



Kursprogramm

Januar - Dezember 2026
Wil & Toggenburg

Kultur & Kreatives

Biografisches Schreiben Wil

+ 261.510

Dienstag, 03.11.- 24.11. (4x)
14.00 - 16.30
CHF 180.-
Rita Schmid

Zeichnen mit Stift und Pinsel Wil

NEU + 261.521

Donnerstag, 05.02.- 12.03. (6x)
08.30 - 10.30
CHF 216.- plus Material CHF 40.-

Donnerstag, 20.08.- 24.09. (6x)
08.30 - 10.30
CHF 216.- plus Material CHF 40.-
Liz Elissa

Malen - Freude an Farbe und Pinsel Wattwil

NEU + 261.520

Montag, 09.03. - 13.04. (6x)
09.00 - 11.00
CHF 216.- plus Material CHF 40.-

24.08. - 28.09. (6x)
09.00 - 11.00
CHF 216.- plus Material CHF 40.-
Esther Nyima

Lesezirkel Wil

+ 261.541

Daten nach Anfrage

Lesezirkel Uzwil

+ 261.540

Freitag, 09.01., 23.01., 06.02., 20.02., 06.03., 20.03.,
10.04., 24.04., 08.05., 22.05., 05.06., 19.06., 03.07.,
14.08., 28.08., 11.09., 25.09., 09.10., 23.10., 06.11.,
20.11., 04.12.
11.00 - 12.30
Ernesto Huber

Disco 60+, Lichtensteig

Disco 60+ - Tanz durch die Jahrzehnte Chössi-Theater, Lichtensteig

+ 261.500

Montag, 12.01., 16.02., 16.03.
18.00 - 22.00
CHF 10.- pro Teilnahme plus eigene Konsumation



Theatergruppe Kleeblatt

+ 261.485

Anfragen für Auftritte werden gerne entgegen genommen. Personen, die gerne vor, auf oder hinter der Bühne mitwirken möchten, sind jederzeit willkommen.

Sonntagstreff

Sonntagstreff (ohne Anmeldung)

Wattwil

+ 262.465

Sonntag, 11.01., 25.01., 08.02., 22.02., 08.03., 22.03., 19.04., 03.05., 17.05., 31.05., 14.06., 28.06., 06.07., 16.08., 30.08., 13.09., 27.09., 11.10., 25.10., 08.11., 22.11., 06.12., 20.12.

14.00 - 16.30

CHF 5.- pro Teilnahme, inkl. Kaffee und Kuchen
Agnes Zimmermann, Alice Winiger, Renato Tschudi,
Annette Marty, Luzia Wichser, Angela Ruch, Anne
Fritsche, Monika Meier, Regula Bucher

Sonntagstreff (ohne Anmeldung)

Wil, Quartiertreff Lindenhof

+ 261.465

Sonntag, 11.01., 01.02., 15.02., 08.03., 22.03., 14.04., 19.04., 03.05., 17.05., 31.05., 14.06., 28.06., 12.07., 23.08., 06.09., 20.09., 04.10., 18.10., 01.11., 15.11., 29.11., 13.12.

14.00 - 16.30

CHF 2.- pro Teilnahme, inkl. Kaffee und Kuchen
Manuela Chaabani

Kafi-Treff (ohne Anmeldung)

Peter Kafi, Wil

+ 261.467

Donnerstag, 22.01., 19.02., 19.03., 16.04., 14.05., 18.06., 16.07., 20.08., 17.09., 15.10., 19.11., 17.12.

09.00 - 11.00

kostenlos (eigene Konsumation)
Céline Kaiser

Jassen

Jasstreff (ohne Anmeldung)

Wil

+ 261.461

Mittwoch, 21.01., 18.02., 18.03., 15.04., 20.05., 17.06., 16.09., 21.10., 18.11., 16.12.

09.00 - 11.00

CHF 5.-

Doris Regli

Jasstreff (ohne Anmeldung)

Uzwil

+ 261.460

Mittwoch, 14.01., 11.02., 11.03., 08.04., 13.05., 14.10., 11.11., 09.12.

14.00 - 17.00

Erika Milic

Jasstreff (ohne Anmeldung)

Wattwil

+ 262.459

Dienstag, 27.01., 24.02., 31.03., 28.04., 26.05., 30.06., 25.08., 29.09., 27.10., 24.11., 15.12.

14.00 - 16.00

CHF 5.-

Doris Regli

«Anregung und Begegnung schenken!»

Mit einem Kursgutschein

von Pro Senectute.

