



Senioren für Senioren Sargans

Postfach 172

7320 Sargans

www.sfs-sargans.ch

info@sfs-sargans.ch

Programm 1. Semester 2019

Anmeldeverfahren:

Wenn eine Anmeldung verlangt ist, benützen Sie bitte den entsprechenden Anmeldetalon und senden diesen an „Senioren für Senioren Sargans“, Postfach 172, 7320 Sargans oder melden sich über info@sfs-sargans.ch an.

Eine Erinnerungsmeldung erfolgt rechtzeitig über Email und einer Einsendung im „Sarganserländer“ unter „Gemeinden“, Sargans.

Auskünfte über die Anmeldung erteilt Werner Wüst.

Auskünfte über die einzelnen Anlässe erteilen die entsprechenden Organisatoren:

Lina Bähler	LB	Tel. 081 723 44 95 / 079 250 60 52
Werner Wüst	WW	Tel. 081 723 68 77 / 079 677 58 08
Wolfgang Sieber	WS	Tel. 081 723 69 90 / 079 471 82 02
Bruno Tanner	BT	Tel. 081 723 34 27 / 076 421 85 39

Der Senioren–Mittagstisch findet jeweils am ersten Donnerstag im Monat im Hotel Post, Sargans, 1. Stock, statt. Es ist keine Anmeldung nötig.

Januar: Donnerstag, 17. Januar Vortrag: Eintritt ins Altersheim LB

Im kath. Pfarreiheim Sargans. Beginn 14.00 Uhr.

Jedermann/frau wünscht sich, bis zum Lebensende im gewohnten daheim bleiben zu können. Und doch es ist wichtig und von Vorteil, sich frühzeitig mit dem Gedanken eines allfälligen Eintritts ins Altersheim zu befassen.

Fragen wie: Bin ich überhaupt bereit zu einem solchen Entscheid, wie steht es dort mit meiner Freiheit, wie sieht wohl mein Alltag an einem solchen Ort aus, welches Heim würde ich vorziehen, wie muss ich vorgehen, und vieles mehr.

Geschäftsleiter vom Generationenhaus Novellas, Vilters, Herr Silvan Looser, gibt uns Anregungen und Hinweise für die Zeit vor und nach dem Eintritt in ein Altersheim. Er wird auch aufgekommene Fragen beantworten.

Danach locken Kaffee und Kuchen zu gemütlichem Beisammensein.

Keine Anmeldung nötig.

- Februar Sonntagnachmittag, 3. Februar Operettenbühne Vaduz WS**
„Der Bettelstudent“
Das Interesse an der letztjährigen Operaufführung von „La Traviata“ in Werdenberg ermuntert uns, einen weiteren musikalischen Hochgenuss in unser Programm aufzunehmen: den Besuch der bekannten Operette „Der Bettelstudent“ in Vaduz.
Besammlung um 13.30 Bahnhof Sargans. Mit dem Liechtensteiner Bus fahren wir nach Vaduz, wo wir um 14.16 ankommen. Ein paar Schritte bis zum Vaduzersaal, wo um 14.30 die Operette beginnt. Wir haben 40 Plätze reserviert. Die Anmeldungen sind deshalb verpflichtend und werden in der Reihenfolge des Eingangs zugeteilt.
Kosten: GA Fr. 75.--, Halbtax Fr. 80.-- Ohne Abo Fr. 85.--
Anmeldung: 15. Dezember 2018
- Februar Donnerstag, 21. Februar, Winterwanderung Arosa BT**
Wir besammeln uns um 08.20 am Bahnhof Sargans, Abfahrt 08.36 nach Chur-Arosa. Nach Ankunft in Arosa stärken wir uns mit Kaffee/Gipfel und fahren dann mit der Weisshornbahn zur Mittelstation auf 2043 m Höhe. Von dort wandern wir in ca. einer Stunde nach Maran und lassen uns im Hof Maran ein gutes Mittagessen munden. Nach dem Mittagessen wandern die Wanderlustigen über den Eichhörnchenweg zum Bahnhof Arosa, Dauer ca. eine Stunde. Es besteht auch die Möglichkeit, die Rückfahrt mit dem Bus zu machen. Vor der Rückreise wärmen wir uns im Café Simmen bei Kaffee und Kuchen auf. Rückfahrt ab Arosa um 15.48 Uhr, Sargans an 17.20 Uhr.
Kosten inkl. Kaffee/Gipfel, Mittagessen, Kaffee/Kuchen und Fahrtkosten:
GA: Fr. 50.-- Halbtax Fr. 60.-- Ohne Abo Fr. 70.--
Anmeldung bis 14. Februar 2019
- März Mittwoch, 20. März Hauptversammlung BT**
Aula Oberstufenzentrum Sargans um 14 Uhr.
Einladung erfolgt separat.
- April Donnerstag, 18. April Vorstellung Verein Tschernobylkinder BT**
14.00 Uhr im kath. Pfarreiheim Sargans stellt Herr Mathias Juzi den Verein vor. Der Verein leistet neben dem jährlichen Ferienlager für 34 ukrainische Kinder im Haus Margess viel zur Entwicklung der Jugend im Bezirk Lugini und ist natürlich auf Unterstützung angewiesen.
Im Anschluss gibt es Kaffee und Kuchen.
Keine Anmeldung nötig.

