

pro infirmis

# Bildungsclub Glarus – St. Gallen

Kurs-Programm

Herbst und  
Winter 2026






### **Adresse**

Pro Infirmis St. Gallen-Appenzell-Glarus  
Bildungsclub

Burgstrasse 15

8750 Glarus

 058 775 16 21

IBAN: CH43 0900 0000 9001 3745 0

[www.bildungsclub-gl.ch](http://www.bildungsclub-gl.ch)

[bildungsklub-glarus@proinfirmis.ch](mailto:bildungsclub-glarus@proinfirmis.ch)

### **Leitung**

Jasna Zimmermann-Pittner

[jasna.zimmermann@proinfirmis.ch](mailto:jasna.zimmermann@proinfirmis.ch)

### **Gestaltung**

Illustrationen: Simone Fecker

Typografie: Brüggl Admedia



---

# Der Bildungsclub Glarus-St. Gallen

Im Bildungsclub können Sie Kurse besuchen.

Die Kurse sind für Erwachsene mit und ohne Beeinträchtigung.

In den Kursen können Sie neue Dinge lernen.

Sie lernen in Klein-Gruppen und in Ihrem Tempo.

Sie lernen neue Leute kennen.

Sie lernen Dinge, die Sie im Alltag brauchen können.

Sie können lernen, selbstbestimmter zu werden.

... und vieles mehr.

Wollen Sie unser Kurs-Programm online anschauen?  
Dann scannen Sie diesen QR-Code.



# Allgemeine Geschäfts-Bedingungen

## Anmelden

Bitte schicken Sie uns den Anmelde-Talon mit der Post. Sie können sich auch online anmelden: [www.bildungsclub-gl.ch](http://www.bildungsclub-gl.ch) Die Anmeldung ist verbindlich. Die Anmeldung wird in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

---

## Anmelde-Bestätigung

Sie bekommen spätestens 2 Wochen vor Kurs-Beginn eine Bestätigung und eine Rechnung. Falls der Kurs nicht stattfindet, sagen wir Ihnen das 10 Tage vor Kurs-Beginn.

---

## Abmelden

Sie wollen sich wieder abmelden?

Vor Anmelde-Schluss:	kostenlos
Nach Anmelde-Schluss:	halbe Kurs-Kosten
Nach Kurs-Beginn:	ganze Kurs-Kosten

---

## Abmelden Ferienwochen und Wochenend-Kurse

Vor Anmelde-Schluss:	kostenlos
Nach Anmelde-Schluss:	halbe Kurs-Kosten
2 Wochen vor Beginn:	ganze Kurs-Kosten

---

## Kurs abbrechen

Sie müssen einen Kurs aus gesundheitlichen Gründen abbrechen? Schicken Sie uns ein ärztliches Zeugnis. Sie bekommen eine Gutschrift für den nächsten Kurs. Wenn Sie den Kurs aus anderen Gründen abbrechen, bekommen Sie kein Geld zurück.

---

## Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

---

## Daten-Schutz

Wir halten uns an die Regeln zum Daten-Schutz. Unser Merkblatt dazu finden Sie hier: **[www.bildungsklub.ch/daten](http://www.bildungsklub.ch/daten)**

---

## Fragen

Haben Sie Fragen? Oder ist der Kurs zu teuer? Rufen Sie uns an: 058 775 16 21. Wir suchen eine Lösung.

---

# Kurs-Übersicht

Kurs-Nr.

## MONTAG

Social Media	<b>NEU</b>	1
Eine Arbeit suchen und finden		2 A + B
Gesunde Hände	<b>NEU</b>	3

## DIENSTAG

Wohlfühl-Abend und Nacken-Massage	<b>NEU</b>	4 A – C
Herbstliche Gerichte	<b>NEU</b>	5
Videos mit dem Handy produzieren	<b>NEU</b>	6
Grittibänzen backen	<b>NEU</b>	7

## MITTWOCH

Musik-Bänd «Rägäbogä-Bänd»		8
Asiatisch kochen		9
Federleicht schreiben	<b>NEU</b>	10
Weihnachtliches Backen		11

---

**FREITAG**

Fit und bewegt in den Winter		12
Umgang mit meinen Gefühlen	<b>NEU</b>	13 A + B
Künstliche Intelligenz im Alltag	<b>NEU</b>	14
Raclette-Abend		15
Selbstbestimmter leben im Alltag	<b>NEU</b>	16

