

# evivaerleben

Datum	Anlass im Treffpunkt Melibündte Mels	Uhrzeit
<b>Juli</b>		
Sommerpause		
<b>August</b>		
Fr, 14.8.	Stammtisch	15-17 Uhr
Mo, 17.8.	CaféRat	15-17 Uhr
Mo, 24.8.	Vortrag - Beistandschaft	17-18 Uhr
Fr, 28.8.	Quiznachmittag	15-17 Uhr
<b>September</b>		
So, 6.9.	Tanzcafé	14.30-17.30 Uhr
Fr, 11.9.	Stammtisch	15-17 Uhr
Di, 15.9.	Vortrag - Augengesundheit	18-19 Uhr
Mo, 21.9.	CaféRat	15-17 Uhr
Fr, 25.9.	Spielesachmittag	15-17 Uhr
<b>Oktober</b>		
So, 4.10.	Tanzcafé	14.30-17.30 Uhr
Fr, 9.10.	Stammtisch	15-17 Uhr
Mo, 19.10.	CaféRat	15-17 Uhr
Fr, 23.10.	Spielesachmittag	15-17 Uhr
<b>November</b>		
So, 8.11.	Tanzcafé	14.30-17.30 Uhr
Mi, 11.11.	Konzert - Musik verbindet Generationen	18.30 Uhr
Fr, 13.11.	Stammtisch	15-17 Uhr
Mo, 16.11.	CaféRat	15-17 Uhr
Di, 17.11.	Gesundheitsvortrag	18-19 Uhr
Fr, 20.11.	Quiznachmittag	15-17 Uhr
Fr, 27.11.	Krippeneinweihung	14.30 Uhr
<b>Dezember</b>		
So, 6.12.	Tanzcafé	14.30-17.30 Uhr
Mo, 7.12.	Vortrag - Erste Hilfe	17-18 Uhr
Fr, 11.12.	Stammtisch	15-17 Uhr
Mo, 14.12.	CaféRat	15-17 Uhr
Fr, 18.12.	Spielesachmittag	15-17 Uhr

Bewegungsangebot: dienstags 8.30-9.30 Uhr Flums und donnerstags ab 8.45 Uhr Mels.  
 Yoga-Angebot: freitags 9.30-10.30 Uhr in Mels.  
 Stand Mai 2026, Änderungen vorbehalten.  
 Immer aktuell auf [www.eviva-erleben.ch](http://www.eviva-erleben.ch)

# evivaerleben

eviva erleben ist als Organisation ans regionale Pflegezentrum Collina angegliedert und ein Projekt des Zweckverbands. Dahinter stehen die Gemeinden Mels, Vilters-Wangs, Sargans, Bad Ragaz, Pfäfers und Flums.

## Treffpunkt MELIBÜNDTE

### Kontakt

eviva erleben  
 Klosterstrasse 8 | 8887 Mels  
 Telefon: 079 430 45 17  
[info@eviva-erleben.ch](mailto:info@eviva-erleben.ch)

eviva erleben in Bad Ragaz  
 Begegnungsstätte  
 Dekan-Oesch-Strasse 2, Bad Ragaz

eviva erleben in Flums  
 Mehrzweckhalle Kirchbünste, Bergstrasse

eviva erleben in Pfäfers  
 Feuerwehrdepot Pfäfers, Bofelstrasse

Weitere Angebote:  
[www.spitex-sarganserland.ch](http://www.spitex-sarganserland.ch)  
[www.sfs-sargans.ch](http://www.sfs-sargans.ch)  
[www.sg.prosenectute.ch/rws](http://www.sg.prosenectute.ch/rws)  
[www.hospiz-sarganserland.ch](http://www.hospiz-sarganserland.ch)  
[www.collina.ch](http://www.collina.ch)

[www.eviva-erleben.ch](http://www.eviva-erleben.ch)

Melden Sie sich jetzt für unseren Newsletter an.



# evivaerleben

## Juli bis Dezember DO LAUFT NÄMIS!



Gemeinsam **aktiv kreativ** - für **Momente**, die bewegen.  
[www.eviva-erleben.ch](http://www.eviva-erleben.ch)

Nachfolgend finden Sie unser Programm von Juli bis Dezember 2026.  
Ohne besonderen Hinweis finden unsere Veranstaltungen im Treffpunkt Melibündte in Mels statt, sind kostenlos und ohne Anmeldung.  
Wir freuen uns auf Sie!

**Donnerstag, 6. August 2026 | 9 bis 10 Uhr resp. 8.45 bis 11.00 Uhr (nach Bedarf)**

**Bewegung, wöchentlich, immer am Donnerstagsmorgen**

sich bewegen in Gemeinschaft und unter fachkundiger Anleitung von Barbara Kühne  
Termine auf [www.eviva-erleben.ch](http://www.eviva-erleben.ch), CHF 5.- pro Person pro Stunde  
Anmeldung: [barbara.kuehne@gmx.ch](mailto:barbara.kuehne@gmx.ch), 079 601 84 33

**Freitag, 14. August 2026 | 9.30 bis 10.30 Uhr**

**Yoga, wöchentlich, immer am Freitagmorgen**

Hatha Yoga nach T.K.Sribhashyam, Pranayama und Meditation unter der Leitung von Regula Ackermann; Termine auf [www.eviva-erleben.ch](http://www.eviva-erleben.ch), CHF 5.- pro Person pro Stunde; Anmeldung: [regula\\_ackermann@bluewin.ch](mailto:regula_ackermann@bluewin.ch), 076 579 15 27