Auskunft unter 071 913 87 87

Jassen für Anfänger Uzwil

+ 261.450

Daten nach Anfrage

Jassen für Anfänger Wil

+ 261.450

Daten nach Anfrage

Jassen für Fortgeschrittene Uzwil

+ 261.451

Daten nach Anfrage

Jassen für Fortgeschrittene Wil

+ 261.451

Daten nach Anfrage

Gedächtnistraining

Fit im Kopf Wattwil

+ 262.110

Mittwoch, 18.02. (gratis Schnupperlektion)
14.00 - 15.00
Mittwoch, 25.02. - 01.04. (6x)
14.00 - 16.00
CHF 216.-
Astrid Koller

Fit im Kopf Wil

+ 261.110

Mittwoch, 12.08. (gratis Schnupperlektion)
14.00 - 15.00
Mittwoch, 26.08. - 07.10. (6x)
14.00 - 16.00
CHF 216.-
Astrid Koller

Gedächtnisclub Wil

+ 261.112

Freitag, 23.01., 27.02., 27.03., 24.04., 22.05., 26.06.
14.00 - 16.00
CHF 120.-

Freitag, 28.08., 25.09., 23.10., 27.11., 11.12.
14.00 - 16.00
CHF 100.-
Astrid Koller

Gedächtnisclub Wattwil

+ 262.113

Donnerstag, 08.01., 05.02., 05.03., 02.04., 07.05.,
04.06., 02.07.
14.00 - 16.00
CHF 140.-

Donnerstag, 03.09., 08.10., 05.11., 03.12.
14.00 - 16.00
CHF 80.-
Elsbeth Lauchenaier, Angela Duttli

Anmeldung unter:
071 913 87 84
www.sg.prosenectute.ch

Schach

Schach spielen für Anfänger Wattwil

+ 262.452

Montag, 02.02. - 02.03. (5x)
09.30 - 11.30
CHF 180.-
Hans Karrer

Schach spielen für Fortgeschrittene Wattwil

+ 262.449

Montag, 14.08. - 18.09. (5x)
14.00 - 16.00
CHF 180.-
Hans Karrer

Schach spielen für Anfänger Wil

+ 261.452

Montag, 14.08. - 18.09. (5x)
09.30 - 11.30
CHF 180.-
Hans Karrer

Schach spielen für Fortgeschrittene Wil

+ 261.449

Montag, 02.02. - 09.03. (5x)
14.00 - 16.00
CHF 180.-
Hans Karrer

Schachclub Wil

+ 261.455

Freitag, 16.01., 20.02., 20.03., 17.04., 22.05., 19.06.
14.00 - 16.00
CHF 120.-

Freitag, 21.08., 18.09., 16.10., 20.11., 18.12.
14.00 - 16.00
CHF 100.-
Bernhard Nadler

Schachclub Wattwil

+ 262.455

Montag, 26.01., 23.02., 16.03., 20.04., 18.05.,
22.06.
14.00 - 16.00
CHF 120.-

Montag, 24.08., 28.09., 26.10., 23.11., 14.12.
14.00 - 16.00
CHF 100.-
Hans Karrer

Minigolf

Minigolf-Treff (ohne Anmeldung) Wil

+ 261.411

Donnerstag, 23.04., 28.05., 25.06., 27.08., 17.09.
14.00 - 16.00
kostenlos
René Schaub

Wassergymnastik

Wassergymnastik Uzwil, Hallenbad Buecherwäldli

+261.163

Dienstag, 19.15 - 20.00
CHF 14.-plus Hallenbadeintritt
Lisa Rey

Wassergymnastik Uzwil, Hallenbad Buecherwäldli

+261.164

Dienstag, 20.00 - 20.45
CHF 14.-plus Hallenbadeintritt
Lisa Rey

Wassergymnastik Uzwil, Hallenbad Buecherwäldli

+261.165

Mittwoch, 16.45 - 17.30
CHF 14.-plus Hallenbadeintritt
Eveline König

Wassergymnastik Uzwil, Hallenbad Buecherwäldli

+261.166

Donnerstag, 07.45 - 08.30
CHF 14.-plus Hallenbadeintritt
Eveline König

Wassergymnastik Bütschwil, Hallenbad

+262.163

Mittwoch, 07.15 - 08.00
CHF 14.-plus Hallenbadeintritt
Lisa Rey / Martina Deim

Wassergymnastik Reka Hallenbad, Wildhaus

NEU +262.167

Mittwoch, 08.30 - 09.15
CHF 14.-
Christiana Sutter

Alltagstraining - Gymnastik Region Toggenburg

Alt St. Johann

+262.716

Mittwoch, 14.00 - 15.00
Sonja Ruoss

Brunnadern

+262.731

Dienstag, 09.40 - 10.40
Marianne Wirz / Christine Frei

Nesslau

+262.736

Mittwoch, 08.45 - 09.45
Mary Barran

Stein

+262.747

Montag, 14.00 - 15.00
Elisabeth Raschle / Silvia Hess-Bohl

Wattwil

+262.746

Mittwoch, 13.45 - 14.45
Ida Lieberherr / Sonja Ruoss

Machen Sie mit -
bleiben Sie fit!

