Tablat-St.Gallen

Reformiert Tablat

Einsamkeit und Einkehr

Text: Pfarrer Thomas Rau

Wer sind die Einsamen und wie viele sind es?
«Es gibt keine direkte Art und Weise, diese Frage zu beantworten. Weil Einsamkeit im Gegensatz zum Alleinsein ein subjektives Phänomen ist, lässt es sich nicht ausgehend von objektiven Kriterien beziffern.» schreibt Lars Svendson in seinem Buch: «Philosophie der Einsamkeit». Er meint, es sei alles andere als eindeutig, wo die Grenze zwischen «Einsamen» und «Nicht-Einsamen» verläuft und in gewisser Hinsicht seien wir alle einsam. Es käme darauf an, welchen Einsamkeitsbegriff wir zugrunde legen, dieser entscheide darüber, ob wir die am stärksten von Einsamkeit Betroffenen «herausfiltern» könnten.

Was tun wir als Kirche gegen Einsamkeit, Vereinsamung?
Wir laden unverdrossen zur Einkehr ein! Wir suchen den Kontakt, wir besuchen, wir fragen nach: Fühlen Sie sich manchmal einsam? Wir bringen Menschen zusammen, in schönen Räumen, in Gesprächsgruppen, bei gemeinsamen Erlebnissen, mit Musik, Gesang, in den Gottesdiensten und beim Kirchenkaffee danach, u.v.m. Wir ermutigen dazu, den Kontakt auch neu aufzunehmen, sich zu beteiligen, und so von den Angeboten und Anlässen der Kirchgemeinde dann hoffentlich zu profitieren.

Wie überwinde ich die Einsamkeit?
Den entscheidenden Schritt muss jeder Mensch immer wieder selbst tun, und sich mutig auf den Weg machen. Dazu wollen auch wir ermutigen. Denn: Wir brauchen die Anderen und die Anderen brauchen uns. «Vertraut den neuen Wegen!» (Ref. Gesangbuch Nr.: 843) Das sollen wir nicht nur singen, sondern die neuen Wege dann auch zuversichtlich gehen. Nur allein bleiben ist nicht gut, nur gemeinsam sind wir Kirche und überhaupt: Mensch sein geht nur zusammen. Jeder ist wichtig! Schon vom Anfang der Kirche wird in der Apostelgeschichte berichtet: Sie hatten alle Dinge gemeinsam, waren täglich im Tempel und brachen das Brot… (nach Apg. 2,46).
Wenn nicht grad Ferien sind, wie jetzt, wo ich diese Zeilen «ganz einsam» im Kirchgemeindehaus Grossacker schreibe, ist hier fast täglich immer etwas los. Offensichtlich tut es vielen Menschen sehr gut, auch hier gemeinsam etwas zu erleben, für andere etwas zu tun, sich zu beteiligen. - Wie? Das entscheidet jede/r selbst.

Herzlich willkommen!
Wünschen Sie sich einen Besuch? Möchten Sie mit jemanden sprechen? Rufen Sie mich an!
Buchtipp: «Philosophie der Einsamkeit» von Lars Svendson, ISBN 978-3-7374-1326-8

ADMINISTRATION
Falkensteinstrasse 40, 1. OG, 9000 St.Gallen
071 244 81 21, info@tablat.ch

PFARRPERSONEN
Grossacker-Stephanshorn
Renato Maag, 9016 St.Gallen, 071 288 12 88,
renato.maag@tablat.ch
Thomas Rau, Claudiusstrasse 11
9000 St.Gallen, 071 244 81 11
thomas.rau@tablat.ch
Halden
Andrea Weinhold
Rehetobelstrasse 89a, 9016 St.Gallen,
071 288 15 10, andrea.weinhold@tablat.ch
Heiligkreuz
Birke Müller, 9008 St.Gallen, 071 245 03 83
birke.mueller@tablat.ch
Rotmonten
Thomas Rau siehe Grossacker-Stephanshorn
Wittenbach
Bruno Ammann, 9300 Wittenbach, 071 298 40 10,
bruno.ammann@tablat.ch

