

Bad Ragaz

Aktivierungsangebot und Veranstaltungen

Altersheim Allmend

Juli 2026



Mittwoch, 1. Juli	09:30 15:00 16:00	Kraft/Dehnen/Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im 4. OG Singen – IDEM im UG
Donnerstag, 2. Juli	08:45 09:30 09:30 14:30 15:00	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita Katholischer Gottesdienst Individuelle Aktivierung mit Anita Aktivierungsnachmittag, siehe Aushang Aktivierung im Stübli mit Astrid
Freitag, 3. Juli	09:30 10:15 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Evangelische Andacht Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 6. Juli	09:30 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG
Dienstag, 7. Juli	09:30 14:30	Lauftreff Hobby Treff im 4. OG
Mittwoch, 8. Juli	09:30 15:00	Gedächtnistraining, Frau Schweizer und Frau Sonderegger Spielen in der Kleingruppe mit Verena Schweizer
Donnerstag, 9. Juli	09:30 15:00	Katholischer Gottesdienst Aktivierung im Stübli mit Astrid
Freitag, 10. Juli	09:30 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 13. Juli	09:30 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG
Dienstag, 14. Juli	10:00 15:00	Bewohnerstamm mit Apéro Lotto mit IDEM
Donnerstag, 16. Juli	09:30 15:00	Katholischer Gottesdienst Aktivierung im Stübli mit Astrid
Freitag, 17. Juli	09:30 10:15 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Evangelische Andacht Jasstreff und Spielnachmittag

Montag, 20. Juli	09:30 15:00 09:30/ 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG Individuelle Aktivierung mit Anita
Dienstag, 21. Juli	09:00 9:30 14:30	Backen mit Anita, 4. OG Lauftreff Hobby Treff im 4. OG
Mittwoch, 22. Juli	09:30 09:30 15:00	Gedächtnistraining, Frau Schweizer und Frau Sonderegger Kraft/ Dehnen/ Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im Stübli
Donnerstag, 23. Juli	08:45 09:30 09:30 14:30 15:00	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita Katholischer Gottesdienst Individuelle Aktivierung mit Anita Aktivierungsnachmittag, siehe Aushang Aktivierung im Stübli mit Astrid
Freitag, 24. Juli	09:30 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 27. Juli	09:30 09:30 15:00	Bewegungsturnen mit Anita, UG Individuelle Aktivierung mit Anita Aktivierungsnachmittag, siehe Aushang
Dienstag, 28. Juli	09:00 09:30 14:30	Backen mit Anita, 4. OG Lauftreff Hobby Treff im 4. OG
Mittwoch, 29. Juli	09:30 15:00	Kraft/Dehnen/Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im 4. OG
Donnerstag, 30. Juli	08:45 09:30 09:30 14:30	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita Katholischer Gottesdienst Individuelle Aktivierung mit Anita Aktivierungsnachmittag, siehe Aushang
Freitag, 31. Juli	09:30 10:15 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Evangelische Andacht Jasstreff und Spielnachmittag

Ferienabwesenheit Aktivierung: Anita: 6.-20. Juli 2026
Astrid: 27.-31. Juli 2026

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