
Tel. 041 410 10 14
- G** Schweizerische Patientenorganisation SPO
www.spo.ch

Patientenverfügung, Todesfallregelung

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 20
- K** Hinterlegung von Todesfallregelungen Einwohnerdienste Cham
Tel. 041 723 87 30
- K** Notariat der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 09

- G** Beratung zu Todesfall und Bestattung, Zivilstands- und Bestattungsamt der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 40

Rechtsberatung und -auskünfte

- G** Rechtsberatung Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 20
- K** Advokatenverein des Kantons Zug
info@advokatenverein-zug.ch
- K** Der Beobachter
Tel. 058 510 73 70
- K** Hauseigentümergeverband Zugerland
Tel. 041 710 65 20
- M** Casafair Zentralschweiz
Tel. 031 311 50 55
- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 20

Sicherheit und Gewalt

- G** eff-zett Opferberatungsstelle
Tel. 041 725 26 50
- K** Rotkreuz-Notruf – Hilfe auf Knopfdruck des SRK Kanton Zug
Tel. 041 710 24 33
- G** Zuger Polizei
www.zugerpolizei.ch
- G** Abteilung Verkehr und Sicherheit der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 81
- K** Notfallknopf der Spitex
Tel. 034 447 78 78

Sozialberatung

- G** Sozialdienst der Einwohnergemeinde 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. 041 511 15 20
- G** Beratung in der Gemeinde, Pro Senectute vor Ort in der Ludothek Cham
Tel. 041 511 15 20

Suchtberatung

- G** Beratungshotline Anonyme AlkoholikerInnen
Tel. 0848 848 885
- G** Blaues Kreuz Schweiz
Tel. 031 300 58 60
- G** Online-Beratung zu Suchtfragen
www.safezone.ch
- G** Suchtberatung des Kantons Zug
Tel. 041 594 39 39

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** Seelsam, Ökumenische Seelsorge für Menschen mit Behinderung
www.seelsam.ch
- G** Spitalseelsorge, Zuger Kantonspital
Tel. 041 399 42 63/64 (kath.)
Tel. 041 399 42 62 (ref.)
- G** Fachbereich Palliative Care der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- K** Palliativ Zug
Tel. 078 334 08 80

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

Spazieren und Begleiten

- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- G** Besuchs- und Begleitdienst des SRK Kanton Zug
Tel. 041 711 46 20
- K** Hauswirtschaft und Betreuung der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29

Alltagsunterstützung und praktische Hilfe

Apparate flicken, Bedienung von Geräten erklären (zum Beispiel Computer und Smartphones)

- G** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- G** Repair Café Standortverantwortliche Cham
Tel. 076 443 38 58
info.zug@repair-cafe-zug.ch

Briefkasten leeren und Botengänge

- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58

Einkaufen

- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- K** Hauswirtschaft und Betreuung der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- G** Besuchs- und Begleitdienst des SRK Kanton Zug
Tel. 041 711 46 20
- G** Caritas-Markt Baar
Tel. 041 368 52 70
- G** Foodsharing
Tel. 076 443 38 58
- M** Tischlein deck dich
Tel. 052 224 44 71

Fahrdienste

- K** Tixi Zug
Tel. 041 711 84 84
- K** Rotkreuz-Fahrdienst des SRK Kanton Zug
Tel. 041 710 54 00
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58

Garten- und Balkonarbeiten

- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- K** Jobbörse von GGZ@Work
Tel. 041 546 27 90
jobbuerse@ggz.ch

Haushalt

- K** Hauswirtschaft und Betreuung der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11

Haustierpflege

- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- K** Hauswirtschaft und Betreuung der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29

Mahlzeitendienst und Verpflegung

- K** Restaurant im Alterszentrum Büel
Tel. 041 784 58 08
- K** Mittagstisch am Donnerstag
Allgemeiner Kontakt und Fahrdienst:
Tel. 076 443 38 58
Tel. 076 443 38 58 (Pfarreiheim)
Tel. 041 780 65 58 (Saal der Reformierten Kirche jeweils erster Donnerstag im Monat)
- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- K** Frischmahlzeitendienst der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
www.frischmahlzeitendienst.ch
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58

Persönliche Vorsorge, Reinigungsarbeiten

- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- K** Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** AHV-Ausgleichskasse / IV-Stelle Kanton Zug
Tel. 041 560 47 00
- G** AHV-Zweigstelle der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 24

Sachtransporte mit Personenwagen

- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58

Waschen und Bügeln

- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- K** Hauswirtschaft und Betreuung der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58

Nachbarschaftshilfe

- G** Kontakt- und Anlaufstelle der KISS Genossenschaft Cham
Tel. 076 443 38 58
- G** Benevol Zug, Stellenbörse für Freiwillige
Tel. 041 720 45 17
www.benevolzug.ch