Weitere Kontaktpersonen finden Sie unter: www.tablat.ch

Unsere Gottesdienste

	Grossacker-Stephanshorn	Halden	Heiligkreuz	Rotmonten	Wittenbach-Bernhardzell
Fr/Sa/So 30./31. Oktober 1. November		Sa, 18.30 Uhr Taizé - Gottesdienst			
	So, 10 Uhr, **Kirche St. Laurenzen** Gemeinsamer Gottesdienst, Übertragung SRF und Eurovision, Pfrn. Kathrin Bolt und Pfrn. Cathrin Legler; Musik: Bernhard Ruchti; anschl. Kirchenkaffee				
Sa/So 7./8. November	So, 10 Uhr, ökumenisch Pfr. T. Rau Seelsorgerin J. Schulz	Sa, 18.30 Uhr Taizé - Gottesdienst	So, 10 Uhr mit Abendmahl Pfrn. B. Müller anschl. Kirchenkaffee	So, 10.30 Uhr Pfr. Ch. Menzi	Sa, 16 Uhr, ökumenisch Kirche Kunterbunt, Martinifeier; Laternenhof So, 10 Uhr mit Taufe, Pfr. B. Ammann
Sa/So 14./15. November	So, 10 Uhr mit Abendmahl Pfr. R. Maag anschl. Kirchenkaffee	Sa, 18.30 Uhr Interreligiöses Gebet So, 11 Uhr «runde Geburtstage» Pfrn. A. Weinhold			So, 10 Uhr mit Taufe, Pfr. T. Rau
Fr/Sa/So 20./21./22. November Ewigkeitssonntag	So, 10 Uhr mit Kerzenritual u. Gedenken d. Verstorbenen, Pfr. T. Rau	Fr, 19 Uhr Meditationsnacht, Pfrn. A. Weinhold und Team So, 11 Uhr Gedenken d. Verstorbenen, Pfrn. A. Weinhold Seelsorgerin J. Schulz	So, 10 Uhr mit Kerzenritual u. Gedenken d. Verstorbenen, Pfrn. B. Müller, Evelyn Kläusler, Oboe u. E. Uhland, Orgel/Flügel	So, 10.30 Uhr mit Kerzenritual u. Gedenken d. Verstorbenen, Pfr. R. Maag, Norbert Bont, Gesang u. Flöte; S. Seipp, Orgel/Flügel	Fr, 19 Uhr «Aufwind» Abend-GD Diakon T. Frischknecht So, 10 Uhr Gedenken d. Verstorbenen, Pfr. B. Ammann; Markus Lang, Cello und C. Leng, Orgel
Sa/So 28./29. November 1. Advent		So, 11 Uhr argentinische Weihnachtsmesse, Pfrn. A. Weinhold Seelsorgerin J. Schulz			So, 9.30 Uhr Kirche Kunterbunt, Kirchenzentrum St.Konrad, Ch. Leutenegger u. Team
	So, 10 Uhr, **Kirche Heiligkreuz** Tablater Begegnungs-GD; Pfrn. B. Müller u. Pfr. T. Rau; Musik: vokalensemble con passione unter Leitung von Kantor L. Bolt, E. Uhland, Orgel; anschl. Kirchenkaffee				

reformiert
mittendrin
– Cityseelsorge –

Kerzenziehen im Zelt am Sternenmarkt 2026

Text und Bild: Matthias Wenk

Auch in diesem Jahr lädt das Kerzenziehzelt dem ersten Adventssamstag wieder zwei Wochen lang zu Beschaulichkeit und Entschleunigung ein.

Nehmen Sie sich eine Auszeit und ziehen Sie bei uns eine Kerze aus Bienenwachs. Etwas Besonderes geht vom Licht einer Kerze aus: es verschenkt Wärme und Besinnlichkeit. Kerzenlicht steht für Hoffnung und teilt man es, wird es mehr. Dieser Zauber des Kerzenlichts entfaltet sich im Kerzenziehzelt am Sternenmarkt.