Alltagstraining - Gymnastik Region Wil

Gähwil

+261.720

Mittwoch, 14.00 - 15.00
Claudia Rohrer

Lenggenwil

+261.725

Mittwoch, 13.40 - 14.40
Vroni Rüegg / Julia Wiget

Niederhelfenschwil

+261.730

Mittwoch, 15.00 - 16.00
Vroni Rüegg / Julia Wiget

Niederwil

+261.735

Mittwoch, 15.00 - 16.00
Marianne Wirz

Oberuzwil

+261.745

Mittwoch, 13.30 - 14.30
Ruth Hengartner / Marianne Wirz

Rossrüti

+261.750

Mittwoch, 14.00 - 15.00
Louise Kempster / Franziska Senn

Uzwil

+261.755

Montag, 08.30 - 09.30
Erika König

Wil

+261.770

Mittwoch, 14.00 - 15.00
Doris Kleger / Margareta Rohrbasser

Züberwangen / Zuzwil

+261.775/785

Dienstag, 14.00 - 15.00
Anita Braunwalder / Louise Kempster

Zuckenriet

+261.780

Mittwoch, 13.45 - 14.45
Vroni Rüegg / Julia Wiget

CHF 130.- Jahresbeitrag

Bänkli - Fit

Bänkli - Fit, Kraft und Balance am Bänkli Wildhaus

+262.714

Mittwoch, Mai - Oktober
10.00 - 11.00
CHF 65.- (Halbjahresbeitrag)
Christiana Sutter

Sturzprävention

Sturzprophylaxe

Wil, Wenger Fitnesscenter

+261.130

Mittwoch, 18.02. - 08.04. (8x)
15.00 - 16.00
Mittwoch, 21.10. - 09.12. (8x)
CHF 144.-
Gabi Visser

Gleichgewichtstraining

Wil, Wenger Fitnesscenter

+261.131

Mittwoch, 10.30 - 11.15
CHF 14.- (Einstieg jederzeit möglich)
Gabi Visser

Pilgern

Pilgerwoche Oberengadin - Puschlav +261.591

Montag - Freitag, 07.09. - 11.09.
Details auf separatem Prospekt
Urs Meier / Thomas Ebnetter

Wandern

Wandertouren +261.180

Dienstag, 13.01., 17.02., 03.03., 17.03., 31.03., 14.04., 28.04., 12.05., 26.05., 09.06., 23.06., 07.07., 21.07., 04.08., 18.08., 01.09., 15.09., 29.09., 13.10., 27.10., 10.11., 24.11., 15.12.
Details auf separatem Prospekt
CHF 10.- pro Tour, exkl. Reisekosten
Rita Koller, Andrea Pfammatter, Hansruedi Morellon, Robert Linder, Giorgio Chimento, Ivo Giger, Sepp Trüssel

Nachmittagswanderungen 261.181

Donnerstag, 08.01., 12.02., 12.03., 09.04., 14.05., 11.06., 09.07., 13.08., 10.09., 08.10., 12.11., 10.12.
CHF 5.- pro Wanderung, exkl. Reisekosten
Details auf separatem Prospekt
Marcel Hollenstein

Velofahren

Velotouren mit E-Bike + 261.170

Dienstag, 21.04., 05.05., 19.05., 02.06., 16.06., 30.06., 14.07., 11.08., 25.08., 08.09., 22.09., 27.10.
CHF 90.- Jahresbeitrag
Details auf separatem Prospekt
Elmar Hengartner, Bruno Meile

Moutainbike Touren + 262.175

Montag, 04.05., 18.05., 01.06., 15.06., 29.06., 17.08., 31.08., 14.09., 28.09.
Besammlung 13.30, Bahnhof Wattwil
CHF 10.- pro Tour
Walter Baumann

Tanzen

Tanznachmittag (ohne Anmeldung) Wattwil, kath. Pfarreiheim + 262.481

Dienstag, 06.01., 03.02., 10.03., 07.04., 05.05., 02.06., 01.09., 06.10., 03.11., 01.12.
14.00 - 17.00
CHF 5.- pro Teilnahme
Astrid Koller, Marianne Wirz

Line Dance Wil, Kulturwerkstatt +261.153

Montag, 09.30 - 11.00
CHF 15.- pro 1.5 Stunden
Martha Lüdi

Line Dance Wil, Kulturwerkstatt +261.155

Montag, 11.30 - 13.00
CHF 15.- pro 1.5 Stunden
Martha Lüdi

Line Dance Wil, Kulturwerkstatt +261.154

Dienstag, 11.30 - 13.00
CHF 15.- pro 1.5 Stunden
Martha Lüdi

Line Dance

Wil, Kulturwerkstatt

+261.152

Dienstag, 13.30 - 15.00
CHF 15.- pro 1.5 Stunden
Martha Lüdi

Line Dance

Wattwil, Thurpark

262.151

Donnerstag, 14.30 - 16.00
CHF 15.- pro 1.5 Stunden
Jaqueline Grunder

Everdance

Wil, Kulturwerkstatt

+261.156

Mittwoch, 11.00 - 12.00
CHF 10.- pro Stunde (Einstieg jederzeit möglich)
Monique Schubiger