Tauschen

- G** Zuger helfen Zugern
www.zugerhelfenzugern.ch

Umziehen

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 20
- G** Möbelabholdienst Brocki Zug
Tel. 041 725 26 91
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- K** Jobbörse von GGZ@Work
Tel. 041 727 61 71

Wohnen und Lebensgestaltung

Wohnen und Bauen

- K** Alterwohnungen Curaviva
Tel. 041 511 21 28
- K** Wohn- und Sturzberatung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30
- 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 09
- K** Gemeinnützige Baugenossenschaft Cham
Tel. 041 780 88 85
- K** Alterswohnungen Büel des Alterszentrums Büel
Tel. 041 784 58 08
- K** Hauseigentümergeverband Zugerland
Tel. 041 710 65 20
- M** Casafair Zentralschweiz
Tel. 031 311 50 55
- K** Amt für Wohnungswesen des Kantons Zug
Tel. 041 594 11 11
- M** Fachberatung Hindernisfreies Bauen
Tel. 058 775 23 30
- M** Beratungsstelle Mieterinnen- und Mieterverband
Tel. 041 710 00 88
- G** Abteilung Planung und Hochbau der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 87 50

Lebensgestaltung

- G** Sozialdienst der Einwohnergemeinde 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. 041 511 15 20
- G** Triangel Beratungsdienste Kanton Zug
Tel. 041 728 80 80
- G** Reformiertes Pfarramt Cham
Tel. 041 780 11 74

Netzwerk für Seniorinnen und Senioren

- G** Seniorenforum Cham
Tel. 041 723 89 60
- G** Kantonaler Seniorenverband Zug
info@seniorenzug.ch
- G** zämeCHOM
zaemechom@gmail.com

Selbsthilfeangebote und Gesprächsgruppen

- G** Beratungshotline und Selbsthilfegruppen der Anonymen AlkoholikerInnen
Tel. 0848 848 885
- G** Gemeinwesenarbeit der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 89 60
- M** Insieme Cerebral Zug
Tel. 041 710 85 00
- G** Beratungsstelle Zug der Krebsliga Zentralschweiz
Tel. 041 720 20 45
- G** Tavolata Tischgemeinschaften (Migros Kulturprozent)
Tel. 076 319 96 96

- G** Tavolata Tischgemeinschaften (Pro Senectute Kanton Zug)
Tel. 041 511 15 30
- G** Zuger helfen Zugern
www.zugerhelfenzugern.ch
- G** Blaues Kreuz Schweiz
Tel. 031 300 58 60
- G** Konversations-Treff französisch
Tel. 076 443 38 58
- G** Angehörigengruppen von Menschen mit Demenz, Alzheimer Zug
Tel. 041 760 05 60

Körperliches Wohlergehen, Fitness

Bewegung draussen

- M** Chamer Senioren wandern
Tel. 041 780 63 60 (Lisa Herms)
Tel. 041 780 61 86 (Martin Huber)
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30
- G** Zuger Senioren-Wandern
Tel. 041 711 46 20
- G** Smovey
Tel. 076 443 38 58

Entspannung

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30

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. 041 511 15 30
- M** Seniorinnen- und Seniorenturnen des Turnvereins Cham
Tel. 041 760 98 80
Mobile 078 646 54 98

Informationsdienste zu Krankheiten und Sucht

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Zug
Tel. 041 511 15 20
- G** Blaues Kreuz Schweiz
Tel. 031 300 58 60
- G** Beratungsstelle für Schwerhörige und Gehörlose Region Zentralschweiz
Tel. 041 317 31 10
- M** Insieme Cerebral Zug
Tel. 041 710 85 00
- G** Beratungsstelle Zug der Krebsliga Zentralschweiz
Tel. 041 720 20 45
- M** Sozialberatung von Parkinson Schweiz
Tel. 043 277 20 77
- M** Sozialdienst der Rheumaliga Zürich, Zug und Aargau
Tel. 044 405 45 30
- G** Beratungsstelle Alzheimer Zug
Tel. 041 760 05 60
- M** Beratungsdienst von Diabetes Zug
Tel. 041 399 41 42
- G** Online-Beratungsdienst zu Suchtfragen
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 Psychiatrie und Psychotherapie Zug
Tel. 041 747 66 00
- G** Diabetes Zug
Tel. 041 727 50 64
- G** Lungenliga Zentralschweiz
Tel. 041 429 31 10
- G** Palliativ Zug
Tel. 078 334 08 80
- G** Patientenstelle Zentralschweiz
Tel. 041 410 10 14
- G** Beratungsstelle von Pro Infirmis Uri Schwyz Zug
Tel. 058 775 23 23
- G** Fachstelle Sehbehinderung Zentralschweiz
Tel. 041 485 41 41