---

**SAMSTAG**

Besuch auf dem Alpaka-Hof Füchsel	<b>NEU</b>	17
Sicherer Umgang mit Hunden	<b>NEU</b>	18 A + B
Ich Nähe, was ich will		19 A + B
Besuch im Raupen-Hotel	<b>NEU</b>	20
Info-Abend: Ich möchte selbständig wohnen		21
Pizza essen, tanzen und sich kennenlernen	<b>NEU</b>	22
Zirkus-Luft schnuppern im Glarnerland		23

---

**Kurse von Pro Senectute für 60 plus**

Kutschen-Fahrt		24
----------------	--	----



# pro infirmis

## Begleitetes Wohnen

### **Selbständig in der eigenen Wohnung leben.**

Das Begleitete Wohnen unterstützt Sie dabei.

Ihre Wohnbegleiterin kommt regelmässig zu Ihnen nach Hause.

Sie hilft zum Beispiel einkaufen, Wäsche waschen oder das Geld einteilen.



### **Pro Infirmis gibt gerne Auskunft.**

Telefon 058 775 19 40

E-Mail: [glarus@proinfirmis.ch](mailto:glarus@proinfirmis.ch) / [www.proinfirmis.ch](http://www.proinfirmis.ch)

# Kurs 1 Glarus



## Leitung

Marianne Figi



## Ort

Pro Infirmis Glarus  
Burgstr. 15  
8750 Glarus  
Sitzungszimmer

## Kosten

Fr. 50.–

## Anmeldeschluss

30. Juni 2026

# Social Media



Sie lernen, wie Sie ein eigenes Profil erstellen.  
Sie erfahren, wie Sie sich auf Social Media vernetzen können.

Sie erfahren auch, was Sie als Privatperson auf Social Media machen können.

Wir sprechen über gute Kommunikation und angepasstes Verhalten auf Social Media.

Wir schauen auch die rechtlichen Aspekte an.

## Für wen

Sie möchten mehr über die Nutzung von Social Media wissen.

---

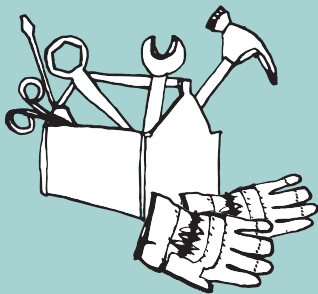
<b>Montag</b>	<b>17.30 bis 19.00 Uhr</b>
---------------	----------------------------

---

August	10. 17. 24.
--------	-------------

---

## Kurs 2 A+B Glarus/Uznach



**profil**  
Arbeit & Handicap

### Leitung

Susanna  
Hämmerli



### Ort

Kurs A:  
Pro Infirmis Glarus  
Kurs B:  
Stiftung Profil, Uznach

### Kosten

Fr. 50.– pro Kurs

### Anmeldeschluss

Kurs A: 17. August 2026  
Kurs B: 28. August 2026

## Eine Arbeit suchen und finden

Suchen Sie eine neue Arbeits-Stelle?  
In diesem Kurs lernen Sie,  
wie man eine passende Arbeit sucht.

Wir zeigen Ihnen, welche Unterlagen  
wichtig sind.

Sie erfahren, wie der Arbeits-Markt  
aussieht.

Sie lernen, wie Sie sich gut vorbereiten  
können.

### Für wen

Sie möchten wissen, wie man eine Arbeit  
sucht und wie man sich bewerben kann.  
Sie dürfen eine Begleit-Person mitnehmen.

---

### Kurs 2 A

<b>Montag</b>	<b>18.00 bis 20.00 Uhr</b>
---------------	----------------------------

September	21.
-----------	-----

Oktober	05.
---------	-----

---

### Kurs 2 B

<b>Mittwoch</b>	<b>18.00 bis 20.00 Uhr</b>
-----------------	----------------------------

September	30.
-----------	-----

Oktober	14.
---------	-----

## Kurs 3 Glarus



### Leitung

Betti Riemer



### Ort

Pro Infirmis Glarus  
Burgstr. 15  
8750 Glarus  
Sitzungszimmer

### Kosten

Fr. 70.–

### Anmeldeschluss

28. August 2026

## Gesunde Hände



Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit Beeinträchtigungen und Ihre Bezugspersonen. Gemeinsam lernen Sie, Schmerzen in den Händen zu reduzieren.

Sie lernen, Tapes richtig anzubringen. Tapes sind spezielle Pflaster, die auf die Haut geklebt werden.