Everdance

Wil, Kulturwerkstatt

+261.157

Mittwoch, 12.15 - 13.15
CHF 10.- pro Stunde (Einstieg jederzeit möglich)
Monique Schubiger

Everdance

Ebnat Kappel, Bewegungsraum

+262.156

Dienstag, 08.15 - 09.15
CHF 10.- pro Stunde (Einstieg jederzeit möglich)
Monique Schubiger

Everdance

Ebnat Kappel, Bewegungsraum

+262.157

Dienstag, 09.30 - 10.30
CHF 10.- pro Stunde (Einstieg jederzeit möglich)
Monique Schubiger

Qi Gong

Qi Gong am Weier

Wil

+261.145

Mittwoch, 20.05. - 23.09.
09.30 - 10.30 (nur bei trockener Witterung)
kostenlos
Beatrice Gemperli

Bei allen Angeboten ist die Versicherung Sache der Teilnehmenden

Computer / IT

Computeria Plus (ohne Anmeldung)

Wil

+261.300

Mittwoch, 21.01., 18.02., 18.03., 15.04., 13.05., 17.06.,
12.08., 09.09., 14.10., 25.11.
14.00 - 16.00
CHF 10.- pro Teilnahme
Hanspeter Züst

Computeria Plus (ohne Anmeldung)

Wattwil

+262.302

Donnerstag, 08.01., 19.02., 12.03., 09.04., 14.05.,
11.06., 09.07., 13.08., 10.09., 08.10., 12.11., 10.12.
09.00 - 11.00
CHF 10.- pro Teilnahme
Willi Metzger

Alle Angebote unter:
www.sg.prosenectute.ch

Homeservice

Homeservice / Privatunterricht **261.315**

Persönliche Betreuung durch einen
Kursleiter zu Hause oder im Kursraum
CHF 100.- (1 x 1 Stunde)
CHF 180.- (1 x 2 Stunden)

PC Kurse für Anfänger

werden als Homeservice / Privatunterricht angeboten

Computer

Computeraltag für Seniorinnen und Senioren Wil **+ 261.311**

Dienstag, 03.02. Vorkurs (kostenlos)
Dienstag, 24.02. - 17.03. (4x), 14.00 - 16.00
CHF 240.- (inkl. Kursunterlagen)

Freitag, 16.10. Vorkurs (kostenlos)
Freitag, 06.11. - 27.11. (4x), 14.00 - 16.00
CHF 240.- (inkl. Kursunterlagen)
Hanspeter Züst

Computeraltag für Seniorinnen und Senioren Wattwil **+ 262.311**

Donnerstag, 26.02. Vorkurs (kostenlos)
Donnerstag, 26.03. - 23.04. (4x), 14.00 - 16.00

Donnerstag, 22.10. Vorkurs (kostenlos)
Donnerstag, 12.11. - 10.12. (4x), 14.00 - 16.00
CHF 240.- (inkl. Kursunterlagen)
Willi Metzger

Textverarbeitung mit Word Wattwil

+ 262.340

Donnerstag, 15.10. - 29.10. (3x)
08.30 - 10.30
CHF 180.- (inkl. Kursunterlagen)
Willi Metzger

Textverarbeitung mit Word Wil

+ 261.340

Freitag, 23.01. - 06.02. (3x)
09.00 - 11.00
CHF 180.- (inkl. Kursunterlagen)
Sandra Germann

Durchblick im Computer Begriffe-Dschungel Wil **NEU + 261.342**

Freitag, 04.09.
09.00 - 11.00
CHF 60.-
Hanspeter Züst

KI - Künstliche Intelligenz

KI im Alltag - Schritt für Schritt erklärt Wattwil **NEU + 262.321**

Mittwoch, 21.01. - 04.02. (3x)
14.00 - 16.00, CHF 180.-
Otto Wälchli

KI im Alltag - Schritt für Schritt erklärt Wil **NEU + 261.321**

Mittwoch, 14.10. - 28.10. (3x)
14.00 - 16.00, CHF 180.-
Otto Wälchli

Handy -Treff (Android / iPhone)

Handytreff (ohne Anmeldung), Wil **NEU** + 261.306

Mittwoch, 04.02., 04.03., 01.04., 06.05., 03.06., 01.07.,
05.08., 02.09., 21.10., 04.11., 02.12.
14.00 - 16.00
CHF 10.- pro Teilnahme
Willem Koper

Smartphone

iPhone Wil

+ 261.362

Freitag, 06.03. - 20.03. (3x)
08.30 - 11.30
CHF 270.- (inkl. Kursunterlagen)
Raymond Scheer

iPhone, Fortsetzungskurs Wil

+ 262.362

Freitag, 12.06. - 26.06. (3x)
08.30 - 11.30
CHF 270.- (inkl. Kursunterlagen)
Raymond Scheer

iPhone Wattwil

+ 262.362

Freitag, 16.10. - 30.10. (3x)
13.30 - 16.30
CHF 270.- (inkl. Kursunterlagen)
Raymond Scheer

