



Sennwald	<b>Jassen mit Gleichgesinnten</b>	126/501
Kursdauer	Di 11.08.2026 – Di 08.12.2026	
Kurszeiten	14:00 – 16:00, 10 x 2 Std.	
Kursort	Alters- und Pflegeheim Forstegg, Forstegg 1, Sennwald	
Beschreibung	Jassen ist mehr als nur Spiel und Spass. Es ist eine wunderbare Gelegenheit, aktiv zu bleiben, in Gesellschaft zu sein und 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, Bühler gemeinsam gespielt werden. Gut Jass.	
Kosten	Der Jass-Nachmittag ist dank der Unterstützung unserer Partner kostenlos.	
Leitung	Markus Lüchinger	

Altstätten	<b>Jass-Varianten</b>	126/509
Kursdauer	Do 29.10.2026 – Do 05.11.2026	
Kurszeiten	14:00 – 16:30, 2 x 2.5 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
Beschreibung	Schieber ist die am meisten verbreitete Jass-Art für 4 Personen. Daneben gibt es eine grosse Anzahl weiterer interessanter, spannender und spassiger Varianten. In diesem Kurs werden einige weniger bekannte Jassvarianten für 2 - 4 Spielende vorgestellt und gespielt. Der Kurs richtet sich an alle, die schon Grundkenntnisse im Jassen oder einem anderen Stichspiel haben und gerne etwas Neues kennen lernen möchten.	
Kosten	CHF 75.00	
Leitung	Peter Felix	

## Begegnung schenken ...

Geschenk-Gutscheine für Kurse erhalten Sie bei  
Pro Senectute Rheintal Werdenberg Sarganserland  
Telefon 058 750 09 00

Sargans	<b>Patience</b>	326/512
Kursdauer	Mo 26.10.2026 – Mo 02.11.2026	
Kurszeiten	09:00 – 11:30, 2 x 2.5 Std.	
Kursort	Bürohaus St. Barbara, Rheinstrasse 4, Sargans	
Beschreibung	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 Patiences-Welt wird in diesem Kurs eine Auswahl vorgestellt.	
Kosten	CHF 75.00	
Leitung	Peter Felix	

Buchs	<b>Grundlagen des Schachspiels</b>	226/508
Kursdauer	Mo 02.11.2026 – Mo 30.11.2026	
Kurszeiten	9:00 – 11:00, 5 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	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	
Leitung	Erich Wiprächtiger	

Sargans	<b>Grundlagen des Schachspiels</b>	326/509
Kursdauer	Do 05.11.2026 – Do 03.12.2026	
Kurszeiten	14:00 – 16:00, 5 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 226/508	
Kosten	CHF 115.00	
Leitung	Martin Wyss	

Altstätten	<b>Literaturklub, Altstätten</b>	126/507
Kursdauer	Di 20.10.2026 – Di 16.03.2027	
Kurszeiten	14:00 – 16:00, 6 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
Beschreibung	Eintauchen in neue Welten, in unbekannte Lebensbereiche und neue Umgebungen. Bücher beflügeln die Fantasie und regen die Gedanken an. Im Literaturklub wird ein Buch pro Monat zu Hause gelesen und beim monatlichen Treffen diskutiert. In der gemeinsamen Reflexion lässt sich darlegen, was einem am Buch gefällt und durch die verschiedenen Meinungen erhält man neue und vertiefte Erkenntnisse. Das erste Buch ist von Martin Suter: "Melody".	
Kosten	CHF 150.00	
Leitung	René Zäch	

Sargans	<b>Literaturklub, Sargans</b>	326/508
Kursdauer	Mi 21.10.2026 – Mi 10.03.2027	
Kurszeiten	14:15 – 16:15, 6 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans	
Beschreibung	"Gute Literatur regt zum Denken an, löst Emotionen aus und schenkt Einblicke in fremde Welten." (Literaturclub SRF). Manchmal gefallen einem Bücher, manchmal weniger - so oder so, im gemeinsamen Gespräch lässt sich darlegen, was man an einem Buch mag und was nicht. Und nicht selten bringt das Reden über ein Buch völlig neue Erkenntnisse. Die Teilnehmenden lesen zu Hause pro Monat ein Buch zeitgenössischer Literatur und diskutieren darüber an zwei Stunden beim monatlichen Nachmittagstreff. (Zeitgenössisch heisst: entstanden oder herausgegeben während der letzten 30 Jahre.) Das erste Buch wählt die Kursleiterin aus und gibt den Titel rechtzeitig bekannt.	
Kosten	CHF 150.00	
Leitung	Elsbeth Schrepfer	

Buchs	<b>Literaturklub, Buchs</b>	226/506
Kursdauer	Do 22.10.2026 – Do 11.03.2027	
Kurszeiten	14:15 – 16:15, 6 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 326/508	
Kosten	CHF 150.00	
Leitung	Elsbeth Schrepfer	