Sie lernen auch Übungen kennen, wie Hände entspannt werden können.

### Für wen

Für Menschen mit Beeinträchtigung und ihre Bezugsperson.

### Hinweis

In Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Roten Kreuz des Kanton Glarus.

---

<b>Montag</b>	<b>17.30 bis 19.30 Uhr</b>
---------------	----------------------------

September	28.
-----------	-----

Oktober	26.
---------	-----

---

## Kurs 4 A-C Glarus/Uznach/ Sargans



### Leitung

Betti Riemer



### Orte

Kurs A:

Pro Infirmis Glarus

Kurs B:

Stiftung Profil, Uznach

Kurs C:

Pro Infirmis Sargans

### Kosten

Fr. 35.– pro Kurs

### Anmeldeschluss

Kurs A,B: 10. August 2026

Kurs C: 28. August 2026

## Wohlfühl-Abend und Nacken-Massage



Haben Sie Verspannungen im  
Nacken-Bereich?

In diesem Kurs lernen Sie,  
wie Sie sich entspannen und  
neue Kraft finden können.  
Sie lernen einfache Massage-Griffe.  
Sie massieren andere Teilnehmende.  
Sie werden von anderen  
Teilnehmenden massiert.  
Sie lernen Entspannungs-Übungen  
für den Alltag.

### Für wen

Sie möchten lernen, sich zu entspannen.

---

### Kurs 4 A

**Dienstag 17.30 bis 20.30 Uhr**

September 15.

---

### Kurs 4 B

**Dienstag 17.30 bis 20.30 Uhr**

September 22.

---

### Kurs 4 C

**Dienstag 17.30 bis 20.30 Uhr**

September 29.

---

## Kurs 5 Sargans



### Leitung

Anja Bähring



### Ort

Schulhaus Böglifeld  
Wettistrasse 1  
7320 Sargans  
Schulküche

### Kosten

Fr. 135.-

### Anmeldeschluss

16. September 2026

## Herbstliche Gerichte



Wir kochen verschiedene Herbst-Gerichte.

Im Herbst gibt es besonders viele frische Lebensmittel.

Sie wachsen bei uns auf Feldern und im Wald.

Zum Beispiel Kürbisse und Pilze.

Wir kochen auch mit Fleisch.

Sie können selber Rezepte mitbringen.

### Für wen

Sie kochen gerne.

Sie wollen neue Rezepte kennenlernen.

---

<b>Dienstag</b>	<b>17.30 bis 20.30 Uhr</b>
-----------------	----------------------------

---

Oktober	20. 27.
---------	---------

---

November	03.
----------	-----

---

## Kurs 6 Glarus



### Leitung

Pérégrin  
Bäcker



### Ort

Pro Infirmis Glarus  
Burgstr. 15  
8750 Glarus  
Sitzungszimmer

### Kosten

Fr. 25.–

### Anmeldeschluss

5. Oktober 2026

## Videos mit dem Handy produzieren



Aus Fotos können Sie Ihr eigenes Video produzieren.

Sie lernen, einen einfachen Kurz-Film mit Ihrem Handy zu erstellen.

Sie lernen, Fotos richtig zusammenzufügen.

Sie lernen einfache Texte, farbige Schriften und ein Titelbild einzufügen.

### Für wen

Sie möchten von Ihren Fotos ein Video erstellen.

---

<b>Dienstag</b>	<b>17.30 bis 19.30 Uhr</b>
-----------------	----------------------------

November	10.
----------	-----

---

## Kurs 7 Sargans



### Leitung

Anja Bähring



### Ort

Schulhaus Böglifeld  
Wettistrasse 1  
7320 Sargans  
Schulküche

### Kosten

Fr. 35.–

### Anmeldeschluss

20. Oktober 2026

## Grittibänen backen



Sie lernen, wie man einen Teig herstellt.

Sie formen Ihren Grittibänz so,  
wie es Ihnen gefällt.

Sie backen feine Grittibänen.

Es wird duften wie in einer Bäckerei.

Sie dürfen die Grittibänen nach Hause  
nehmen.

### Für wen

Sie backen gerne.

---

<b>Dienstag</b>	<b>17.30 bis 20.30 Uhr</b>
-----------------	----------------------------

---

November	24.
----------	-----

---

## Kurs 8 Ennenda



### Leitung

Andreas  
Habert



### Ort

Gesellschaftshaus  
Ennenda  
Bahnhofstr. 2  
8755 Ennenda

### Kosten

Fr. 260.–

### Anmeldeschluss

30. Juni 2026

## Musik-Bänd «Rägäbogä-Bänd»

Eine Musik-Bänd ist eine Musik-Gruppe.  
Wir machen miteinander Musik.