Wir sind für Sie da:
Samstag, 28. November bis Sonntag, 13. Dezember
- **Montag bis Freitag: 12 bis 18 Uhr**
- **Samstag und Sonntag: 11 bis 17 Uhr**

neuer Ort: Gallusstrasse 16

Doch damit das Kerzenziehen überhaupt zwei Wochen lang Gäste empfangen kann, brauchen wir noch immer freiwillige Helfer:innen! Auf www.kathsg.ch/veranstaltung/33026/ können Sie sich in die freien Zeitfenster eintragen. Vielen herzlichen Dank für Deine Mithilfe!

Kontakt:
- Kornel Zillig, Akj - Arbeitsstelle kirchliche Jugendarbeit, 071 224 05 25, info@akj.ch
- Matthias Wenk, reformiert mittendrin, 079 610 68 82, matthias.wenk@ref-shc.ch



WALDGWUNDER HERBST

Samstag, 7. November, 9 Uhr
Treffpunkt Haltestelle «Uni/Gatterstrasse»
In jeder der vier Jahreszeiten werden wir aufmerksam und achtsam für das, was sich im Wald und in sich regt. Wir lauschen und schweigen, tasten, sehen und experimentieren mit dem, was immer schon ohne unser Zutun da ist. Und werden so offen zum Gwundern für Gottes überraschende Gegenwart. Gerade der Herbst macht uns bewusst, dass alles Leben eingebettet ist, im Kreislauf von Werden, Vergehen und Werden. Was muss ich loslassen? Was darf ich loslassen? Worauf möchte ich mich konzentrieren? Wie finde ich in der Konzentration eine Kraftquelle für die dunkle Zeit? Mit diesen Fragen und Erfahrungen leitet uns der November bei WaldGwunder zur Reflexion und Vertiefung an. Im Anschluss ans WaldGwunder gibt es die Möglichkeit, am Feuer Mitgebrachtes zu essen und/oder zu grillieren.
Wettergerechte Kleidung und gutes Schuhwerk sind für das Unterwegssein im Wald hilfreich.
Fragen? Dann wenden Sie sich ungeniert an:
Uwe Habenicht, uwe.habenicht@straubenzell.ch
oder Matthias Wenk, matthias.wenk@ref-sgc.ch

Erstmals ein Rabbiner an der Reformationsfeier

Seit über 100 Jahren lädt das Evangelisch-reformierte Forum St.Gallen zu einer gesamtstädtischen Reformationsfeier, jeweils am Montagabend nach dem Reformationssonntag, aktuell am **2. November, 19 Uhr** in die **Kirche St.Laurenzen**. Bis 1978 fand die Feier in die Tonhalle statt – mit Referierenden aus Theologie, Politik und Wirtschaft unter der Mitwirkung der vereinigten Chöre der drei stätischen Kirchgemeinden. Karl Barth oder Emil Brunner waren Gäste, 1991 mit Bischof Kurt Koch erstmals ein Katholik wie auch 1996 mit Bischof Ivo Führer. An der kommenden Reformationsfeier hält die Festansprache mit Dr. Shlomo Tikochinski erstmals ein Rabbiner. Er wird sprechen über seine Sicht auf Jesus als Historiker, als Rabbiner und als Shlomo Tikochinski.

Und wie vor einem Jahr, bei der Feier mit Altbundesrat Moriz Leuenberger, singt der Gospelchor «Gospel im Centrum» Lieder aus dem aktuellen Jahresprogramm. Thema des diesjährigen Winterprogramms des Forums ist die gegenseitige Inspiration zwischen Judentum und Christentum von der Frühzeit bis in die Gegenwart. Judentum und Christentum waren oft im Streit, aber es gibt auch die Geschichte der gegenseitig positiven Beeinflussung.
Davon handeln auch die vier Montagsvorträge im Februar 2027.