Reiseplanung digital Wil

+ 261.330

Freitag, 08.05. (Vorkurs),
Freitag, 29.05. - 12.06. (3x)
14.00 - 16.00, CHF 180.- (inkl. Kursunterlagen)
Otto Wälchli

Reiseplanung digital Wattwil

+ 262.330

Donnerstag, 15.10. (Vorkurs),
Mittwoch, 04.11. - 18.11. (3x)
14.00 - 16.00
CHF 180.- (inkl. Kursunterlagen)

Schulung "SBB Mobile" Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile Wattwil / Wil + 262/261.380

Montag, 02.03., Wattwil
Dienstag, 01.04., Wil
Montag, 27.08., Wattwil
Dienstag, 03.11., Wil
14.00 - 16.00
kostenlos

Fotospaziergang, Wil

+ 261.396

Donnerstag, 23.04., 21.05., 27.08., 24.09.
14.00 - 16.30, CHF 100.-
Beat Gasser

Fototreff (ohne Anmeldung), Wil

+ 261.305

Donnerstag, 08.01., 05.02., 05.03., 02.04., 07.05., 04.06.,
02.07., 13.08., 03.09., 01.10., 05.11., 03.12.
13.30 - 16.30
CHF 10.- pro Teilnahme
Beat Gasser

Achtsamkeit

Sitzen in der Stille Uzwil

+ 261.125

Donnerstag, 29.10., 05.11., 19.11., 03.12.
14.00 - 15.15
CHF 50.-
Silvia Spycher

Kraft durch Atmen - Atemübungen für den Alltag Ebnat-Kappel, Bewegungsraum

+ 262.127

Dienstag, 17.02. - 31.03. (7x)
10.45 - 11.45
126.-
Dienstag, 20.10. - 08.12. (8x)
CHF 144.-
Monique Schubiger

Meditation mit Klangschalen Ebnat-Kappel, Bewegungsraum

NEU + 262.126

Montag, 12.01., 02.02., 16.03., 13.04., 04.05., 01.06., .
09.30 - 10.30
CHF 108.-
Montag, 12.10., 02.11., 07.12.
09.30 - 10.30
CHF 72.-
Barbara Castenberg

In der Ruhe liegt die Kraft - Entspannung im Alltag Wil

NEU + 261.125

Donnerstag, 19.03. - 23.04. (6x)
09.00 - 10.15
CHF 135.-
Donnerstag, 22.10. - 26.11. (6x)
Adrian Zeller

Docupass - Vorsorgedokumente

Docupass - Vorsorgedokumente Wattwil

+ 262.640

Dienstag, 24.03. oder
Dienstag, 12.05. oder
Dienstag, 03.11.
13.45 - 16.45
CHF 54.- (exkl. Docupass)
Angela Gini

Docupass - Vorsorgedokumente Wil

+ 261.640

Mittwoch, 25.02. oder
Mittwoch, 22.04. oder
Mittwoch, 07.10.
13.45 - 16.45
CHF 54.- (exkl. Docupass)
Angela Gini

**Haben Sie keinen Kurs gefunden, der
Ihnen zusagt? Neue Angebote gibt es
auch im laufenden Jahr. Schauen Sie
unter: www.sg.prosenectute.ch**

Sicherheit

Sicherheit am Steuer Wil

+ 261.610

Dienstag, 07.04.
14.00 - 16.30 (Theorie)
CHF 120.- (Theorie und Fahrstunde)
Sara Franzen

Sicherheit am Steuer Wattwil

+ 262.610

Dienstag, 22.09.
14.00 - 16.30 (Theorie)
CHF 120.- (Theorie und Fahrstunde)
Sara Franzen



Ernährung

Kochen für Männer, Einsteiger Wil

+ 261.515

Daten nach Anfrage

Englisch

Englisch Sprachenkafi (ohne Anmeldung) Wil

+ 261.SK11

Freitag, 23.01., 27.02., 27.03., 24.04., 22.05., 26.06., 28.08.,
25.09., 23.10., 27.11.
08.30 - 10.30
CHF 10.- pro Teilnahme
Hanni Bütikofer

Englisch Neueinsteiger Wattwil

NEU + 262.EA20

Freitag, ab 23.01.
11.00 - 12.00
Rebecca Mc Bride

Englisch A1 Grundkenntnisse Wil

+ 261.EA20

Mittwoch, 08.30 - 09.30
Myriam Neher

Englisch A1 Grundkenntnisse Wil

+ 261.EA21

Freitag, 08.30 - 09.30
Esther Legenstein

Englisch A1 Grundkenntnisse Wil

+ 261.EG19

Dienstag, 08.30 - 09.30
Cornelia Picalek

Die Sprachkurse sind fortlaufend. Ein Einstieg ist jederzeit nach
einem Schnupperbesuch möglich. Rufen Sie uns an.

