



Vereine/Verbände

Vereine/Verbände: So senden Sie Ihre Fotos richtig

Gerne veröffentlichen wir zu Ihrem Bericht auch eingesandte Fotos. Aber beachten Sie bitte Folgendes:

Originalgrösse: Senden Sie uns Ihr Bild möglichst in der ursprünglichen Grösse. Reduzieren Sie die Grösse der Bilder nicht beim Versenden Ihres E-Mails.

Dateigrösse: Fotos mit einer Dateigrösse von weniger als 200 Kilobytes (KB) sind zu klein. Die kritische Grenze für gute Fotos liegt bei rund 500 KB. Die E-Mail-Adresse lautet: redaktion-zugerzeitung@chmedia.ch

Zuger Zeitung

Verleger: Peter Wanner.
Leiter Publizistik: Pascal Hollenstein (pho).
Geschäftsführung: Dietrich Berg.
Chief Product Officer: Mathias Meier.
Werbemarkt: Stefan Bai, Paolo Placa.
Lesermarkt: Zaira Imhof, Bettina Schibli.
Ombudsman: Rudolf Mayr von Baldegg, rmb@advoweggshaus.ch.

Redaktion Zuger Zeitung

Chefredaktion: Rahel Hug (rh) Co-Chefredaktorin Zuger Zeitung, Harry Ziegler (haz) Co-Chefredaktor Zuger Zeitung.
Redaktion: Raphael Biermayr (bier, Sport), Cornelia Bisch (cb), Andreas Faessler (fae, Kultur/Religion & Gesellschaft), Zoe Gwerder (zg, Reporter), Kilian Küttel (kük), Marco Morosoli (mo, Reporter), Tijana Nikolic (tn, Volontärin), Carmen Roggenmoser (cro), Vanessa Varisco (vv, red. Mitarbeiterin).
Fototeam: Stefan Kaiser (stk, Leiter), Matthias Jurt (mj), Maria Schmid (ms).

Adresse: Baarerstrasse 27, Postfach, 6302 Zug.
Telefon: 041 725 44 55.
E-Mail: redaktion@zugerzeitung.ch.

Redaktion Luzerner Zeitung

Chefredaktion: Jérôme Martinu (jem), Chefredaktor; Cynil Aregger (ca), Stv. Chefredaktor und Leiter Sport; Rahel Hug (rh), Co-Chefredaktorin Zuger Zeitung; Christian Peter Meier (cpm), Stv. Chefredaktor und Leiter Regionale Ressorts; Martin Messmer (mme), Stv. Chefredaktor und Co-Leiter Online.

Redaktionsleitung: Florian Arnold (zf), Leiter Redaktion Urschweiz; Robert Bachmann (bac), Leiter Redaktionsentwicklung Digital; Lukas Nussbaumer (nus), stv. Leiter Regionale Ressorts; Arno Renggli (are), Leiter Gesellschaft und Kultur; Harry Ziegler (haz), Co-Chefredaktor Zuger Zeitung
Ressortleiter: Boris Bürgisser (bob), Leiter Gestaltung; Christian Glaus (cgl), Leiter Produktionsdesk Luzern/Zentralschweiz; Regina Grüter (reg), Apero/Kino; Lene Horn (len), Foto/Bild; Robert Knobel (rk), Stadt/Region; Sven Aregger (ars), Sportjournalist; Maurizio Minetti (mim), Wirtschaft; Dominik Weingartner (dw), Kanton; René Meier (rem) Co-Leiter Online.

Adresse: Baarerstrasse 27, 6300 Zug, Telefon 041 429 51 51. E-Mail: redaktion@luzernerzeitung.ch.

Zentralredaktion CH Media

Chefredaktion: Patrik Müller (pmü), Chefredaktor; Doris Kleck (dkl), Stv. Chefredaktorin und Co-Leiterin Bundeshaus; Roman Schenkel (rom), Stv. Chefredaktor und Leiter Nachrichten und Wirtschaft; Raffael Schuppisser (ras), Stv. Chefredaktor und Leiter Kultur, Leben, Wissen.

Ressortleitungen: Inland und Bundeshaus: Anna Wanner (awa), Co-Ressortleiterin; Doris Kleck (dkl), Co-Ressortleiterin; Wirtschaft: Florence Vuichard (fv), Ressortleiter. Kultur: Stefan Künzi (sk), Teamleiter. Leben/Wissen: Katja Fischer (kaf), Co-Teamleiterin; Sabine Kuster (kus), Co-Teamleiterin. Sport: François Schmid (fsc), Ressortleiter. Ausland: Fabian Hock (fho), Samuel Schumacher (sas).