IM LICHT... VERWANDELT – FEIER FÜR MENSCHEN, DIE UM EIN KIND TRAUERN

Samstag, 7. November, 17 Uhr
Kirche St.Peter und Paul, Rotmonten



Die Gedenkfeier bietet Raum, in Gedanken und Erinnerungen bei diesen Kindern zu verweilen, und zwar unabhängig davon, ob sie während der Schwangerschaft, kurz vor oder nach der Geburt, im Kindes-, Jugend- oder jungen Erwachsenenalter verstorben sind. Die von der Kinderspitalseelsorge und der Cityseelsorge vorbereitete Feier will die Hoffnung stärken, dass die so vermissten Kinder im Tod nicht das Ende, sondern Übergang und Wandlung erfahren haben und nun geborgen sind an einem sicheren Ort. Eingeladen sind verwaiste Eltern, Geschwister, Grosseltern, Paten, Freundinnen und Freunde, Wegbegleitende... Dabei spielt es keine Rolle, ob der Verlust erst kürzlich geschah oder Jahre zurückliegt. Anschliessend besteht die Möglichkeit, bei Kaffee und Kuchen oder einem Glas Wein noch etwas zu verweilen.
Auf die Begegnung mit Ihnen/Euch freut sich das ökumenische Team: Dorothee Buschor Brunner (Seelsorgerin am Ostschweizer Kinderspital), Cathrin Legler & Matthias Wenk (Cityseelsorge «reformiert mittendrin»)
Robert Fricker (Musiker)

GOTTESDIENST MIT HANDAUFLEGEN

Montag, 9. November , 19 Uhr
Kirche St. Laurenzen
Das Handauflegen ist eine jahrtausendealte spirituelle Tradition. Die Berührung mit der Hand versinnbildlicht die Weitergaben von Gottes Geistkraft. Diese Geste bedeutet auch Segen. Möchten Sie gesegnet und bestärkt, ermutigt und voll Hoffnung durch Ihren Novemberalltag gehen? Dann ist dieser Gottesdienst mit Handauflegung eine gute Gelegenheit dazu.

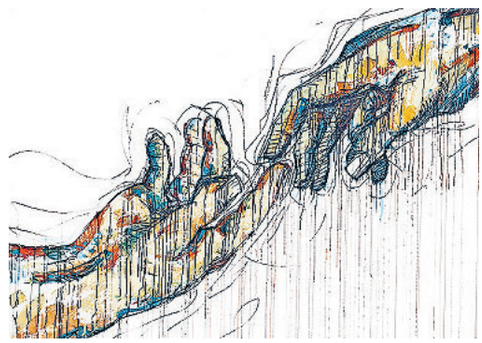


Bild: Claudio Schwarz/unsplash

Menschen aus unseren Kirchgemeinden
Fünf Fragen, fünf Antworten

Text und Bild: Pfarrerin Cathrin Legler

Was lieben Sie an Ihrer Arbeit besonders?
Mein Beruf ist sehr vielseitig. Am meisten freut es mich, immer wieder Menschen in so vielen Lebenslagen zu begegnen.
Am gleichen Tag ein Trauergespräch zu führen, Religionsunterricht zu geben und einen Gottesdienst vorzubereiten, ist sehr besonders.

Welche Begegnung hat Sie in letzter Zeit besonders berührt?
Ich stehe oft am Freitagmorgen auf dem Bauernmarkt mit «Ganz Ohr». Da begegnete ich z.B. einer Frau, die sehr traurig darüber ist, dass ihr Enkel nicht getauft wurde. Über diese Trauer zu sprechen, hat mich berührt.

Was macht einen guten Arbeitstag für Sie aus?
Mir liegt Teamarbeit am Herzen. Wenn ich – bei Sitzungen oder gemeinsamen Projekten – spüre, dass andere mit mir zusammen die Freude am Beruf teilen, wird mein Arbeitstag reich. Und auch: Wenn alle Emails abends beantwortet sind.

Was würden Sie sich manchmal von der Gemeinde wünschen?
Manchmal wünsche ich mir, dass Menschen aus der Gemeinde sich noch aktiver einbringen. Nicht einfach sagen «Man sollte mal…», sondern selbst aktiv werden! Das macht uns Reformierte aus, dass wir die Kirche gemeinsam auf Augenhöhe gestalten und uns einbringen können.

