

Bad Ragaz

Aktivierungsangebot und Veranstaltungen

Altersheim Allmend

Oktober 2026



Donnerstag, 1. Oktober	08:45 09:30 09:30 15:00	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita Katholischer Gottesdienst Individuelle Aktivierung mit Anita Männertreff mit Anita im MZR
Freitag, 2. Oktober	14:00	Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 5. Oktober	09:30 15:00	Bewegungsturnen mit Anita, UG Individuelle Aktivierung, siehe Aushang
Dienstag, 6. Oktober	09:00 14:30	Backen mit Anita, 4. OG Hobby Treff, 4. OG
Mittwoch, 7. Oktober	09:30 15:00 16:00	Kraft/ Dehnen/ Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im 4. OG IDEM Singen im UG
Donnerstag, 8. Oktober	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, 9. Oktober	10:15 14:00	Evangelische Andacht Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 12. Oktober	09:30 15:00 09:30/ 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG Individuelle Aktivierung mit Anita
Dienstag, 13. Oktober	10:00 15:00	Bewohnerstamm mit Apéro Lotto mit IDEM
Mittwoch, 14. Oktober	09:30 09:30 15:00	Gedächtnistraining, Frau Schweizer und Frau Sonderegger Kraft/ Dehnen/ Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im Stübli Spielen in der Kleingruppe mit Verena Schweizer
Donnerstag, 15. Oktober	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, 16. Oktober	09:30 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 19. Oktober	09:30 15:00 09:30/ 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG Individuelle Aktivierung mit Anita
Dienstag, 20. Oktober	09:30 09:00 14:30	Lauftreff Backen mit Anita, 4. OG Hobby Treff im 4. OG
Mittwoch, 21. Oktober	09:30	Kraft/Dehnen/Gleichgewicht mit Anita
Donnerstag, 22. Oktober	09:30 15:00 16:00	Katholischer Gottesdienst Aktivierung im Stübli mit Astrid Besuch Oberstufenschüler
Freitag, 23. Oktober	09:30 10:15 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Evangelische Andacht Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 26. Oktober	09:30 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG
Dienstag, 27. Oktober	09:30 09:00 14:30	Lauftreff Backen mit Anita, 4. OG Hobby Treff im 4. OG
Mittwoch, 28. Oktober	09:30 09:30 15:00	Gedächtnistraining, Frau Schweizer und Frau Sonderegger Kraft/ Dehnen/ Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im Stübli
Donnerstag, 29. Oktober	08:45 09:30 09:30 14:30 15:00	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita Katholischer Gottesdienst Individuelle Aktivierung mit Anita Männertreff mit Anita im MZR Aktivierung im Stübli mit Astrid
Freitag, 30. Oktober	09:30 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Jasstreff und Spielnachmittag

Ferienabwesenheit Aktivierung: Astrid 1.-11. Oktober 2026
Anita 21.-27. Okt. 2026

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