**Freitag, 14. August 2026 | 15 bis 17 Uhr**

**Stammtisch**

gemütlich zusammensitzen und sich austauschen  
Weitere Termine: 11.9., 9.10., 13.11., 11.12.2026

**immer am 2. Freitag im Monat**

**Montag, 17. August 2026 | 15 bis 17 Uhr**

**CaféRat**

sich unkompliziert zu verschiedenen Themen beraten lassen  
Weitere Termine: 21.9., 19.10., 16.11., 14.12.2026

**immer am 3. Montag im Monat**

**Montag, 24. August 2026 | 17 bis 18 Uhr**

**Vortrag Beistandschaft – was bedeutet das?**

von Sabine Mannhart, Stellenleiterin Berufsbeistandschaft Sarganserland,  
mit offeriertem Apéro

**Freitag, 28. August 2026 | 15 bis 17 Uhr**

**Quiz- und Spielenachmittage**

gemeinsam spielen und in die spannende Welt der Gesellschaftsspiele eintauchen  
2 Quiznachmittage mit ProSenectute – gemeinsam rätseln und schmunzeln: 28.08.  
und 20.11.26; Termine Spielenachmittage: 29.9., 23.10. und 18.11.2026

**in der Regel am 4. Freitag im Monat**

**Sonntag, 6. September 2026 | 14.30 bis 17.30 Uhr**

**Tanzcafé**

tanzen, die Musik geniessen und gemütlich einen Kaffee trinken  
Weitere Termine: 4.10., 8.11., 6.12.2026  
**in der Regel am 1. Sonntag im Monat**

**Dienstag, 15. September 2026 | 18 bis 19 Uhr**

**Vortrag «Gutes Sehen ein Leben lang» – Augengesundheit verstehen und bewahren**

Dr. med. Dominik Bleisch, Augenarzt FMH, FEBO / Dozent ETH  
mit offeriertem Apéro

**Mittwoch, 21. Oktober, bis 16. Dezember 2026 | 13.30 bis 15 Uhr**

**Line – Dance – Treff von Pro Senectute**

Voraussetzung: Erste Line-Dance-Erfahrung aus einem Anfängerkurs  
(Kurs 326/122) 5 x 1 ½ Std. für CHF 120.-  
Anmeldung: [rws@sg.prosenectute.ch](mailto:rws@sg.prosenectute.ch), 058 750 09 00

**Mittwoch, 21. Oktober bis Mittwoch, 9. Dezember 2026 | 15.15 bis 16.45 Uhr**

**Line – Dance – Kurs von Pro Senectute**

für Anfänger (Kurs 326/123)  
8 x 1 ½ Std. für CHF 192.-  
Anmeldung: [rws@sg.prosenectute.ch](mailto:rws@sg.prosenectute.ch), 058 750 09 00

**Mittwoch, 4. November, bis 2. Dezember | 14.15 bis 16.15 Uhr**

**Malkurs «Der Klecks, der zu einem Bild wird» von Pro Senectute**

Kurs 326/513  
5 x 2 Std. für CHF 145.- inkl. Material  
Anmeldung: [rws@sg.prosenectute.ch](mailto:rws@sg.prosenectute.ch), 058 750 09 00

**Mittwoch, 11. November 2026 | 18.30 Uhr**

**«Musik verbindet Generationen»**

Konzert Musikschule Sarganserland  
Musikschüler aller Altersklassen musizieren gemeinsam

**Dienstag, 17. November 2026 | 18 bis 19 Uhr**

**Vortrag «Was, wenn es mich trifft?» – Krebs verstehen, vorbeugen und ganzheitlich begleiten**

Dr. med. Stefan Greuter, Dr. med. Karin Giesinger, Prof. Dr. med. Katja Zirlik,  
mit offeriertem Apéro

**Freitag, 27. November 2026 | 14.30 Uhr**

**Krippeneinweihung Collina und Gemeinde Mels**

feierliche Krippeneinweihung im Treffpunkt Melibündte  
mit Glühwein und feinen Guetзли

**Montag, 7. Dezember | 17 bis 18 Uhr**

**Vortrag «Erste Hilfe im Alter»** mit dem Samariter-Verein  
sich über aktuelle Themen informieren, mit offeriertem Apéro

**immer mittwochs | 8.30-11.30 Uhr**

**«Beratung vor Ort» von Pro Senectute**

sich von Fachpersonen rund um das Thema Alter beraten lassen

**eviva erleben in Flums, Bad Ragaz und Pfäfers**

**eviva erleben Flums**

Bewegungsstunde mit Barbara Kühne, jeweils dienstags 8.30 bis 9.30 Uhr  
Mehrzweckhalle Kirchbünste, Bergstrasse Flums, CHF 5.- pro Person und Stunde  
Anmeldung: [barbara.kuehne@gmx.ch](mailto:barbara.kuehne@gmx.ch), 079 601 84 33

**eviva erleben Bad Ragaz**

Musik und Tanz in Bad Ragaz  
Termine: Sonntag, 20. September, 18. Oktober, 22. November, 13. Dezember 2026,  
von 14.30-17.30 Uhr, Begegnungsstätte, Dekan-Oesch-Strasse 2, Bad Ragaz  
**in der Regel am 3. Sonntag im Monat**, ohne Anmeldung, kostenfrei

**eviva erleben Pfäfers**

Freitag, 28. August 2026, Sommerfest, Feuerwehrdepot Pfäfers, Bofelstrasse  
Donnerstag, 17. September: Lottonachmittag 15-17 Uhr  
Donnerstag, 26. November: Musik- oder Spielenachmittag 15-17 Uhr