Wenn Sie an die Zukunft der Kirche denken – was gibt Ihnen Hoffnung?
Ich erlebe bei uns in der Kirche einen «Spirit», der mir Hoffnung gibt. Menschen lassen sich berühren, teilen sich mit. Gemeinschaft und Zusammenhalt wird spürbar.

Name: Cathrin Legler
Alter: 51 Jahre
Bezug zur Kirchgemeinde: Pfarrerin St.Gallen Centrum und reformiert mittendrin Cityseelsorge
Beruf / Tätigkeit (früher oder aktuell): bis April 2025 arbeitete ich im Tecum, dem Bildungszentrum der Thurgauer Landeskirche in der Kartause Ittingen
Dein Lieblingsort: Bin gerne in der Innenstadt von St. Gallen unterwegs!



«KAFFEE & SO» AM EWIGKEITSSONNTAG

Sonntag, 22. November, 13 Uhr
Ostfriedhof
Für viele Menschen ist der November eine triste Zeit der Stille. Es ist ein Monat, der zum Gedenken und Erinnern an die Verstorbenen einlädt und Gefühle wie Trauer, Einsamkeit und Melancholie hervorrufen kann.
Anlässlich des Ewigkeitssonntags sind wir als Cityseelsorge von «reformiert mittendrin» mit dem Angebot von «Kaffee & so» auf dem Ostfriedhof St.Gallen präsent.
Als Team laden wir Sie und Euch dazu ein, sich an der Feuerschale bei heissen Getränken zu wärmen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Wir freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen und Euch! Das Team der Cityseelsorge von «reformiert mittendrin»



Foto: Martina Signer - Advents-Oase

ADVENTS-OASE

Donnerstag, 3. Dezember, 17 bis 19 Uhr
Kirche Linsebühl
Im hektischen Alltag der Vorweihnachtszeit möchten wir die Möglichkeit bieten, innezuhalten und zur Ruhe zu kommen. Nutzen Sie diese Gelegenheit und geniessen Sie Musik, Kerzenschein und eine kurze Andacht.

Wer spielt und singt mit im Kinderchor-Weihnachtsprojekt in St.Mangen?
Am **Samstag, 19. Dezember um 17.30 Uhr** wird in der Kirche St.Mangen im Rahmen eines Familienweihnachtsgottesdienstes das diesjährige Weihnachtsspiel der Kinder- und Jugendkantorei St. Gallen C, die unter der Leitung von Verena Förster steht, aufgeführt. Das Stück steht unter dem Schuljahresmotto des Chores «Wie fühlst Du Dich – wie fühle ich mich?»
Alle interessierten Kinder von 4 bis 13 Jahren sind herzlich eingeladen, mitzuspielen und mitzusingen.
Proben im Kirchgemeindehaus Linsebühl, Flurhofstrasse 3:
Montag, 16./23./30. November, 7. Dezember,
für 4 bis 13-Jährige: 17.30 bis 18.15 Uhr
zusätzlich für 7 bis 13-Jährige: 18.15 bis 19 Uhr
Montag, 14. Dezember: Hauptprobe
für 4 bis 13-Jährige: 17.30 bis 18.30 Uhr
zusätzl. für 7 bis 13-Jährige: 18.30 bis 19.15 Uhr
Aufführung in der Kirche St.Mangen:
Samstag, 19. Dezember
15.30 bis 17 Uhr: Vorpobe
17 bis 17.30 Uhr: Pause mit Verpflegung und Kostümierung
17.30 bis 18.30 Uhr: Aufführung des Weihnachtsspiels im Rahmen des Gottesdienstes
Die Teilnahme ist kostenlos.
Für alle, die sich schnell anmelden, besteht die Möglichkeit, das Weihnachtspiel, das Verena Förster selbst schreibt, mitzugestalten und Ideen für die eigene Rolle einzubringen.
Anmeldung erbeten bis 3. November an Verena Förster, kinderchor@ref-sgc.ch. – Infos gibt es unter www.ref-sgc.ch/kinderkantorei.