Soziale Aktivitäten, Geselligkeit

Besuchs- und Begleitdienste

- G** Besuchs- und Begleitdienst des SRK Kanton Zug
Tel. 041 711 46 20
- G** Ökumenische Wegbegleitung des Kantons Zug
Tel. 079 926 33 15
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58

- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- K** Hauswirtschaft und Betreuung der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29

Bewegung und Sport

- M** Chamer Senioren wandern
Tel. 041 780 63 60 (Lisa Herms)
Tel. 041 780 61 86 (Martin Huber)
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30
- M** Seniorinnen- und Seniorenturnen des Turnvereins Cham
Tel. 041 760 98 80
Mobile 078 646 54 98
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- G** Zuger Senioren-Wandern
Tel. 041 711 46 20
- G** Smovey
Tel. 076 443 38 58

Feste und Anlässe

www.cham.ch
www.cham-tourismus.ch
www.zug-tourismus.ch
www.zugkultur.ch
www.guidle.com
www.myswitzerland.com

Gemeinsames Kochen und Essen, Mittagstisch

- K** Restaurant im Alterszentrum Büel
Tel. 041 784 58 08
- K** Mittagstisch am Donnerstag
Allgemeiner Kontakt und
Fahrdienst: Tel. 076 443 38 58
Tel. 041 780 38 38 (Pfarreiheim)
Tel. 041 780 65 58 (Saal der
Reformierten Kirche jeweils am
ersten Donnerstag im Monat)
- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute
Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11
- G** Tavolata Tischgemeinschaften
(Migros Kulturprozent)
Tel. 079 926 33 15
- G** Tavolata Tischgemeinschaften
(Pro Senectute Kanton Zug)
Tel. 041 511 15 30
- G** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- K** Hauswirtschaft und Betreuung
der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29 (Kochen,
nur für Familien)
- M** Interkulturelles Essen und Mehr
Tel. 041 780 65 58
- M** Interkulturelles Kochen
Tel. 076 443 38 58

Kontakt- und Vernetzungsplattformen

- G** Benevol Zug, Fachstelle für
Freiwilligenarbeit
Tel. 041 720 45 17
www.benevolzug.ch/stellen
- M** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- G** online Kontaktplattform von
Pro Communis
www.sozialkontakt.ch

Kreatives

- M** Kursangebote der Frauen-
gemeinschaft Cham
Tel. 044 760 15 88
- G** Strickhöck der Frauengemeinschaft
Cham
Tel. 079 604 15 59
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30

Sich freiwillig engagieren

- G** Benevol Zug, Fachstelle für
Freiwilligenarbeit
Tel. 041 720 45 17
www.benevolzug.ch/stellen
- G** Frauengemeinschaft Cham
Tel. 044 760 15 88
- G** Pro Senectute Zug
Tel. 041 511 15 15
- 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 Kanton Zug
Tel. 041 711 46 20

- G** Tixi Zug
Tel. 041 711 84 84
- M** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- G** Vereinsverzeichnis Cham
www.cham.ch
- G** Hospiz Zug
Tel. 079 324 64 46

Spielen

- M** Kafihöckli der Frauengemeinschaft
Cham
Tel. 041 780 41 24
- G** Besuchs- und Begleitdienst
des SRK Kanton Zug
Tel. 041 711 46 20
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung
der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30
- M** KISS Genossenschaft Cham,
Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- K** Ludothek Cham
Tel. 041 723 89 40

Treffangebote (zum Beispiel Café-Höck)

- M** Kafihöckli der Frauengemeinschaft
Cham
Tel. 041 780 41 24
- G** Kurse zu Bildung und Bewegung
der Pro Senectute Zug
Tel. 041 511 15 30
- G** Männertreff der Reformierten
Kirche Cham
Tel. 041 780 11 74
- G** Seniorentreff der Reformierten
Kirche Cham
Tel. 041 780 65 71
- M** KISS Kafi von KISS Genossenschaft
Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58

- G** Café Interkulturell
Tel. 041 723 89 60
- G** Spitalseelsorge,
Zuger Kantonspital
Tel. 041 399 42 63/64 (kath.)
Tel. 041 399 42 62 (ref.)
- K** Fachbereich Palliative Care
der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
- G** Diverse Treffen im Langhuus
www.langhuus.ch
- G** Träumlikafi in der Ref. Kirche
Tel. 041 780 65 70

Betreuung, Pflege, Behandlung und Entlastung von Angehörigen

Demenz

- K** Fachbereich Demenz
der Spitex Kanton Zug
Tel. 041 729 29 29
Beratungsstelle Alzheimer Zug
Tel. 041 760 05 66
- K** Entlastungsdienst für pflegende
Angehörige des SRK Kanton Zug
Tel. 041 710 59 45
- G** Amnesia Zug – Zugehende
Beratung und Koordination
für Menschen mit Demenz
Tel. 041 760 05 66
- K** Hilfen zu Hause der
Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11