Wir singen und trommeln.

Oder wir spielen Gitarre  
oder ein anderes Musikinstrument.

Wir spielen manchmal auch  
vor Publikum.

Wir sind die Rägäbogä-Bänd.

### Für wen

Sie haben Freude am Musikmachen.

---

### Mittwoch 18.30 bis 20.00 Uhr

---

August 12. 19. 26.

September 02. 09. 16. 23.

Oktober 21. 28.

November 04. 11. 18. 25.

Dezember 02. 09. 16.

---



## Kurs 9 Ennenda



### Leitung

Diana Domedi  
Lehmann



### Ort

ReVier Treff  
Hintere Villastrasse 4  
8755 Ennenda

### Kosten

Fr. 135.–

### Anmeldeschluss

31. Juli 2026

## Asiatisch kochen

Essen Sie gerne asiatisch?

Wir kochen einfache und feine Rezepte aus fernen Ländern:

Zum Beispiel Thailand, China, Japan oder Indien.

Sie lernen viele Gewürze kennen wie Curry, Koriander und Ingwer.

Und Gerichte wie zum Beispiel Bami-Goreng – ein Nudelgericht mit Gemüse und Poulet.

Oder wir kochen Frühlingsrollen und asiatische Reis-Gerichte.

Sie dürfen eigene Rezepte mitbringen.

### Für wen

Sie essen gerne asiatisch.

Sie wollen neue Rezepte kennenlernen.

---

<b>Mittwoch</b>	<b>17.45 bis 20.45 Uhr</b>
-----------------	----------------------------

---

September	02. 09. 16.
-----------	-------------

---

## Kurs 10 Uznach



### Leitung

Regula  
Weber-Steiner



### Ort

Stiftung Profil - Arbeit &  
Handicap  
Züricherstrasse 11  
8730 Uznach

### Kosten

Fr. 90.–

### Anmeldeschluss

5. August 2026

## Federleicht schreiben

NEU

Haben Sie Freude am Schreiben?  
Möchten Sie Ihre Phantasien oder  
erlebte Geschichten auf Papier bringen?

Vielleicht über einen schönen Tag,  
vielleicht über eine Katze oder Ihren  
Lieblingsort – das Thema ist frei.

Im Kurs erhalten Sie Anregungen,  
wie Sie Ihre Ideen umsetzen können.  
Das kann eine Geschichte, ein Gedicht,  
ein Bericht oder eine Beschreibung sein.

### Für wen

Sie schreiben gerne.  
Sie können lesen.

---

<b>Mittwoch</b>	<b>18.00 bis 20.00 Uhr</b>
-----------------	----------------------------

September	09. 23.
-----------	---------

Oktober	21. 28.
---------	---------

---

## Kurs 11 Ennenda



### Leitung

Diana Domedi  
Lehmann



### Ort

ReVier Treff  
Hintere Villastrasse 4  
8755 Ennenda

### Kosten

Fr. 40.–

### Anmeldeschluss

19. Oktober 2026

## Weihnachtliches Backen

Wir backen Köstlichkeiten  
für die Weihnachtszeit.  
Sie wählen zusammen aus,  
was Sie backen.

Einen Grittibänz oder/und Guetsli:  
Mailänderli und Brunslì.

Wir erleben einen einen schönen Abend  
in unserer Weihnachts-Bäckerei.

Sie erhalten die Rezepte ausgedruckt  
oder bekommen Links für  
Online-Rezepte.

### Für wen

Sie backen gerne.

---

<b>Mittwoch</b>	<b>17.45 bis 20.45 Uhr</b>
-----------------	----------------------------

November	25.
----------	-----

---



## Kurs 12 Hätzingen



**Leitung**  
Elisabeth  
Herter



**Ort**  
Turnhalle Hätzingen  
8775 Hätzingen

**Kosten**  
Fr. 240.–

**Anmeldeschluss**  
30. Juni 2026

## Fit und bewegt in den Winter

In diesem Kurs bewegen Sie sich mit und ohne Musik.

Wir spielen Fussball oder Federball.

Sie lernen neue Spiele kennen.  
Sie lernen Ihren Körper besser kennen.  
Sie werden beweglicher.

### Für wen

Sie haben Freude an Bewegung.

