Porträt	Das Seniorenorchester PRO MUSICA besteht seit Herbst 1995, hat ca. 20 Mitglieder. Jederzeit freut sich das Orchester über engagierte neue Mitglieder, bevorzugt sind Orchesterinstrumente. Das Repertoire ist breit gefächert. Alle Stilrichtungen von Barock über Klassik, Romantik bis zu zeitgenössischer Musik sowie die Bearbeitung fremdländischer Volksmusik werden berücksichtigt.
Teilnahme	Einstieg ist jederzeit möglich. Sie sind herzlich zu einer unverbindlichen Schnupperprobe eingeladen.
Kosten	CHF 250.00 pro Jahr
Leitung	Vreni Sailer, Musikpädagogin und Geigerin, 081 302 36 64
Ort	CHUNRAT - Haus der Musik, Churerstrasse 51, Altstätten
Zeit	jeden zweiten Mittwoch, 14:30 bis 17:00 Uhr

Das Orchester lässt sich für Auftritte gerne engagieren, zum Beispiel in Gottesdiensten, für Altersnachmittage oder zu anderen Anlässen.

Auskunft erteilt Vreni Sailer, Musikpädagogin und Geigerin, 081 302 36 64.

Mitspielende gesucht

Das Rheintalische Seniorenorchester unter dem Namen "Pro Musica" sucht immer gerne neue Instrumentalistinnen und Instrumentalisten. Die Proben finden alle 14 Tage statt. Gespielt werden alle Arten von Musik, nur kein Rock.

Also: Kommen, zuhören, mitspielen, auch wenn’s nicht sofort klappt. Frisch gewagt ist halb gewonnen. Das Orchester und die Dirigentin Vreni Sailer freuen sich.





Jassen für Einsteiger:innen

Jassen ist das beliebteste Kartenspiel der Schweiz. Es gibt viele verschiedene Spielarten. Im Grundkurs wird gelernt, welche Spielkarte wie verwendet wird und die wichtigsten Regeln und Grundlagen werden Schritt für Schritt vermittelt. In entspannter und geselliger Atmosphäre wird gemeinsam gespielt und geübt. Der Kurs eignet sich für alle, die bisher wenig oder keine Erfahrung mit Jassen haben. Es ist nie zu spät, Jassen zu lernen!

	Kosten: CHF 79.00	
Sargans	Fr 15.01.2027 – Fr 05.02.2027 09:00 – 11:30, 4 x 2.5 Std. Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans Leitung: Peter Felix	327/507
Altstätten	Mo 18.01.2027 – Mo 15.02.2027 14:00 – 16:00, 5 x 2 Std. Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten Leitung: Marion Waldburger	127/508

Jassen mit Gleichgesinnten

Jassen ist mehr als nur Spiel und Spass. Es ist eine wunderbare Gelegenheit, aktiv und in Gesellschaft zu sein, neue Kontakte zu knüpfen. Jassen hält fit - nicht nur im Kopf, sondern auch im Herzen! Der "Schieberjass" ist in der Schweiz ein sehr beliebtes und bekanntes Kartenspiel. Bei Bedarf können Varianten wie Schellenjass, Bandur, Sackjass, Bühter gemeinsam gespielt werden. Gut Jass.

Sennwald	Di 12.01.2027 – Di 15.06.2027 14:00 – 16:00, 10 x 2 Std. Alters- und Pflegeheim Forstegg, Forstegg 1, Sennwald Kosten: Der Jass-Nachmittag ist dank der Unterstützung unserer Partner kostenlos. Leitung: Hans Junginger-Untersander	127/501

Patience

Patience legen - das spannende und zugleich entspannende Spiel - ist nicht nur ein vergnüglicher Zeitvertreib. Es trainiert auch die geistige Beweglichkeit, fördert die Konzentration und schafft Distanz zu Alltagsproblemen. Zudem ist man bei diesem Spiel nicht zwingend auf andere Mitspielende angewiesen. Von der riesigen Varianten-Vielfalt aus der Patiencen-Welt wird in diesem Kurs eine Auswahl vorgestellt.

Buchs	Do 18.02.2027 – Do 25.02.2027 14:00 – 16:30, 2 x 2.5 Std. Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs Kosten: CHF 79.00, Leitung: Peter Felix	227/505

Grundlagen des Schachspiels

Das Schachspiel steigert die Konzentrationsfähigkeit und fördert die geistige Fitness. In diesem Einführungskurs werden die Zugmöglichkeiten der einzelnen Spielfiguren kennengelernt und angewendet. Nach dem Theorieteil wird das Wissen in die Praxis umgesetzt und die Anwesenden spielen gegeneinander. Das Lerntempo wird den Vorkenntnissen der Teilnehmenden angepasst.

	Kosten: CHF 115.00	
Buchs	Do 11.02.2027 – Do 11.03.2027 09:00 – 11:00, 5 x 2 Std. Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs Leitung: Erich Wiprächtiger	227/501
Sargans	Fr 26.02.2027 – Fr 09.04.2027 09:00 – 11:00, 5 x 2 Std. Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans Leitung: Martin Wyss	327/502

Kurzweilige Spiele für gesellige Momente

NEU

Spielen gehört zum menschlichen Leben und macht in jedem Alter Freude. Es hält den spielerischen Geist lebendig und bringt Abwechslung in den Alltag. In diesem Kurs werden einfache, kostengünstige und schnell umsetzbare Spiele vorgestellt. Dazu gehören beispielsweise Würfel-, Karten- und Streichholzspiele sowie Spiele mit Stift und Papier. Die Spiele können zu zweit, in einer Gruppe oder gemeinsam mit Kindern gespielt werden. Spielen schenkt Freude, Leichtigkeit und schöne gemeinsame Momente. Lasst uns spielen!

Altstätten	Mo 22.02.2027 – Mo 22.03.2027 14:00 – 16:00, 5 x 2 Std. Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten Kosten: CHF 79.00, Leitung: Marion Waldburger	127/507