Fachärztinnen und -ärzte

- G** Online-Ärztinnen- und
Ärztverzeichnis
www.doktor.ch

Ferienplätze für Menschen mit Pflegebedarf

- K** Kurzzeit-Aufenthalte im Pflegezentrum Baar
Tel. 041 767 51 65
- K** Pflegezentrum Ennetsee Cham
Tel. 041 784 06 84

Hausärztinnen und -ärzte

- K** Arztpraxis am Dorfplatz
Tel. 041 780 09 45
- K** Dr. med. Kurt Seiler
Tel. 041 781 55 44
- K** Praxis am See Cham
Tel. 041 720 44 44
- K** Dr. med. Mladen Mistic
Tel. 041 780 70 33
- K** Praxis am Bahnhof Cham
Tel. 041 780 29 22

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** Klinik Zugersee Oberwil, Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie, Triaplus
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 84

Pflege im Heim

- K** Pflegezentrum Ennetsee Cham
Tel. 041 784 06 84
- 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** Rotkreuz-Notruf, Hilfe auf Knopfdruck des SRK Kanton Zug
Tel. 041 710 24 33
- G** Liste mit privaten Spitexdiensten www.cham.ch → Gesellschaft → Gesundheit, Krankheit und Pflege → Pflege, Betreuung, spezialisierte Angebote

- K** Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 11

Psychische Belastung

- K** Ambulante Psychiatrische Dienste des Kantons Zug, Triaplus
Tel. 041 747 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
Tel. 041 780 38 38
- K** Klinik Meissenberg, Psychiatrische Klinik für Frauen
Tel. 041 726 57 57
- K** Klinik Zugersee Oberwil, Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie, Triaplus
Tel. 041 726 33 00
- K** Psychiatrische Klinik Littenheid
Tel. 071 929 60 60
- G** Triangel Beratung ref. Kirche Kanton Zug
Tel. 041 728 80 80

Soziale Notfälle und Krisen

- G** Sozialdienst der Einwohnergemeinde Cham
Tel. 041 723 88 00
- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Zug
Tel. 041 511 15 20
- G** Amt für Kindes- und Erwachsenenschutz des Kantons Zug
Tel. 041 594 59 10
- G** Sozialdienst der Pfarrei St. Jakob Cham
Tel. 041 785 56 25

- G** Triangel Beratung ref. Kirche Kanton Zug
Tel. 041 728 80 80

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

Sucht

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

Tagesheim

- K** Tagesheim des Pflegezentrums Ennetsee Cham
Tel. 041 784 06 84
- K** Tagesheim des Pflegezentrums Baar
Tel. 041 767 52 55



Umzug, neues Zuhause

- G** Fachberatung für Altersfragen der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 20
- K** Möbelabholdienst des Brocki Zug
Tel. 041 725 26 91
- M** KISS Genossenschaft Cham, Nachbarschaftshilfe
Tel. 076 443 38 58
- K** Jobbörse von GGZ@Work
Tel. 041 546 27 90
- M** Beratungsstelle für hindernisfreies Bauen
Tel. 058 775 23 30

Geistige Aktivitäten, Bildung

Gedächtnstraining

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30

Kurse (Sprachen, Computer, Kochen usw.)

- G** Freiwilligenkurse von Benevol Zug, Fachstelle für Freiwilligenarbeit
Tel. 041 720 45 17
www.benevolzug.ch/kurse
- K** Musikunterricht für Erwachsene der Muikschule Cham
Tel. 041 723 88 42
- K** Deutsch lernen in der Gemeinde
Tel. 041 723 89 60
- M** Kurse der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 044 760 15 88

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30
- G** Erwachsenenbildung der Reformierten Kirche Cham
Tel. 041 780 65 71
- K** SeniorInnen-Universität Zürich
Tel. 044 635 66 66
- K** SeniorInnen-Universität Luzern
Tel. 041 410 22 71
- G** Konversations-Treff deutsch
Tel. 076 443 38 58
- G** Konversations-Treff französisch
Tel. 076 443 38 58
- K** Bildungsangebot des SRK Kanton Zug
Tel. 041 418 74 84

Lesen

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

Spirituelles

- M** Angebote der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 044 760 15 88
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30
- G** Pfarrei St. Jakob Cham
Tel. 041 780 38 38
- G** Reformiertes Pfarramt Cham
Tel. 041 780 65 70

Spielen

- K** Ludothek Cham
Tel. 041 723 89 40

Kreative Aktivitäten, Kunst, Musik, Kultur

Basteln, Malen und Gestalten

- M** Kurse der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 044 760 15 88
- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30

