

Seniorenkalender 2025

DATUM	WAS	WANN & WO	KONTAKT	BEMERKUNGEN
01.01.2025	Neujahrsgottesdienst mit Segnungsstationen und anschliessendem Apéro	10.30 - 11.30 Uhr Zwinglikirche Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
02.01.2025	Senioren-Mittagstisch	11.30 Uhr	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
07.01.2025	Segensgottesdienst zum neuen Jahr, anschliessend Kaffee und Kuchen im Pfarreiheim	15.00 Uhr Kath. Pfarrkirche Sargans	Magnus-Bruderschaft Sargans www.magnusbruderschaft-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
11.01.2025	ReparierBar	08.30 - 13.00 Uhr, OZ Sargans	www.reparierbar-sarganserland.com	Abgabe Aufträge 08.30 - 11.00 Uhr, Rückgabe bis 13.00 Uhr
14.01.2025	Zischtighöck: Eisstockschiessen	18.30 - 21.30 Uhr Ort wird noch bekannt gegeben	Evang. Frauenverein Ursula Flüeler	Kosten: CHF 22.- Anmeldung an: ursula.flueeler@ref-sargans.ch
16.01.2025	Besuch Fliegermuseum, Altenrhein	08.25 - 16.30 Uhr	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Anmeldung bis 31.12.2024
28.01.2025	Senioren Kontaktplausch Fotonachmittag	14.00 - 17.00 Uhr Evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
28.01.2025	Ruhepunkt Ökumenische Abendmeditation	19.30 - 20.00 Uhr Zwinglikirche Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
06.02.2025	Senioren-Mittagstisch	11.30 Uhr Hotel Post, Sargans	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
08.02.2025	ReparierBar	08.30 - 13.00 Uhr, OZ Sargans	www.reparierbar-sarganserland.com	Abgabe Aufträge 08.30 - 11.00 Uhr, Rückgabe bis 13.00 Uhr
11.02.2025	Zischtighöck: Zusammen griechisch kochen und essen	18.30 - 21.00 Uhr evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang. Frauenverein Ursula Flüeler	Höchst-Anzahl: 12 Pers. Anmeldung an: ursula.flueeler@ref-sargans.ch
20.02.2025	Winterwanderung Davos	gem. Programm	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Anmeldung bis 6. Februar 2025
25.02.2025	Senioren Kontaktplausch Zaubershow Rico Leitner	14.00 - 17.00 Uhr Evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Anmeldung an: reto.schaufelberger@ref-sargans.ch
25.02.2025	Ruhepunkt Ökumenische Abendmeditation	19.30 - 20.00 Uhr Zwinglikirche Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
06.03.2025	Senioren-Mittagstisch	11.30 Uhr Hotel Post, Sargans	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
08.03.2025	ReparierBar	08.30 - 13.00 Uhr, OZ Sargans	www.reparierbar-sarganserland.com	Abgabe Aufträge 08.30 - 11.00 Uhr, Rückgabe bis 13.00 Uhr
13.03.2025	VitaParcours	09.30 beim Vitaparcours Rheinau	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
20.03.2025	Hauptversammlung	14.00 Uhr OZ Sargans	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
25.03.2025	Senioren Kontaktplausch Lotto	14.00 - 17.00 Uhr Evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
25.03.2025	Ruhepunkt Ökumenische Abendmeditation	19.30 - 20.00 Uhr Zwinglikirche Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
29.03.2025	ReparierBar	08.30 - 13.00 Uhr, OZ Sargans	www.reparierbar-sarganserland.com	Abgabe Aufträge 08.30 - 11.00 Uhr, Rückgabe bis 13.00 Uhr
03.04.2025	Senioren-Mittagstisch	11.30 Uhr Hotel Post, Sargans	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
08.04.2025	Zischtighöck: Englisch	18.30 - 21.00 Uhr evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang. Frauenverein Ursula Flüeler	Keine Anmeldung nötig
10.04.2025	VitaParcours	09.30 beim Vitaparcours Rheinau	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
17.04.2025	Ruhepunkt, Ökumenische Abendmeditation, Gründonnerstag mit Abendmahl	19.30 - 20.00 Uhr Zwinglikirche Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