Englisch

Englisch A1 Grundkenntnisse Uzwil

+ 261.EG13

Mittwoch, 08.30 - 09.30
Elizabeth Huber

Englisch A1/A2 Grundkenntnisse + Wil

+ 261.EG14

Dienstag, 09.45 - 10.45
Cornelia Picalek

Englisch A2 Grundkenntnisse + Wil

+ 261.EA11

Montag, 08.30 - 09.30
Esther Legenstein

Englisch Konversation Wil

+ 261.EC16

Dienstag, 11.00 - 12.00
Cornelia Picalek

Englisch Konversation Wil

+ 261.EG18

Mittwoch, 09.45 - 10.45
Myriam Neher

Englisch Konversation Wil

+ 261.EC10

Donnerstag, 11.00 - 12.00
Elizabeth Elissa

Englisch Konversation Wattwil

+ 262.EC10

Mittwoch, 08.30 - 10.00
Alison Schwarz

Italienisch

Italienisch Sprachenkafi (ohne Anmeldung) Wil

+ 261.SK13

Freitag, 06.02., 06.03., 08.05., 05.06., 03.07., 04.09., 02.10.,
06.11., 04.12., 08.30 - 10.30
CHF 10.- pro Teilnahme
Roberto Lüscher

Italienisch Sprachenkafi (ohne Anmeldung) Wattwil

+ 262.SK13

Freitag, 06.02., 06.03., 08.05., 05.06., 03.07., 04.09., 02.10.,
06.11., 04.12., 13.30 - 15.30
CHF 10.- pro Teilnahme
Roberto Lüscher

Italienisch Neueinsteiger Wil

NEU + 261.IA14

Donnerstag, 08.30 - 09.30
Gabriella Silvestri

Italienisch Neueinsteiger Wil

NEU + 261.IA15

Donnerstag, 09.45 - 10.45
Gabriella Silvestri

Anmeldung unter:
071 913 87 84
www.sg.prosenectute.ch

**Italienisch A2 Grundkenntnisse
Wil****+ 261.IG13**

Montag, 14.30 - 15.30
Gabriella Silvestri

**Italienisch B1 Grundkenntnisse
Uzwil****+ 261.IG12**

Montag, 10.00 - 11.00
Gabriella Silvestri

**Italienisch B2 Grundkenntnisse
Uzwil****+ 261.IA11**

Montag, 11.15 - 12.30
Gabriella Silvestri

**Italienisch B1 Grundkenntnisse
Wil****+ 261.IA20**

Montag, 13.15 - 14.15
Gabriella Silvestri

**Italienisch Konversation
Wattwil****+ 262.IC10**

Dienstag, 10.30 - 11.30
Andrea Lepore

Französisch

**Französisch Sprachenkafi (ohne Anmeldung)
Wil****+ 261.SK10**

Freitag, 09.01., 13.02., 13.03., 10.04., 08.05., 12.06., 10.07.,
14.08., 11.09., 09.10., 13.11., 11.12., 08.45 - 10.45
CHF 10.- pro Teilnahme
Monika Derler / Pierre-Alain Goy

**Französisch Konversation
Uzwil****+ 261.FA10**

Mittwoch, 10.00 - 11.15
Murielle Näf

Spanisch

**Spanisch Sprachenkafi (ohne Anmeldung)
Wil****261.SK12**

Freitag, 16.01., 20.02., 20.03., 17.04., 15.05., 19.06., 21.08.,
18.09., 16.10., 20.11.
08.30 - 10.30
CHF 10.- pro Teilnahme
Liliana Gähwiler-Garcia

**Spanisch A2 Grundkenntnisse +
Wil****261.SA12**

Donnerstag, 13.15 - 14.45
Liliana Gähwiler-Garcia

**Spanisch B1 Mittelstufe
Uzwil****261.SA11**

Dienstag, 10.00 - 11.00
Estela Burkard

**Spanisch Konversation
Wattwil****262.SC30**

Mittwoch, 12.00 - 13.30
Liliana Gähwiler-Garcia

Kosten Sprachkurse
CHF 20.- pro Stunde
CHF 25.- pro 1.5 Stunden

Hilfe bei der Alltagsbewältigung und Betreuung gewährleisten



Zahlen und Fakten

Ältere Menschen wollen möglichst lange zu Hause wohnen bleiben. Rund 91% der Personen über 65 leben zu Hause. Über ein Drittel von ihnen ist auf mindestens eine Form der Betreuung oder Unterstützung angewiesen, damit das selbständige Wohnen möglich bleibt.

PRO SENECTUTE bietet **Hilfe und Betreuung**,

damit sich Seniorinnen und Senioren im eigenen Haushalt wohlfühlen und sie und deren Angehörige Entlastung und Unterstützung erhalten.