Fotografie

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Zug
Tel. 041 511 15 30

Kulturausflüge, Reisen, Theater- und Konzertbesuche

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30

Lesezirkel, Schreib- und Literaturgruppen

- M** Angebote und Kurse der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 044 760 15 88
- G** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30
- G** Philotreff Langhuus
info@langhuus.ch

Musizieren und Musik hören

- K** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Senectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30
- M** Lusingando Chor Cham
Tel. 041 781 17 71
- G** Kirchenchor St. Jakob Cham
Tel. 041 780 38 38
- K** Musikunterricht für Erwachsene der Muikschule Cham
Tel. 041 723 88 42
- M** Musikgesellschaft Cham
Tel. 079 349 31 84
- M** Orchester Cham-Hünenberg
info@orchester-cham-huenenberg.ch
- G** Kirchenchor Niederwil
Tel. 041 741 36 06
- M** Jodelclub Schlossgruess
Tel. 076 399 19 34
- M** Männerchor Cham
Tel. 041 780 47 12
- M** Männerchor Hagendorn
Tel. 079 765 44 45

Stricken, Nähen

- M** Kurse der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 044 760 15 88
- G** Strickhöckli der Frauengemeinschaft Cham
Tel. 041 780 57 09
- G** Kurse zu Bildung und Bewegung der Pro Sectute Kanton Zug
Tel. 041 511 15 30

Theater spielen

- M** Volksbühne Cham
Tel. 041 780 78 80

Adressverzeichnis

A

Alterwohnungen Curaviva

6300 Zug
Tel. 041 511 21 28
info@curavivazug.ch
www.curavivazug.ch

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
gwa@cham.ch
www.cham.ch

Alltagsassistentz Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 511 15 11
alltagsassistentz@zg.prosenectute.ch
www.zg.prosenectute.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. 041 747 66 00
www.triaplus.ch

Alzheimer 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

Ausgleichskasse Zug

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

Anlaufstelle Einsamkeit und Gemeinschaft der Einwohnergemeinde Cham

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

Anlaufstelle Altern in Cham der Einwohnergemeinde Cham

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

B

Büel Alterszentrum

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

Behindertenseelsorge Seelsam, Ökumenische Seelsorge für Menschen mit Behinderung

Bundesstrasse 15, 6300 Zug
Tel. 041 711 35 21
www.seelsam.ch

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 30
ur-sz-zg@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch

Benevol Zug, Fachstelle für Freiwilligenarbeit

Sumpfstrasse 26, Postfach, 6302 Zug
Tel. 041 720 45 17
info@benevolzug.ch
www.benevolzug.ch

Beratungsstelle für Hör- und Sprachbehinderte

Horwerstrasse 81, 6005 Luzern
Tel. 041 317 31 10
zentralschweiz@bfsug.ch
www.gehoerlosenfachstellen.ch

Beobachter helponline

www.beobachter.ch/beratung

Bestattungsamt der Einwohnergemeinde Cham

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

Bibliothek der Einwohnergemeinde Cham

Dorfplatz 5, 6330 Cham
Tel. 041 723 89 00
info@bibliothek-cham.ch
www.bibliothek-cham.ch

Brockenhaus Zug (Frauzentrale Zug)

Industriestrasse 80, 6300 Zug
info@brockizug.ch
www.brockizug.ch

C**Café Interkulturell**

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

Caritas-Markt Baar

Bahnhofstrasse 8a, 6340 Baar
Tel. 041 368 52 70
markt-baar@caritas-luzern.ch
www.caritas-markt.ch

Chamer Senioren wandern

c/o Lisa Herms und Martin Huber
Tel. 041 780 63 60 (Lisa Herms)
Tel. 041 780 61 86 (Martin Huber)
chamer.senioren.wandern@gmail.com
www.cham.ch

Clenia Littenheid AG

Dorfstrasse 1, 9573 Littenheid
Tel. 071 929 60 60
info.littenheid@clenia.ch
www.clenia.ch

D**Diabetes-Gesellschaft des Kantons Zug**

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 727 50 64
info@diabeteszug.ch
www.diabeteszug.ch

Fachbereich Demenz, Spitex Kanton Zug

Neuhofstrasse 19a, 6340 Baar
Tel. 041 729 29 29

SRK Kanton Zug Dementia Care

Langgasse 47a, 6340 Baar
Tel. 041 710 59 45
entlastungsdienst@srk-zug.ch
www.srk-zug.ch

Deutsch Konversations-Treff; c/o KISS

Obermühlestrasse 8, 6300 Cham
Tel. 076 443 38 58
info@kiss-cham.ch
www.kiss-cham.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

Entlastungsdienst für pflegende Angehörige SRK Kanton Zug

SRK Kanton Zug, Langgasse 47a, 6340 Baar
Tel. 041 710 59 45
entlastungsdienst@srk-zug.ch
www.srk-zug.ch