### Hinweis

Wir nehmen im September am Sporttag in Sargans teil.

---

### Freitag 16.20 bis 17.50 Uhr

---

August 14. 21. 28.

September 04. 05. 11. 18. 25.

Oktober 02. 23. 30.

November 06. 13. 20. 27.

Dezember 04. 11.

---

# Kurs 13 A+B Sargans/Glarus



## Leitung

Katharina Ihde



## Ort

Kurs A:

Pro Infirmis Sargans

Kurs B:

Pro Infirmis Glarus

## Kosten

Fr. 70.– pro Kurs

## Anmeldeschluss

30. Juni 2026

# Umgang mit meinen Gefühlen



In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit Ihren Gefühlen besser umgehen können:

- Was mache ich, wenn ich wütend bin?
- Wie gehe ich mit Zurückweisung um?
- Wie sage ich, dass ich mich ärgere?

Sie lernen auch, wie Sie sich entspannen können.

## Für wen

Sie möchten Ihre Gefühle besser kennenlernen.

---

## Kurs 13 A

<b>Freitag</b>	<b>09.00 bis 11.00 Uhr</b>
----------------	----------------------------

August	21.
--------	-----

September	25.
-----------	-----

November	06.
----------	-----

---

## Kurs 13 B

<b>Freitag</b>	<b>14.00 bis 16.00 Uhr</b>
----------------	----------------------------

August	21.
--------	-----

September	25.
-----------	-----

November	06.
----------	-----

## Kurs 14 Glarus



### Leitung

Marianne Figi



### Ort

Pro Infirmis Glarus  
Burgstr. 15  
8750 Glarus  
Sitzungszimmer

### Kosten

Fr. 50.-

### Anmeldeschluss

1. September 2026

## Künstliche Intelligenz im Alltag



KI ist künstliche Intelligenz, die sich rasend schnell weiter-entwickelt und lernt.

Sie lernen die bekanntesten KI-Programme für den Alltag kennen.

Sie lernen, wie Sie Unterstützung durch KI im Alltag bekommen.

Zum Beispiel beim Kochen, Briefe schreiben oder um Entscheidungen besser fällen zu können.

Wir sprechen über Möglichkeiten und Grenzen von KI.

### Für wen

Sie möchten mehr über künstliche Intelligenz erfahren.

---

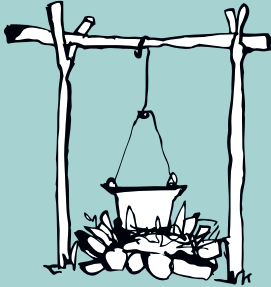
<b>Freitag</b>	<b>14.00 bis 15.30 Uhr</b>
----------------	----------------------------

---

Oktober	02. 09. 16.
---------	-------------

---

## Kurs 15 Glarus



### Leitung

Diana Domedi  
Lehmann



### Ort

Alte Druckerei  
(ehemals Bartel Druck)  
Bahnhofstrasse 15  
8750 Glarus

### Kosten

Fr. 45.–

### Anmeldeschluss

9. November 2026

## Raclette-Abend

Mögen Sie Raclette?

Gemeinsam bereiten wir  
ein feines Raclette zu.

Dazu gibt es viele gluschtige Beilagen.

Wir geniessen diese schweizerische  
Käse-Spezialität in einer gemütlichen  
Runde.

«E chlei stingge muäss äs»

### Für wen

Sie essen gerne in Gemeinschaft.  
Der Kurs ist nicht rollstuhlgängig.

---

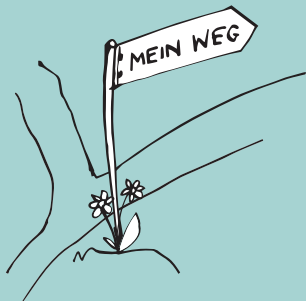
<b>Freitag</b>	<b>17.15 bis 20.45 Uhr</b>
----------------	----------------------------

---

Dezember	11.
----------	-----

---

## Kurs 16 Sargans



### Leitung

Rebecca  
Camenisch



Peter Grimm



### Ort

Pro Infirmis  
Neue Wangserstrasse 7  
7320 Sargans  
Sitzungszimmer

### Kosten

Fr. 130.- mit Zmittag

### Anmeldeschluss

26. Oktober 2026

## Selbstbestimmter leben im Alltag



Was heisst Selbstbestimmung im Alltag?  
Was wünsche ich mir für meinen Alltag?  
Was sind meine Bedürfnisse?