Adresse: Neumattstrasse 1, 5001 Aarau.
Telefon: 058 200 58 58; E-Mail: redaktion@chmedia.ch

Service

Abonnemente und Zustelldienst: Telefon 058 200 55 55, aboservice@chmedia.ch.

Anzeigen: CH Regionalmedien AG, Baarerstrasse 27, 6302 Zug, Telefon 041 725 44 56, E-Mail: inserate-lzmedia@chmedia.ch.

Technische Herstellung: CH Media Print AG/CH Regionalmedien AG, Malhofstr. 76, Postfach, 6002 Luzern, Tel. 041 429 51 51.

Abonnementspreise: Print und Digital: Fr. 49.– pro Monat oder Fr. 542.– pro Jahr; Digital Plus: Fr. 33.– pro Monat oder Fr. 368.– pro Jahr; Digital: Fr. 14.50 pro Monat oder Fr. 145.– pro Jahr (inkl. MWST).

Auflage und Leserzahlen: Vorbereitete Auflage Zuger Zeitung: 13 319. Vorbereitete Auflage Gesamtausgabe Luzerner Zeitung: 99 873. Leser Gesamtausgabe Luzerner Zeitung: 280 000. Vorbereitete Auflage CH Regionalmedien: 321 437. Leser CH Regionalmedien: 944 000. Quelle Auflagen: WEMF 2020. Quelle Leserzahlen: MACH-Basic 2019-1.

Copyright Herausgeberin.

Beteiligungen der CH Regionalmedien AG unter www.chmedia.ch

Herausgeberin: CH Regionalmedien AG, Malhofstrasse 76, 6002 Luzern. Die CH Regionalmedien AG ist eine 100-prozentige Tochtergesellschaft der CH Media Holding AG.

Radelnd dem Biber auf der Spur

Bei der 6. Velo-Kultour von Pro Velo Zug erfuhren die Teilnehmer viel Wissenswertes über Fauna und Flora.

Zum Thema Renaturierungen, wovon im Kanton Zug einige entstanden sind, haben 23 Teilnehmer kürzlich ein paar auf der gemütlichen Velotour von Pro Velo Zug bei herrlichem Sonnenschein erradelt. Die neuste Renaturierung, nämlich neben der vor kurzem eröffneten Tangente, ist noch im Anfangsstadium, was den Bewuchs angeht. Wir sind gespannt, wie es in fünf Jahren neben der Tangente aussehen wird. Es sollen dann laut Andres Bucher der Abteilung Wasserbau vom Tiefbauamt der Baudirektion Zug auch gelbe Seerosen blühen.

Nach vielen interessanten Informationen ging es zum «neuen» Bibersee. Der ursprüngliche Gletscherrandsee von rund 41000 Quadratmetern verlandete nach und nach. Für neues Riedland wurde der See im 19. Jahrhundert ganz trockengelegt. Die geerntete Streu wurde für die Kühe im Stall benötigt, die damals die Milch in grossen Mengen für die Anglo-Swiss Condensed Milk lieferten.

Nun stehen wir also an diesem bezaubernden See, der 2015 eingeweiht wurde. Der



Raymund Gmünder (ganz rechts) erzählt von der Renaturierung des Bibersees.

Bild: PD

Bewuchs ist ausgereift und braucht regelmässige Pflege, so Raymund Gmünder vom Verein Lebensraum Landschaft Cham. 2013 zählte man 34 Vogelarten, 2017 waren es schon 55. 17 Arten von Libellen wurden vor Ort

gesehen, Amphibien sowie Wildtiere werden ebenfalls beobachtet, jetzt hofft man noch auf den Biber. Eine neue Erfolgskontrolle wird zirka in einem Jahr stattfinden, denn seit 2020 fliesst das Abwasser

der nahen Autobahn nicht mehr in dieses Gewässer. Dass der See auch noch viele archäologische Funde aus dem Mittelalter hervorbrachte, entlockte den Zuhörern eine zusätzliche Verwunderung.

