Bad Ragaz

Aktivierungsangebot und Veranstaltungen -Altersheim Allmend

November 2025



Montag, 3. November	09:30	Bewegungsturnen mit Astrid
	09:30	Individuelle Aktivierung mit Anita
	14:00	Backen für den Markt
Dienstag, 4. November	10:00	Backen für den Markt
	14:00	Backen für den Markt
Mittwoch, 5. November	09:30	Kraft/Dehnen/Gleichgewicht mit Anita
	15:00	Kochgruppe 4. OG mit Anita
	16:00	IDEM Singen mit Othmar Kohler
Donnerstag, 6. November	08:45	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita
_	09:30	Katholischer Gottesdienst
	09:30	Individuelle Aktivierung mit Anita
	14:00	Backen für den Markt
Freitag, 7. November	09:30	Denkspass im 4.0G mit Astrid
	14:00	Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 10. November	09:30	Bewegungsturnen mit Astrid
	09:30	Individuelle Aktivierung mit Anita
	14:00	Backen für den Markt
Dienstag, 11. November	09:00	Lauftreff, Besammlung beim Eingang
	09:00	Backen mit Anita im 4. OG
	10:00	Bewohnerstamm
	14:30	Lotto mit IDEM
Mittwoch, 12. November	09:30	Gedächtnistraining mit Verena und Erika
	09:30	Kraft/Dehnen/Gleichgewicht mit Anita
	15:00	Kochgruppe im Stübli mit Anita
	15:00	Spielen in der Kleingruppe, Verena Schweizer
Donnerstag, 13. November	08:45	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita
	09:30	Katholischer Gottesdienst
	14:30	Wunschbaum dekorieren

Freitag, 14. November	09:30	Denkspass im 4.0G mit Astrid
	10:15	Evangelische Andacht
	14:00	Jasstreff
Samstag, 15. November	13:30	Weihnachtsmarkt im Altersheim Allmend
Sonntag, 16. November	13:30	Weihnachtsmarkt im Altersheim Allmend
Montag, 17. November	09:30	Bewegungsturnen mit Astrid
	15:00	Singen mit Astrid im EG
Dienstag, 18. November	09:00	Lauftreff, Besammlung beim Eingang
	14:30	Aktivierungsnachmittag, siehe Aushang
Donnerstag, 20. November	09:30	Katholischer Gottesdienst
	14:30	Jürg Lori am Klavier
Freitag, 21. November	09:30	Denkspass im 4.0G mit Astrid
	14:00	Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 24. November	09:30	Bewegungsturnen mit Astrid
	15:00	Singen mit Astrid im EG
Dienstag, 25. November	09:00	Lauftreff, Besammlung beim Eingang
	14:30	Aktivierungsnachmittag, siehe Aushang
Mittwoch, 26. November	09:30	Gedächtnistraining mit Frau Schweizer und
		Frau Sonderegger
Donnerstag, 27. November	09:30	Katholischer Gottesdienst
	14:30	Aktivierungsnachmittag, siehe Aushang
Freitag, 28. November	09:30	Denkspass im 4.0G mit Astrid
-	10:15	Evangelische Andacht
	14:00	Jasstreff und Spielnachmittag

Ferienabwesenheit Aktivierung, Anita 17.- 30. November 2025

Alle Heimanlässe sind auch auf dem Info-Bildschirm in der Cafeteria ersichtlich. Kurzfristige Änderungen sind möglich.