Erbschaftsamt der Einwohnergemeinde Cham

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 723 87 04
info@cham.ch
www.cham.ch

Ergänzungsleistungen zur AHV

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

Interkulturelles Essen und mehr; c/o reformierte Kirche Cham

Tel. 041 780 65 58
annette.plath@ref-zug.ch
www.ref-zug.ch/cham

F**Foodsharing; c/o KISS**

Obermühlestrasse 8, 6300 Cham
Tel. 076 443 38 58
info@kiss-cham.ch
www.kiss-cham.ch

Französisch Konversations-Treff; c/o KISS

Obermühlestrasse 8, 6300 Cham
Tel. 076 443 38 58
info@kiss-cham.ch
www.kiss-cham.ch

Fachbereich Demenz

Spitex Kanton Zug
Neuhofstrasse 19a, 6340 Baar
Tel. 041 729 29 29

Fachbereich Frischmahlzeitendienst

Spitex Kanton Zug
Neuhofstrasse 19a, 6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
www.frischmahlzeitendienst.ch

Fachbereich Palliative Care Spitex Kanton Zug

Neuhofstrasse 19a, 6340 Baar
Tel. 078 334 08 80
info@palliativ-zug.ch
www.palliativ-zug.ch

Fachberatung für Altersfragen Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 511 15 20
beratung@zg.prosenectute.ch
www.zg.prosenectute.ch

Fachstelle Hindernisfreies Bauen

Pro Infirmis Uri Schwyz Zug
Baarerstrasse 43, 6300 Zug
Tel. 058 775 23 30
caroline.kukla@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch

Fachstelle Migration Zug

Chamerstrasse 50
6300 Zug
Tel. 041 531 50 00
welcome.desk@fmzug.ch
www.fmzug.ch

Fachbereich Palliative Care

Spitex Kanton Zug
Neuhofstrasse 19a, 6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
info@spitexzug.ch
www.spitexzug.ch

Fachstelle Blinden und Sehbehinderung Zentralschweiz sbv

Maihofstrasse 95c, 6006 Luzern
Tel. 041 485 41 41
beratung.zentralschweiz@sbv-fsa.ch
www.sbv-fsa.ch

Rotkreuz-Fahrdienst des SRK Kanton Zug

Langgasse 47a, 6340 Baar
Tel. 041 710 54 00
fahrdienst@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 Bewegungscener

Rigistrasse 3, 6330 Cham
Tel. 041 784 58 19
fitplus@buel-cham.ch
www.fitplus.buel-cham.ch

Frauengemeinschaft Cham

Lindenstrasse 25, 6330 Cham
Tel. 044 760 15 88
info@frauengemeinschaftcham.ch
www.frauengemeinschaftcham.ch

Fachbereich Frischmahlzeitendienst, Spitex Kanton Zug

Neuhofstrasse 19a, 6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
info@frauengemeinschaftcham.ch
www.frauengemeinschaftcham.ch

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
gwa@cham.ch
www.cham.ch

Genossenschaft KISS Cham

Obermühlestrasse 8, 6330 Cham
Tel. 076 443 38 58
info@kiss-cham.ch
www.kiss-zeit.ch

GGZ@WORK

Industriestrasse 80, 6300 Zug
Tel. 041 546 28 00
work@ggz.ch
www.ggzatwork.ch

H

Hauseigentümergeverband Zugerland

Zeughausgasse 9, 6300 Zug
Tel. 041 710 65 20
hev.sekretariat@bluewin.ch
www.hev-zg.ch

Hausverein Casafair Zentralschweiz

Moos 5, 6243 Egolzwil
Tel. 041 422 03 33
zentralschweiz@casafair.ch
www.casafair.ch

Hilfen zu Hause der Pro Senectute Kanton Zug

Aegerstrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 511 15 11
alltagsassistenz@zg.prosenectute.ch

Hindernisfreies Bauen

Pro Infirmis Uri Schwyz Zug
Baarerstrasse 43, 6300 Zug
Tel. 058 775 23 30
ur-sz-zg@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch

Hospiz Zug

Begleitung schwer kranker
und sterbender Menschen
Lorzeninsel 5, 6332 Hagendorn
Tel. 079 324 64 46
leitstelle@hospiz-zug.ch
www.hospiz-zug.ch

Informationsplattform für Altersfragen

www.infosenior.ch

insieme Cerebral Zug

Bundesstrasse 15, 6300 Zug
Tel. 041 710 85 00
info@insieme-cerebral.ch
www.insieme-cerebral.ch

interkulturelles Kochen; c/o KISS

Obermühlestrasse 8, 6300 Cham
Tel. 076 443 38 58
info@kiss-cham.ch
www.kiss-cham.ch