- Hilfe in der Haushaltsführung
- Betreuung und Begleitung im Alltag
- Entlastung von pflegenden und betreuenden Angehörigen
- Ernährung (Einkaufen, Kochen)
- Einfache pflegerische Tätigkeiten
- Mahlzeitendienst Toggenburg

Zugang zu Informationen und Ressourcen ermöglichen



Zahlen und Fakten

Für 86% der Rentnerinnen und Rentner schafft das Schweizer Drei-Säulen-System finanzielle Sicherheit. Fast 300'000 über 65 Jahre sind jedoch von Altersarmut betroffen oder gefährdet. Sie haben Schwierigkeiten, über die Runden zu kommen und sind auf Zusatzleistungen angewiesen.

PRO SENECTUTE stellt **Information und Beratung**

zu allen Fragen rund ums Alter bereit, damit Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörige sorgenfrei am Leben teilnehmen können.

- Beratung zu Finanzen, Gesundheit, Wohnen, Recht, Lebensgestaltung
- Infostelle Demenz
- Administrativer Dienst
- Steuererklärungsdienst
- Beratung zu Vorsorgedokumenten
- Coaching für betreuende Angehörige

Soziale Teilhabe erhalten und stärken



Zahlen und Fakten

In der Schweiz ist jede vierte Person im Alter von Einsamkeit betroffen. Von Personen über 85 Jahren sind 37% einsam. Einsame Menschen leiden unter sozialer Isolation. Einsamkeit stellt ein Gesundheitsrisiko dar und führt zu einer tieferen Lebenserwartung.

PRO SENECTUTE ermöglicht **Begegnung und Austausch**, damit sich Seniorinnen und Senioren vernetzen, Wissen und Interessen miteinander teilen und so geistig und körperlich beweglich bleiben.

- Bewegungsangebote
- Computer- und IT-Kurse
- Sprachkurse
- Kreativkurse
- Präventionskurse
- Spielangebote (Jassen usw.)
- Regelmässige Treffen

Zivilgesellschaftliches Engagement fördern und begleiten

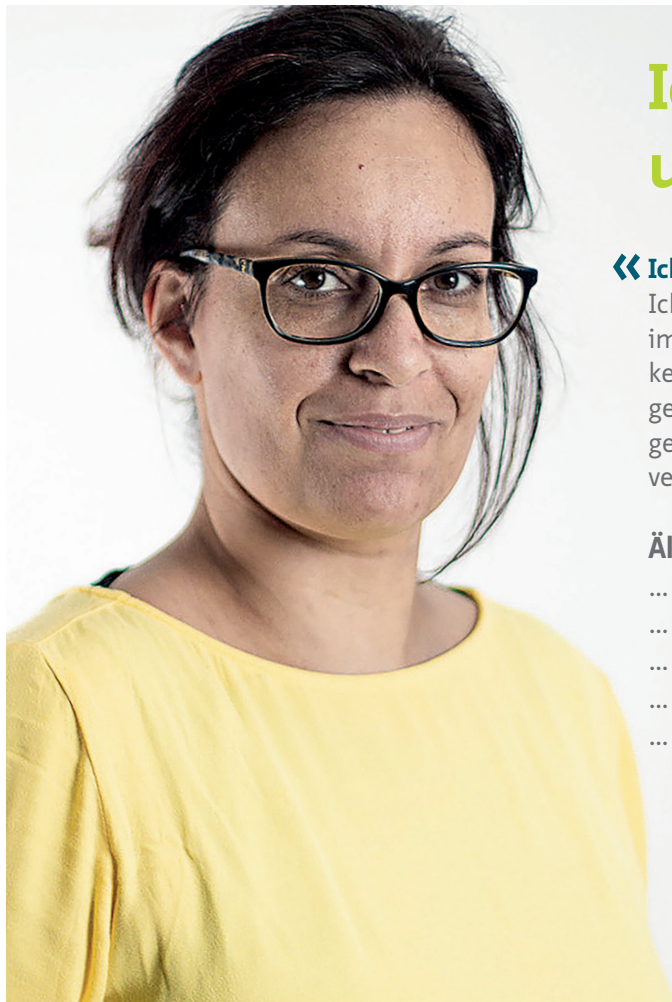


Zahlen und Fakten

Etwa ein Drittel der erwachsenen Bevölkerung engagiert sich freiwillig, sei es in Vereinen, Organisationen oder informell in ihrem Umfeld. Auch ältere Menschen verfügen über vielfältige Fähigkeiten und haben das Bedürfnis, gebraucht zu werden.

PRO SENECTUTE fördert **Mitarbeit und Partizipation**, indem sie Menschen im Seniorenalter Mitarbeit und Engagement in sinnstiftenden Tätigkeiten anbietet sowie soziale Kontakte ermöglicht.

