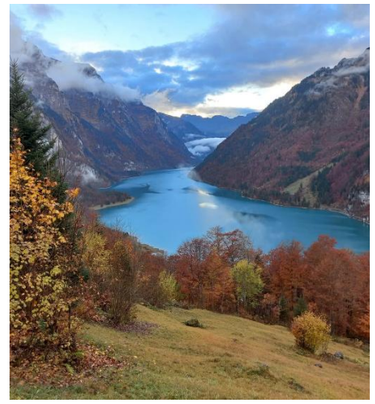
wia
wohnen im alter

Aktivitäten Sonnmatt

Montag 16.11.2026	Dienstag 17.11.2026	Mittwoch 18.11.2026	Donnerstag 19.11.2026	Freitag 20.11.2026	Sonntag 22.11.2026
09:00 – 10:00 **Fitness 1** Mehrzweckraum **10:00 – 11:00** **Fitness 2** Mehrzweckraum **10:00 – 11:00** **Männertreff** Gruppenraum	**10:00 – 11:00** **Gehirnjogging** Mehrzweckraum **10:00 – 12:30** **Zischtigs-Choche** Gruppenraum **09:30 – 10:30** **Therapiehund Chico zu Besuch**	**10:00 – 11:00** **Buchstabensalat** Mehrzweckraum 	**10:00 – 11:00** **Backen** Am Dorfplatz **10:00 – 10:30** **Bibliothek** Kleiner Speisesaal **Nach Vereinbarung** **Massagen mit U. Schär**	**10:00 – 11:00** **Kreativgruppe** Gruppenraum **10:00 – 11:00** **Gedächtnistraining** Mehrzweckraum	
Nachmittag					
14:00 – 15:00 **Stricken** Am Dorfplatz **14:00 – 15:00** **Farbwerkstatt** Gruppenraum **15:45 – 16:45** **Männerfitness** Mehrzweckraum	**14:00 – 15:30** **Silea** Mehrzweckraum 	**14:30 – 15:30** **Ewigkeitsandacht** Mehrzweckraum	**14:00 – 14:30** **Krafttraining** UG **14:00 – 15:30** **Jassgruppe** Gruppenraum	**14:00 – 14:45** **Singen Abt. Papillon** Mehrzweckraum **15:15 – 16:00** **Singen Abt. Orion/Mosaik** Mehrzweckraum	**14:00 – 14:45** **Konzert Heilsarmee „Brass of Praise“** Mehrzweckraum