J

Jodelclup Schlossgruess

6330 Cham
Tel. 076 399 19 34

K

Kafihöckli, Frauengemeinschaft Cham

Kirchbühl 10, 6330 Cham
Tel. 041 780 41 24
cornelia.ulmann@bluewin.ch
www.frauengemeinschaftcham.ch

Kantonaler Senioren-Verband Zug KSVZ

Postfach, 6300 Zug
info@seniorenzug.ch
www.seniorenzug.ch

Kantonsspital Zug

Landhausstrasse 11, 6340 Baar
Tel. 041 399 11 11
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

Baarerstrasse 139, 6301 Zug
Tel. 041 594 59 10
info.kes@zg.ch
www.zg.ch

Kirchenchor Niederwil

Niederwil, 6330 Cham
Tel. 041 741 36 06
www.kirchenchor-niederwil.ch

Kirchenchor St. Jakob Cham

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

KISS Genossenschaft Cham

Obermühlestrasse 8, 6330 Cham
Tel. 076 443 38 58
info@kiss-cham.ch
www.kiss-cham.ch

Klink 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, 6300 Zug
Tel. 041 726 57 57
info@meissenberg.ch
www.meissenberg.ch

**Klinik Zugersee Oberwil,
Zentrum für Psychiatrie und
Psychotherapie, Triaplus**

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

Kontaktplattform online

www.sozialkontakt.ch

Kontaktstelle Selbsthilfe

Tirolerweg 8, 6300 Zug
Tel. 041 725 26 00
info@eff-zett.ch
www.eff-zett.ch

Krebsliga Zentralschweiz

Löwenstrasse 3, 6004 Luzern
Tel. 041 720 20 45
info@krebssliga.info
www.zentralschweiz.krebssliga.ch

K-Tipp Rechtsberatung

Postfach 431, 8024 Zürich
Tel. 044 253 83 83
beratung@ktipp.ch
www.ktipp.ch

Kulturlegi Caritas Zentralschweiz

Gerliswilstrasse 42, 6020 Emmenbrücke
Tel. 041 368 52 22
kulturlegi@caritas-luzern.ch
www.kulturlegi.ch

L

Langhuus Pilotreff

Fabrikstrasse 9, 6330 Cham
info@langhuus.ch
www.langhuus.ch

Ludothek

Kirchbühl 1, 6330 Cham
Tel. 041 723 89 40
ludothek@cham.ch
www.cham.ch

Lungenliga Zentralschweiz

Mooshüslistrasse 14, 6032 Emmen
Tel. 041 429 31 10
info@lungenliga-zentralschweiz.ch
www.lungenliga.ch

Lusingando Chor Cham

Allmendweg 13, 6330 Cham
Tel. 041 781 17 71
lusingando@datazug.ch
www.lusingando.ch

M

Männerchor Cham

Röhrliberg 38, 6330 Cham
Tel. 041 780 47 12
info@mc-zug-cham.ch
www.mc-zug-cham.ch

Männerchor Hagendorn

Aula Schulhaus Hagendorn
Tel. 079 765 44 45
maennerchor.hagendorn@gmx.ch
www.maennerchor-hagendorn.ch

Mieterinnen- und Mieterverband Zug

Industriestrasse 22, Postfach 7721
6302 Zug
Tel. 041 710 00 88
mvzug@bluewin.ch
www.mieterverband.ch

**Möbelabholdienst Brockenhäuser
der Frauenzentrale Zug**

Tirolerweg 8, 6300 Zug
Tel. 041 725 26 91
info@brockizug.ch
www.brockizug.ch

Multiple Sklerose Gesellschaft Zug

Tel. 041 761 94 49
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, 6330 Cham
Tel. 076 443 38 58
info@kiss-cham.ch
www.kiss-cham.ch

**Notariat der Einwohnergemeinde
Cham**

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 723 87 05
notariat@cham.ch
www.cham.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.punkt diakonie.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
pfarramt@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

info@orchester-cham-huenenberg.ch
www.orchester-cham-huenenberg.ch

P

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 Kantonsospitals

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. 041 511 15 15 (Geschäftsstelle)
info@zg.prosenectute.ch
www.zg.prosenectute.ch

Psychiatrische Klinik Littenheid

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

R

Rechtsberatung des Anwaltsvereins 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. 041 511 15 20
beratung@zg.prosenectute.ch
www.zg.prosenectute.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 Nilsson)
michael.sohn@ref-zug.ch
rahel.nilsson@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

Rotkreuz-Notruf – Hilfe auf Knopfdruck

SRK Kanton Zug
Langgasse 47a, 6340 Baar
041 710 24 33
notruf@srk-zug.ch
www.srk-zug.ch

S

Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK)

Kanton Zug
Langgasse 47a, 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 00
info@eff-zett.ch
www.eff-zett.ch