In diesem Workshop finden wir  
das gemeinsam heraus.  
Wir erzählen, wir hören zu, wir sammeln  
Wünsche in einem Traum-Zirkel.

Wir sprechen auch über die UN-BRK.  
Die UN-BRK ist eine Vereinbarung  
über die Rechte von Menschen  
mit Behinderungen.

Selbstvertretende erklären uns die UN-BRK.

### Für wen

Für alle, die gerne selbstbestimmter  
leben wollen.

---

<b>Freitag</b>	<b>14.00 bis 17.00 Uhr</b>
----------------	----------------------------

November	27.
----------	-----

---

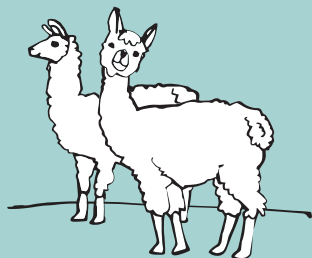
---

<b>Samstag</b>	<b>10.00 bis 16.00 Uhr</b>
----------------	----------------------------

November	28.
----------	-----

---

## Kurs 17 Schübelbach



### Leitung

Jasna  
Zimmermann



### Treffpunkt

Siebnen-Wangen  
beim avec

### Kosten

Fr. 100.- inkl. Führung,  
ohne Bahn- und  
Busbillette

### Anmeldeschluss

20. Juli 2026

## Besuch auf dem Alpaka-Hof Füchsel



Wir lernen die Alpakas auf dem Hof  
kennen.

Wir machen mit den Alpakas eine  
gemütliche Wanderung.  
Sie dürfen ein Alpaka selbst führen.

Auf dem Hof sind auch andere Tiere wie:  
Ziegen, Hühner, Schildkröten  
und Papageien.  
Sie dürfen die Tiere streicheln  
und füttern.

### Für wen

Sie mögen Tiere.  
Sie sind gerne in der Natur.

### Hinweis

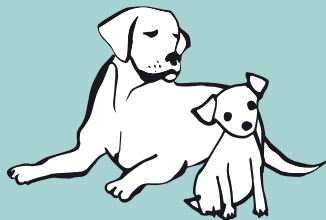
Sie können im flachen Gelände  
3 Stunden laufen.

---

<b>Samstag</b>	<b>09.45 bis 15.30 Uhr</b>
August	22.

---

## Kurs 18 A+B Glarus/Uznach



### Leitung

Sandra  
Mächler mit  
Nando



### Ort

Kurs A:  
Pro Infirmis Glarus  
Kurs B:  
Stiftung Profil, Uznach

### Kosten

Fr. 45.– pro Kurs

### Anmeldeschluss

Kurs A: 24. Juli 2026  
Kurs B: 10. August 2026

## Sicherer Umgang mit Hunden



Sie haben gerne Hunde.  
Und Sie möchten richtig umgehen  
mit diesen Tieren.

Sie lernen, was der Hund mag  
und was nicht.  
Sie lernen richtig zu reagieren,  
wenn ein Hund Sie anbellt.  
Sie dürfen den Hund an der Leine führen.  
Und Sie dürfen ihn streicheln.

### Für wen

Sie wollen sicherer werden  
im Umgang mit Hunden.



---

### Kurs 18 A

**Samstag 09.30 bis 11.30 Uhr**

August 22. 29.

---

---

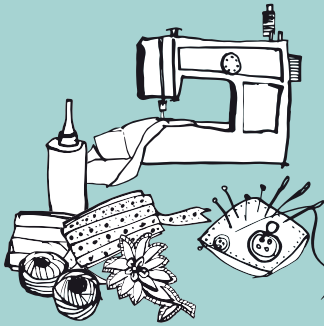
### Kurs 18 B

**Donnerstag 18.00 bis 20.00 Uhr**

September 10. 24.

---

# Kurs 19 A+B Ennenda



## Leitung

Erika  
Baumgartner  
Habert



## Ort

Atelier Laissezfaire  
Fabrikstrasse 9  
8755 Ennenda

## Kosten

Fr. 65.- pro Kurs,  
ohne Material

## Anmeldeschluss

Kurs A: 27. Juli 2026  
Kurs B: 5. Oktober 2026

# Ich nähe, was ich will

Ich nähe, was ich will.  
Mit der Nähmaschine oder von Hand.

Eine Tasche?  
Einen Pulli?  
Eine Jacke?  
Oder vielleicht ein Kissen?

