

Datum	Anlass im Treffpunkt Melibündte Mels	Uhrzeit
Juli		
Sommerpause		
August		
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
September		
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.	Spielenachmittag	15-17 Uhr
Oktober		
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.	Spielenachmittag	15-17 Uhr
November		
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
Dezember		
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.	Spielenachmittag	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

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

Melden Sie sich jetzt für unseren Newsletter an.



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

eviva erleben in Flums
Mehrzweckhalle Kirchbünte, Bergstrasse

eviva erleben in Pfäfers
Feuerwehrdepot Pfäfers, Bofelstrasse

Weitere Angebote:
www.spitex-sarganserland.ch
www.sfs-sargans.ch
www.sg.prosenectute.ch/rws
www.hospiz-sarganserland.ch
www.collina.ch

www.eviva-erleben.ch

Juli bis Dezember
DO LAUFT
NÄMIS!



Gemeinsam **aktiv kreativ** – für **Momente**, die bewegen.
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, CHF 5.- pro Person pro Stunde
Anmeldung: 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, CHF 5.- pro Person pro Stunde; Anmeldung: 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, 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 1½ Std. für CHF 192.-
Anmeldung: 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, 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 Guetzli

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 Kirchbünte, Bergstrasse Flums, CHF 5.- pro Person und Stunde
Anmeldung: 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