Auf der letzten Etappe ging es rasant hinab nach Hagendorn zu den Bibern. Diese in der Natur und am helllichten Tag zu beobachten ist eher ausgeschlossen. Frau Marianne Rutishauser von Pro Natura Aargau und Zug vermittelte uns seine Lebensart. So war der Biber im 19. Jahrhundert ausgerottet. Unter anderem wurde sein Fleisch, welches wegen seines schuppenartigen Schwanzes offiziell als Fischfleisch galt, in der Fastenzeit verzehrt.

Wechsel des Wohnsitzes je nach Wasserniveau

Umso schöner ist es, dass dieses Tier bei uns wieder heimisch ist. Er gilt als Baumeister und schafft sich so mehrere Wohnungen auf verschiedenen Höhen, denn der Wasserpegel ändert sich ja bekanntlich stetig. Wir danken allen Teilnehmenden und Referenten für die begeisternden Stunden. Die nächste Velo-Kultour ist geplant für Samstag, 2. Juli, im kommenden Jahr.

Für Pro Velo Zug:
Maria Ellend Wittwer

Jugendliche stärken ihr Selbstvertrauen

Bei Selbstverteidigungskursen des Zirkus Grissini lernen junge Mädchen, wie sie sich wehren können.

Sieht man den jugendlichen Akrobatinnen beim Training zu, wenn sie Neues ausprobieren oder Geübtes verfeinern, spürt und sieht man ihr Selbstvertrauen, ihre Stärke, die Sicherheit in ihren Bewegungen.

Manchmal aber, gerade in den dunklen Jahreszeiten, nach dem Training am Abend, schleicht sich auf den Heimweg ein mulmiges Gefühl ein. Ein dunkler Schatten, Schritte von hinten, ein schlecht beleuchteter Weg. Dann fehlt es manchmal, das Selbstvertrauen, das eben beim Training noch so präsent war.

Zweite Durchführung nach positivem Echo

Das brachte Sara Steiner, Leiterin der Zirkusschule Grissini und selbst Mutter einer 15-jährigen Tochter, auf die Idee, im Trainingslokal des Grissini einen halbtägigen Workshop anzubieten. Dieser richtete sich an die 13- bis 17-jährigen Mädchen und hatte zum Ziel, das Selbstvertrauen der Jugendlichen zu stärken und ihnen Strategien zur Selbstbehauptung zu zeigen. Der Workshop fand im Trainingsraum mit vertrauten Personen statt und wurde von einem Profi, der ausgebildeten Pallastrainerin Karin Vonwil, geleitet. Die Resonanz von Eltern und Artistinnen war so überwältigend positiv, dass sogar ein zweiter Termin zustande kam. 12 Mädchen zwischen 13 und 15 Jahren überlegten gemeinsam, wie man Gefahrensituationen frühzeitig erkennt, darauf reagiert und sie entschärfen kann. Ein weiteres



Zu wissen, wie man sich wehren kann, gibt Selbstvertrauen.

Bild: PD

Thema war, die eigenen Grenzen zu kennen und diese auch klar und unmissverständlich aufzuzeigen. In Partnerübungen übten die Jugendlichen Strategien und Taktiken, wie sie sich wehren können, lernten lautstark Grenzen zu setzen und ihre eigene Stärke zu zeigen. Besprochen wurde auch, welche Alltagsgegenstände der Verteidigung dienen können. Allein schon die Tatsache, dass sie nun weiss, dass sie nicht wehrlos sei, gäbe ihr Selbstsicherheit, meinte eine der Teilnehmerinnen am Ende des Workshops. Besonders beeindruckt hatte die Mädchen, dass praktisch jeder Gegenstand im Rucksack oder der Schultasche zum Verteidigen eingesetzt werden kann. Sichtlich zufrieden über ihr neues Wissen und mit einem neuen Stück Selbstvertrauen starteten die Mädchen ins Wochenende.

Im Jahr 2006 als kleines Quartierprojekt gegründet, ist der Kinder- und Jugendzirkus Grissini zum festen Bestandteil der Zuger Vereins- und Kulturlandschaft geworden. 220 Kinder im Vorschul- und Primarschulalter trainieren wöchentlich an der Zirkusschule und weitere 120 Kinder besuchen jährlich die Zirkuswochen während der Schulferien.

Für den Zuger Kinder- und Jugendzirkus Grissini:
Claudia Heil

Hinweis

Infos zu den Aufführungen findet man unter: www.zirkus-grissini.ch/zirkusschule/auffuehrungen.