24.04.2025	Besuch Lindt&Sprüngli Kilchberg ZH	09.20 - 17.30 Uhr	Senioren für Senioren www.sfs-sargans.ch	Anmeldung bis 06. April 2025
29.04.2025	Senioren Kontaktplausch Erzählnachmittag: Geschichten	14.00 - 17.00 Uhr Evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
01.05.2025	Senioren-Mittagstisch	11.30 Uhr Hotel Post, Sargans	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
08.05.2025	VitaParcours	09.30 beim Vitaparcours Rheinau	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
10.05.2025	ReparierBar	08.30 - 13.00 Uhr, OZ Sargans	www.reparierbar-sarganserland.com	Abgabe Aufträge 08.30 - 11.00 Uhr, Rückgabe bis 13.00 Uhr
13.05.2025	Zischtighöck: Yoga	18.30 - 21.00 Uhr evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang. Frauenverein Ursula Flüeler	Kollekte Keine Anmeldung nötig
15.05.2025	Besuch Bahnmuseum, Bergün	08.20 - 17.30 Uhr	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Anmeldung bis 08. Mai 2025
27.05.2025	Halbtagesausflug	Evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Anmeldung an: reto.schaufelberger@ref-sargans.ch
27.05.2025	Ruhepunkt Ökumenische Abendmeditation	19.30 - 20.00 Uhr Zwinglikirche Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
05.06.2025	Senioren-Mittagstisch	11.30 Uhr Hotel Post, Sargans	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
07.06.2025	ReparierBar	08.30 - 13.00 Uhr, OZ Sargans	www.reparierbar-sarganserland.com	Abgabe Aufträge 08.30 - 11.00 Uhr, Rückgabe bis 13.00 Uhr
10.06.2025	Zischtighöck: Erzählkaffee	18.30 - 21.00 Uhr evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang. Frauenverein Ursula Flüeler	Keine Anmeldung nötig
12.06.2025	VitaParcours	09.30 beim Vitaparcours Rheinau	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Keine Anmeldung nötig
19.06.2025	Fahrt auf den Kronberg	08.00 - 17.30 Uhr	Senioren für Senioren, www.sfs-sargans.ch	Anmeldung bis 14. Juni 2025
24.06.2025	Senioren Kontaktplausch Grillnachmittag	14.00 - 17.00 Uhr Evang. Kirchgemeindehaus Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
24.06.2025	Ruhepunkt Ökumenische Abendmeditation	19.30 - 20.00 Uhr Zwinglikirche Sargans	Evang.-ref. Kirchgemeinde Pfr. Reto Schaufelberger	Keine Anmeldung nötig
28.06.2025	ReparierBar	08.30 - 13.00 Uhr, OZ Sargans	www.reparierbar-sarganserland.com	Abgabe Aufträge 08.30 - 11.00 Uhr, Rückgabe bis 13.00 Uhr

WAS	WER	TELEFON	Homepage/E-MAIL	BEMERKUNGEN
NOTRUF	Ambulanz Feuerwehr Polizei	144 118 117		
ÄRZTLICHER NOTFALLDIENST		0900 740 743		
SPITÄLER	Spital Walenstadt Spital Grabs	081 736 11 11 081 772 51 11	www.ksgr.ch www.srrws.ch	
SPITEX	Spitex Sarganserland, Bahnhofstr. 9b, 7320 Sargans	081 515 15 15	www.spitexsarganserland.ch info@spitexsarganserland.ch	Sprechstunden Sargans: Montag, Dienstag, Donnerstag 9.30–11.30 Dienstag und Freitag 14.00–15.00
PRO SENECTUTE	Pro Senectute Rheintal- Werdenberg-Sarganserland, Ge- schäftsstelle Sargans Bahnhofpark 3, 7320 Sargans	058 750 09 00	www.sg.pro-senectute.ch rws@sg.prosenectute.ch	Haushilfe- und Betreuungsangebote, Sozialberatung: finanzielle und rechtliche Fragen, Hilfe bei Umzug oder Wohnungsauflösung, Hilfsmittel, Unterstützung bei administrativen Aufgaben, Infostelle Demenz, Coaching für betreuende Angehörige, Steuerklärungsdienst, Kurse für Sprachen, Computer, kreatives Gestalten, Gesundheit und Bewegung, Gymnastik, Tanznachmittage Begleitete Wanderungen, E-Bike-Touren, Spaziergänge und Ferienwochen
MAHLZEITENDIENST	Pro Senectute Bahnhofpark 3, 7320 Sargans	058 750 09 00	rws@sg.prosenectute.ch	Bestellung 24 Stunden im Voraus – Eine Mahlzeit kostet Fr. 17.00, inklusive Hauslieferung. Sie erhalten eine Monatsrechnung. Bezüger von Ergänzungsleistung können die Lieferkosten (Fr. 8.00 pro Mahlzeit) zurückfordern.
