Bad Ragaz

Aktivierungsangebot und Veranstaltungen

Altersheim Allmend

November 2026



Montag, 2. November	09:30 09:30/ 15:00 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Individuelle Aktivierung mit Anita Kreativgruppe im 4.OG für den Markt
Dienstag, 3.November	09:00 14:30	Backen für den Markt Backen für den Markt
Mittwoch, 4. November	09:30 15:00 16:00	Kraft/ Dehnen/ Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im 4. OG IDEM Singen im UG
Donnerstag, 5. November	08:45 09:30 09:30 15:00 16:00	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita Katholischer Gottesdienst Individuelle Aktivierung mit Anita Aktivierung im Stübli mit Astrid Besuch Oberstufenschüler
Freitag, 6. November	10:15 14:00 14:30	Evangelische Andacht Jasstreff und Spielnachmittag Kreativgruppe 4. OG
Montag, 9. November	09:30 09:30/ 15:00 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Individuelle Aktivierung mit Anita Kreativgruppe 4. OG
Dienstag, 10. November	10:00 15:00	Bewohnerstamm mit Apéro Lotto mit IDEM
Mittwoch, 11. November	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, 12. November	08:45 09:30 09:30 15:00	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita Katholischer Gottesdienst Individuelle Aktivierung mit Anita Jürg Lori am Klavier
Freitag, 13. November	09:30 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Jasstreff und Spielnachmittag

Sonntag, 15.November	10:00	Weihnachtsmarkt im Allmend
Montag, 16. November	09:30 15:00 09:30/ 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG Individuelle Aktivierung mit Anita
Dienstag, 17. November	09:30 09:00 15:00	Lauftreff Backen mit Anita, 4. OG Japanvortrag mit Melinda Segall
Mittwoch, 18. November	09:30 15:00	Kraft/ Dehnen/ Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im 4. OG
Donnerstag, 19. November	08:45 09:30 09:30 15:00	Ergo fit (Velo) 1. OG mit Anita Katholischer Gottesdienst Individuelle Aktivierung mit Anita Aktivierung im Stübli mit Astrid
Freitag, 20. November	09:30 10:15 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Evangelische Andacht Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 23. November	09:30 15:00 09:30/ 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG Individuelle Aktivierung mit Anita
Dienstag, 24. November	09:30 09:00 14:30	Lauftreff Backen mit Anita, 4. OG Hobby Treff im 4. OG
Mittwoch, 25. November	09:30 09:30 15:00	Gedächtnistraining, Frau Schweizer und Frau Sonderegger Kraft/ Dehnen/ Gleichgewicht mit Anita Kochgruppe mit Anita im Stübli
Donnerstag, 26. November	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, 27. November	09:30 14:00	Denkspass mit Astrid, 4. OG Jasstreff und Spielnachmittag
Montag, 30. November	09:30 15:00 09:30/ 15:00	Bewegungsturnen mit Astrid, UG Singen mit Astrid, EG Individuelle Aktivierung mit Anita

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