- Haushilfe und Betreuung
- Leitung von Gruppen, Kursen und Treffen
- Generationen im Klassenzimmer
- Administrativer Dienst
- Steuererklärungsdienst
- Geburtstagsbesuche (Ortsvertretung)



Ich mache Älteren Freude und mir auch.

« Ich engagiere mich als Haushelferin bei der Pro Senectute.

Ich schenke Älteren etwas von meiner Zeit und erfahre im Gegenzug viel Freude, erhalte Wertschätzung und Anerkennung. Dauer und Umfang der Tätigkeit sind flexibel gestaltbar. Mein Sozialzeit-Engagement ist vertraglich geregelt und wird entschädigt. Ich bin Teil eines Teams und versichert. Wollen Sie dabei sein?»

Älteren Menschen Zeit schenken und ...

- ... Besuche machen
- ... Mahlzeiten ausliefern
- ... Haushalthilfe leisten
- ... Admin. Hilfe bieten
- ... Kurse leiten

**Jetzt Haushelfer(in) werden.
Unverbindlich mehr erfahren.**

Frau Agnes Heiniger-Gmür
anrufen unter 071 913 87 87

Pro Senectute
Regionalstelle Wil & Toggenburg
Obere Bahnhofstr. 36 · 9500 Wil

Jetzt mit TWINT spenden!



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen



Sport und Bildung sollten als wichtiger Aspekt der Lebensqualität niemandem verwehrt sein. Bei finanziellen Engpässen wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an unsere Regionalstelle.

Auskunft und detaillierte Kursbeschreibungen unter
071 913 87 84 oder unter www.sg.prosenectute.ch,
Regionalstelle Wil & Toggenburg

+ Dieser Kurs ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil er in besonderem Masse die Selbstständigkeit und Selbstbestimmung von älteren Menschen fördert.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldungen

Sie können sich mit dem Talon, via E-Mail oder Homepage anmelden. Die Anmeldung ist verbindlich. Mit der Unterschrift bestätigen Sie, die Geschäftsbedingungen gelesen und akzeptiert zu haben.

Kurseinladung und Kursgeld

Sobald die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist, erhalten Sie eine Einladung mit der Rechnung. Das Kursgeld ist innert 30 Tagen zu bezahlen. Das Nichtbezahlen des Kursgeldes gilt nicht als Abmeldung. Ein Wechsel der Kursleitung vor oder während des Kurses bleibt vorbehalten.

Abmeldungen

Eine Abmeldung ist mit administrativem Aufwand und Kosten verbunden. Bis 7 Tage vor Kursbeginn kann man sich ohne Kostenfolge abmelden. Erfolgt die Abmeldung später wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.- erhoben, mit Ausnahme von Härtefällen (z.B. Krankheit, Unfall). Wenn

der angemeldete Teilnehmende eine Ersatzperson aufbieten kann, entfällt die Bearbeitungsgebühr. Wird der Kurs ohne Abmeldung nicht besucht, bleibt das ganze Kursgeld geschuldet.

Versäumte Lektionen

Diese können nicht nachgeholt werden und berechtigen zu keinem Preisnachlass. Dies gilt auch bei Kursabbruch durch die Teilnehmenden. Durch Krankheit und Unfall versäumte Lektionen werden bei Vorliegen eines Arztzeugnisses gutgeschrieben.

Kurskosten-Ermässigung

Ist eine Kursteilnahme wegen finanziellem Engpass nicht möglich, nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Versicherung

Eine ausreichende Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Pro Senectute übernimmt keine Haftung.

Datenschutzbestimmungen

Ihre persönlichen Angaben sind bei uns sicher und werden vertraulich behandelt. Die aktuelle Version finden Sie unter: www.sg.prosenectute.ch

Pro Senectute Wil & Toggenburg

Obere Bahnhofstrasse 36, 9500 Wil
Bahnhofstrasse 83a, 9240 Uzwil
Rickenstrasse 28, 9630 Wattwil

Haben Sie Fragen?

Wir sind für Sie da und geben
Ihnen gerne weitere Auskünfte.

Tel. 071 913 87 87
wil@sg.prosenectute.ch
www.sg.prosenectute.ch

Bitte Talon abtrennen und ab die Post!

... oder online:
www.sg.prosenectute.ch

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Kurs-Anmeldung

Name: Vorname:

Adresse: PLZ/Ort:

Telefon: Geburtsdatum:

Mobile: E-Mail:

Kursbezeichnung: **Kurs-Nummer:**

Kursbezeichnung: **Kurs-Nummer:**

☐ Ich habe Fragen zum Kurs. Bitte kontaktieren Sie mich vor der Verarbeitung dieser Anmeldung.

☐ Ich erkläre mich mit den AGB und der Verarbeitung meiner Daten einverstanden (obligatorisch).

Datum/Unterschrift:

Kurs-Anmeldung

Bitte in Kuvert senden an:

Pro Senectute Wil & Toggenburg
Begegnung und Austausch
Obere Bahnhofstrasse 36
9500 Wil