LIAS (LEBEN IM ALTER SARGANSERLAND)	LiAS Sarganserland c/o Pro Senectute Bahnhofpark 3 7320 Sargans	058 750 09 08	www.liassarganserland.ch info@liassarganserland.ch	Unabhängige und kostenlose Beratungsstelle für die ältere Bevölkerung, deren Angehörigen und den Netzwerkpartnern der Region
FAHRDIENSTE FÜR BEHINDERTE UND BETAGTE	Tixi Verein Sarganserland, Tüfiweg 8, 9477 Trübbach	081 735 19 60	www.tixi-sarganserland- werdenberg.ch info@tixi-sarganserland- werdenberg.ch	Telefonzentralen: Montag–Freitag 8.00–11.00 Anmeldung: 1 Tag im Voraus Rollstuhl-Einstieg möglich
	Rotkreuz-Fahrdienst Werdenberg-Sarganserland	081 756 13 85	www.srk-sg.ch fahrdienst.werdenberg- sarganserland@srk-sg.ch	Montag und Freitag 08.00–11.00 / 13.30–16.00 Uhr Dienstag und Mittwoch 08.00–11.00 Uhr Donnerstag geschlossen Anmeldung: 1 Tag im Voraus
ALTERSWOHNUNGEN	Ortsgemeinde Sargans, Büro Matthäuspfrundi	081 723 21 45	info@ortsgemeinde-sargans.ch	
ALTERSZENTRUM	Haus Castelsriet, Grossfeldstrasse 7, 7320 Sargans	081 725 45 45	www.sargans.ch markus.disch@sargans.ch	
PFLERGEZENTRUM	Regionales Pflegezentrum Sarganserland, Butzerstr. 4, 8887 Mels	081 720 26 00	www.pzsl.ch	
TAGESSTÄTTE UND FACH- STELLE ZUM THEMA DEMENZ	Zentrum Wiitsicht, 9472 Grabs	081 771 50 01	www.wiitsicht.ch	
AHV, ERGÄNZUNGSLEISTUNGEN	AHV-Zweigstelle, Gemeindeverwaltung, Städtchenstr., 7320 Sargans	081 725 56 60	karin.good@sargans.ch	
ALTERSBEAUFTRAGTE, KOMMISSION FÜR DAS ALTER (KOFAS)	Andrea Büsser, Gemeinderätin	079 592 73 20	andrea.buesser@sargans.ch	Ansprechpartnerin für direkt Betroffene oder Angehörige
BERATUNGSSTELLE FÜR BEHINDERTEN- UND ALTERSGERECHTES BAUEN	Behindertenverband Procap	062 206 88 50	www.procap.ch	Procap Sargans-Werdenberg, Zweigstelle Sarganserland, 081 723 61 71 www.procap-sw.ch
BEGLEITUNG VON SCHWER-KRANKEN UND STERBENDEN MENSCHEN	Hospizgruppe Sarganserland	079 711 44 00	www.hospiz-sarganserland.ch info@hospiz-sarganserland.ch	Angehörigenunterstützung in Ergänzung zur medizinischen, seelsorgerischen und pflegerischen Betreuung
BERATUNG UND UNTERSTÜTZUNG BEI SUCHTPROBLEMEN	Soziale Dienste Sarganserland, Ragazerstr. 11, 7320 Sargans	081 725 85 00	www.sd-sargans.ch info@sd-sargans.ch	
KIRCHLICHE ALTERSARBEIT	Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Römisch-Katholisches Pfarramt	081 710 43 01 081 723 11 12	www.ref-sargans.ch irene.blatter@ref-sargans.ch sekretariat.sargans@kath-msl.ch www.kath-msl.ch	Kontaktplausch, Besuchsdienst
KATHOLISCHE FRAUENGEMEINSCHAFT	Rahel Kolb, Präsidentin	079 241 16 68	www.kfg-sargans.ch info@kfg-sargans.ch	Seniorenachmittage, Handarbeitsnachmittage, Besuchsdienst
EVANGELISCHER FRAUENVEREIN	Ursi Flüeler-Rohrer, Präsidentin	079 421 29 69	www.ref-sargans.ch/ frauenverein	Generationenprojekte, Veranstaltungen, Vernetzung
SENIOREN FÜR SENIOREN	Postfach 172, 7320 Sargans	081 599 37 49	www.sfs-sargans.ch info@sfs-sargans.ch	
SOZIALDIENST FÜR FREMSPRACHIGE	Stiftung Mintegra, Fachstelle Integration Werdenberg-Sarganserland, Rheinstrasse 4, 7320 Sargans	081 756 51 47	www.mintegra.ch info@mintegra.ch	Informationen in 14 Sprachen verfügbar
SOZIALVERZEICHNIS	Soziale Dienste Sarganserland	081 725 85 00	www.sd-sargans.ch/ sozialverzeichnis	Auskunft über Institutionen im Gesundheits- und Sozialwesen
TESTAMENT, EHE- UND ERBVERTRÄG	Amtsnotariat Buchs, Bahnhofstrasse 2, 9470 Buchs	058 229 76 91	www.afhn.sg.ch info.anbu@sg.ch	Amt für Handelsregister und Notariate