Seniorenforum Cham

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

Senioren-Verband Zug KSVZ

Postfach, 6300 Zug
info@seniorenzug.ch
www.seniorenzug.ch

Smovey; c/o Kiss

Obermühlestrasse 8, 6330 Cham
Tel. 076 443 38 58
info@kiss-cham.ch
www.kiss-cham.ch

Spitalseelsorge, Zuger Kantonsspital

Landhausstrasse 11, 6340 Baar
Tel. 041 399 42 63/64 (kath.)
Tel. 041 399 42 62 (ref.)
spitalseelsorge@zgks.ch
www.zgks.ch

Sozialdiakonische Dienste der Reformierten Kirche Cham

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

Sozialdienst der Einwohnergemeinde Cham

Mandelhof, Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 723 88 00
sozialesundgesundheit@cham.ch
www.cham.ch

Sozialdienst der Pfarrei St. Jakob

Kirchbühl 10, 6330 Cham
Tel. 041 785 56 25
pfarramt@pfarrei-cham.ch
www.pfarrei-cham.ch

Sozialverzeichnis des Kantons Zug

www.verzeichnisse.zug.ch

Spitalseelsorge Zuger Kantonsspital

Landhausstrasse 11, 6340 Baar
Tel. 041 399 42 62 (ref.)
Tel. 041 399 42 64 (kath.)
spitalseelsorge@zgks.ch
www.zgks.ch

Spitex Kanton Zug

Neuhofstrasse 19a, 6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
info@spitexzug.ch
www.spitexzug.ch

Strickhöck, Frauengemeinschaft Cham

Kirchbühl 10, 6330 Cham
Tel. 079 604 15 59
alice.gwerder@gmx.ch
www.frauengemeinschaftcham.ch

Suchtberatung Kanton Zug

Ägeristrasse 56, 6300 Zug
Tel. 041 594 39 39
suchtberatung@zg.ch
www.zg.ch

Suchplattform für Altersfragen

www.infosenior.ch

T

Tischlein deck dich Zentralschweiz; c/o GGZ@Work

Industriestrasse 80, 6300 Zug
Tel. 052 224 44 71
info@tischlein.ch
www.tischlein.ch

Tavolata Tischgemeinschaften, Migros Kulturprozent

Iselisbergstrasse 6, 8524 Uesslingen
Tel. 076 319 96 96
info@tavolata.ch
www.tavolata.ch

Tavolata Tischgemeinschaften Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 511 15 30
kurse@zg.prosenectute.ch
www.zg.prosenectute.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, 6300 Zug
Tel. 041 728 80 80
info@triangel-zug.ch
www.triangel-zug.ch

Treuhanddienst Pro Senectute Kanton Zug

Ägeristrasse 52, 6300 Zug
Tel. 041 511 15 20
beratung@zg.prosenectute.ch
www.zg.prosenectute.ch

Turnverein Cham, Seniorinnen- und Seniorenturnen

Tel. 041 760 98 80
Mobile 078 646 54 98
geschaefsstelle@tvcham.ch
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 – Verbandsekretariat Sektion Zug-Steinhausen

Monbijoustrasse 61, 3001 Bern
Tel. 041 417 01 60
info@vitaswiss.ch
www.vitaswiss.ch

Volksbühne Cham

Postfach, 6330 Cham
Tel. 041 780 78 80
kontakt@volksbuehne.ch
www.volksbuehne.ch

Z

zämeCHOM

1x monatlich Treffen bei
Langhuus Cham
zaemechom@gmail.com

Zuger helfen Zugern Tauschplattform

www.zugerhelfenzugern.ch

Zuger Kantonsspital

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

Zuger Senioren-Wandern

c/o Lucia Canonica;
Tel. 041 750 72 58
lucia.canonica@bluewin.ch
www.zuger-senioren-wandern.ch

Zuger TrauerCafé

Spitalseelsorge Zuger Kantonsspital
Landhausstrasse 11, 6340 Baar
Tel. 041 399 42 62 (ref.)
Tel. 041 399 42 64 (kath.)
spitalseelsorge@zgks.ch
www.zgks.ch
oder

Notfallnummern

Angehörige

Hausärztin/Hausarzt

Notfallpraxis der Zuger Ärztinnen und Ärzte 0900 008 008
falls Hausärztin und Hausarzt nicht erreichbar (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 Gemeinwesenzentrum der Gemeinwesenarbeit Cham an der Hünenbergerstrasse 3.

Telefon- und Öffnungszeiten (ohne Voranmeldung):

Dienstag 10.00 – 11.30 Donnerstag 10.00 – 11.30

15.00 – 16.30 15.00 – 16.30

Freitag 10.00 – 11.30

15.00 – 16.30

Telefon 041 723 89 60 oder gwa@cham.ch