## Für wen

Sie haben Freude am Nähen und können  
mit einer Näh-Maschine umgehen.

## Hinweis

Bitte melden Sie sich für jeden Kurs  
einzeln an.

---

## Kurs 19 A

<b>Samstag</b>	<b>09.00 bis 12.00 Uhr</b>
----------------	----------------------------

August	29.
--------	-----

September	05.
-----------	-----

---

## Kurs 19 B

<b>Samstag</b>	<b>09.00 bis 12.00 Uhr</b>
----------------	----------------------------

November	07. 14.
----------	---------

## Kurs 20 Quinten



### Leitung

Jasna  
Zimmermann



### Treffpunkt

Boots-Steg Quinten

### Kosten

Fr. 60.– inkl. Führung,  
ohne Fahrkosten

### Anmeldeschluss

17. August 2026

## Besuch im Raupen-Hotel



Wir besuchen die Seiden-Raupen  
in Quinten.

Sie lernen Neues über  
die Seiden-Faden-Produktion.  
Sie beobachten die Seiden-Raupen.  
Sie erfahren, was sie fressen.

Wir besuchen auch die Plantage mit den  
Maulbeer-Bäumen.

### Für wen

Sie wollen mehr über die Seiden-Raupen  
erfahren.  
Sie können 3 Stunden laufen.

### Hinweis

Der Kurs ist nicht rollstuhlgängig.

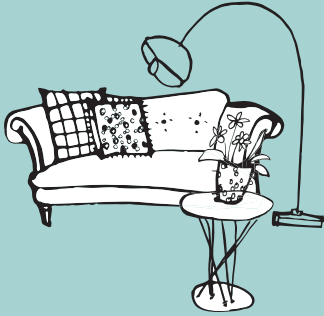
---

<b>Samstag</b>	<b>11.40 bis 16.20 Uhr</b>
----------------	----------------------------

September	19.
-----------	-----

---

## Kurs 21 Glarus



### Leitung

Simone Heinze



### Ort

Pro Infirmis Glarus  
Burgstr. 15  
8750 Glarus  
Sitzungszimmer

### Kosten

Kostenlos

### Anmeldeschluss

21. September 2026

## Info-Abend: Ich möchte selbständig wohnen

Träumen Sie von einer eigenen Wohnung?  
Möchten Sie das selbständige Wohnen  
ausprobieren?

An diesem Info-Abend erfahren Sie,  
welche Möglichkeiten es gibt,  
selbständig zu wohnen.

Im Gespräch finden wir zusammen heraus,  
welche Unterstützung für Sie beim  
Wohnen wichtig ist.

Sie erfahren, wie und wo Pro Infirmis  
Sie unterstützen und begleiten kann.

### Für wen

Sie machen sich Gedanken über Ihre  
Wohn-Situation.

Sie wollen wissen, welche  
Wohn-Möglichkeiten es gibt.

---

<b>Samstag</b>	<b>09.30 bis 11.00 Uhr</b>
----------------	----------------------------

Oktober	24.
---------	-----

---

## Kurs 22 Walenstadt



### Leitung

Jasnena  
Zimmermann



### Ort

ÄTSCH Minikultur-  
Zentrum  
Bahnhofstrasse 32  
8880 Walenstadt

### Kosten

Fr. 30.– inkl. Eintritt und  
Verpflegung

### Anmeldeschluss

7. Oktober 2026

## Pizza essen, tanzen und sich kennenlernen



Wir geniessen frisch gebackene Pizza in verschiedenen Variationen – natürlich ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Wir hören Musik. Sie dürfen eigene Wünsche anbringen. Wer möchte, kann sich zu der Musik bewegen.

Wir lernen uns spielerisch kennen.

In entspannter Atmosphäre ist viel Raum für gute Gespräche und neue Bekanntschaften.

### Für wen

Für alle, die einen gemütlichen Abend verbringen möchten.

### Hinweis

In Zusammenarbeit mit förderraum Sargans.



förderraum

---

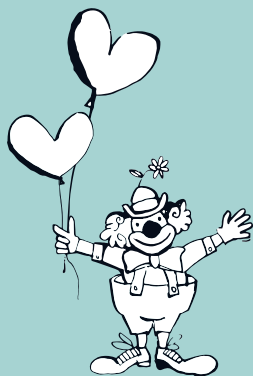
**Samstag** 16.30 bis 20.30 Uhr

November 07.