Mai **Donnerstag, 16. Mai** **Besuch Grabser Mühlbach** **WS**

Der Grabser Mühlbach ist ein künstlich angelegter Gewerbebach. Mit seiner vielfältigen Nutzung auf einer Länge von 1.7 km und der Zahl noch erhaltener Anlagen ist er einzigartig in der Schweiz.

Besammlung Bahnhof Sargans um 13.20 Uhr. Fahrt mit dem Zug nach Buchs und mit dem Postauto nach Grabs. Geführter Rundgang zu den verschiedenen Gewerbebetrieben (Sägereien, Mühlen, Schmieden etc.) entlang des Mühlbachs (zum Teil nur von aussen zu besichtigen). Die Verarbeitung von Schafwolle ist einer der Besichtigungsorte, der nur bei Führungen zugänglich ist. Nach dem Rundgang geniessen wir einen kleinen Apéro bevor wir um 17.00 wieder den Heimweg antreten und um 17.24 in Sargans ankommen. Kosten inkl. Bahn-/Busfahrt, Führung, Apéro GA Fr. 25.--, Halbtax Fr. 30.--, ohne Abo Fr. 35.--.

Anmeldung bis 9. Mai 2019

Juni: **Donnerstag, 20. Juni** **Lustiges wandern auf dem «Witzweg»** **WW**
auf dem Teilstück zwischen Wolfhalden und Heiden

Wir treffen uns um 08.20 Uhr im Bahnhof Sargans und nehmen den Zug um 08.36 Uhr Richtung Rheineck. Dort nehmen wir die Zahnrad-Bahn nach Walzenhausen mit Ankunft 09.42 Uhr. Im Café-Restaurant zum Bahnhof stärken wir uns mit Kaffee und Gipfeli. Um 11.03 Uhr bringt uns der Bus 224 von Walzenhausen nach Wolfhalden Dorf wo wir um 11.14 Uhr ankommen. Von dort aus starten wir die gemütliche Wanderung auf dem lustigen Witzweg auf der Teilstrecke Wolfhalden – Heiden (ca. 45 Minuten, ca. 2,3 km). Wir geniessen die schöne Appenzeller Landschaft mit teils herrlicher Aussicht auf den Bodensee. Viele Witztafeln lassen uns herzlich lachen und die «listig-träfen» Witze zeigen den typisch appenzellischen Humor. In Heiden geniessen wir ein feines Mittagessen im schmucken Biedermeier-saal des Hotels Linde.

Nach dem Mittagessen um 13.31 Uhr erfolgt die Rückfahrt mit der Appenzeller Bahn von Heiden nach Rorschach Hafen, Ankunft um 14.00 Uhr. Und ab 14.30 Uhr geniessen wir die 70-minütige Schifffahrt zwischen Rorschach Hafen und Rheineck. Um 15.56 Uhr erfolgt die Rückfahrt von Rheineck mit der SBB nach Sargans. Ankunft in Sargans um 18.00 Uhr. Kosten für Fahrt, Mittagessen, Kaffee und Gipfeli:
Fr. 25.-- mit GA, Fr. 50.-- mit Halbtax, Fr. 75.-- ohne Abo.

Anmeldung bis 13. Juni 2019