---



## Kurs 23 Betschwanden



### Leitung

Thomas Heer



### Treffpunkt

Bahnhof Diesbach-  
Betschwanden

### Kosten

Fr. 360.–  
inkl. Übernachtung und  
Vollpension

### Anmeldeschluss

30. Juni 2026

## Zirkus-Luft schnuppern im Glarnerland

Sie möchten zwei Tage richtige  
Zirkus-Luft schnuppern.

Sie möchten selber in der Manege  
auftreten.

Wir schlafen in einem richtigen  
Zirkus-Wagen.

Wir gestalten gemeinsam ein kleines  
Zirkus-Programm.

### Für wen

Sie wollen im Zirkus auftreten.

### Hinweis

Sie brauchen keine Unterstützung  
in der Körper-Pflege.

Sie können auch mit einer Begleit-Person  
teilnehmen.

Der Kurs ist nicht rollstuhlgängig.

---

**Samstag, 03. Oktober, 10.00 bis**

**Sonntag, 04. Oktober, 15.00 Uhr**

---



## Kurs 24 Glarus

# PRO SENECTUTE

GEMEINSAM STÄRKER

### Leitung

Martin  
Bowald



### Treffpunkt

Bahnhof Glarus  
beim Güterschuppen

### Kosten

Fr. 50.- mit Zvieri

### Anmeldeschluss

26. August 2026

## Kutschen-Fahrt



Sie haben Freude an den Farben im Herbst.  
Sie mögen Pferde.

Wir fahren gemütlich mit der Kutsche  
Richtung Oberurnen.  
Dort essen wir Zvieri.

Wir erfahren Interessantes über Pferde  
und die Kutsche.

Wir geniessen einen schönen Nachmittag  
in fröhlicher Gesellschaft.

### Für wen

Sie sind 60 Jahre oder älter.  
Sie benötigen keine Betreuung.  
Der Kurs ist nicht rollstuhlgängig.

---

**Donnerstag 12.30 bis 17.30 Uhr**

---

September 10.

---

---

# Vielen Dank für die Unterstützung

Die Kurse des Bildungsclubs benötigen mehr Aufwendungen als allgemeine Kurse der Erwachsenen-Bildung.

Um auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmenden eingehen zu können, finden die Kurse in Kleingruppen statt.

Zudem steht in jedem Kurs eine Kurs-Assistenz zur Verfügung.

Wir sind bestrebt, die Teilnehmer-Kosten tief zu halten. Damit Bildung für alle möglich ist.

Wir danken allen herzlich, die den Bildungsclub unterstützen:

- Bundesamt für Sozialversicherungen Bern
- Kanton Glarus
- Stiftung «Denk an mich»
- Stiftungen, die ungenannt bleiben wollen
- Vielen Dank auch den anonymen Spenderinnen und Spendern

Ebenfalls danken wir allen Institutionen, Schul- und Kirchgemeinden sowie Vermietern, welche uns die Kursräume zu günstigen Konditionen zur Verfügung stellen.

Pro Infirmis St. Gallen-Appenzell-Glarus, Bildungsclub, 8750 Glarus  
IBAN: CH43 0900 0000 9001 3745 0

# Anmeldung

Kurs:	Nummer:
Kurs:	Nummer:
Kurs:	Nummer:
Kurs:	Nummer:

Anrede:  Herr  Frau

Name:	Vorname:
Strasse:	PLZ/Wohn-Ort:
E-Mail-Adresse:	
<input type="checkbox"/> privat:	<input type="checkbox"/> Geschäft:
Geburtstag:	Arbeits-Ort:
<input type="checkbox"/> Ich bin IV-berechtigt	
<input type="checkbox"/> Ich bin im Rollstuhl.	
Ich hab eine Ermässigung für die öffentlichen Verkehrs-Mittel:	
<input type="checkbox"/> GA <input type="checkbox"/> Halbtax <input type="checkbox"/> Begleit-Ausweis <input type="checkbox"/> Keine	
Das müssen Sie von mir wissen (spezielle Bedürfnisse/Rechnungsadresse):	

Datum:	Unterschrift:
--------	---------------

Bitte beachten Sie die Geschäfts-Bedingungen vorne im Programm-Heft.

Und das Merkblatt zum Daten-Schutz. Sie finden es hier: [www.bildungsclub.ch/Daten](http://www.bildungsclub.ch/Daten)

Hier falten

---

Bitte  
frankieren

Pro Infirmis  
St. Gallen-Appenzell-Glarus  
Bildungsclub  
Burgstrasse 15  
8750 Glarus