Bild: pixabay.com

Veranstaltungen in der Stadt

LAURENZEN-VESPER
Freitag, 30. Oktober, 18 Uhr
Kirche St.Laurenzen
Seltsam, im Nebel zu wandern
Bernhard Ruchti, Musik
Cathrin Legler und Kathrin Bolt, Lesungen

SRF GOTTESDIENST ZUM REFORMATIONSSONNTAG
Sonntag 1. November, 10 Uhr
Kirche St. Laurenzen
Eintreffen 9.30 für die Instruktionen von SRF
Erlebe einen besonderen Gottesdienst, der in der ganzen Schweiz und darüber hinaus auf eurovision live übertragen wird.
Was ist ein selbstbestimmtes Leben?
Es wird die Geschichte von Wiborada erzählt, der ersten heiliggesprochenen Frau der Welt. Reformationssonntag und Allerheiligen fallen an diesem Sonntag zusammen. Genauso wie die Fragen von damals und heute, die uns inspirieren, glaubwürdig zu sein und bleiben als Menschen und als Kirche.
Musik: Bernhard Ruchti, Orgel; Melanie Veser, Alt; Yuko Ishikawa, Violine,
Liturgie: Pfarrerin Cathrin Legler und Pfarrerin Kathrin Bolt, Lesung: Nadeshna Ley

TOD:SICHER – ANFREUNDEN MIT DER EIGENEN ENDLICHKEIT
3. bis 22. November
Kirche St.Laurenzen
Eine Ausstellung, die mit neun unterschiedlichen Stationen dazu anregt, das vermeintliche Tabuthema Sterben neu zu betrachten.
Öffnungszeiten:
Montag-Samstag: 9.30 bis 16 Uhr (Donnerstag bis 18 Uhr), Sonntag: 12-16 Uhr

MITTWOCH-MITTAGS-KONZERTE
4. November, 12.15 Uhr
Saxo-Vielfalt
Egon Rietmann, Norbert Dehmke,
Udo Sonnabend, Robert Bernhart - Saxophone
11. November, 12.15 Uhr
A Jazz Affair
Katrin Corazza, Gesang;
Michael Baumann, Klavier
18. November, 12.15 Uhr
Ein entspanntes musikalisches Zwiegespräch mit Tiefgang
Sandra Bötschi alias Bert - Saxophon,
Dusan Prusak alias Cindy - Kontrabass
25. November, 12.15 Uhr
Wenn Träume tanzen
Sabine Gstach, Maren Kloser, Veronika Ortner-Dehmke, Dorit Wocher - Blockflötistinnen



Frauke Riether by Pixabay.com

GANZ OHR – FÜR IHRE ANLIEGEN
donnerstags 16 bis 18 Uhr
Kirche St.Laurenzen
Gibt es Dinge, die Sie im Moment beschäftigen oder belasten? Eine Seelsorgerin oder ein Seelsorger hat ein offenes Ohr für Ihre Anliegen. Was immer Sie erzählen, bleibt vertraulich, die Seelsorgerinnen und Seelsorger stehen unter Schweigepflicht. Ein Angebot für alle, unabhängig von Herkunft und religiöser Zugehörigkeit.
05.11. Bruno Fluder
12.11. Klaus Fischer
19.11. Uwe Habenicht
26.11. Cathrin Legler
03.12. Walter Lingenhöle

ZEIT IM KLANG
Donnerstag, 5. November, 18.15 bis 19 Uhr
Kirche Heiligkreuz
Unruhige Gedanken, Hektik, Ängste und Sorgen für eine Zeitlang verabschieden. Zur Ruhe kommen. Entspannen. Aufgehoben sein. Zu sich selbst finden. Neue Energie tanken. Dies und mehr möchte Ihnen «Zeit im Klang» anbieten und ermöglichen. Matten, Decken und Kissen vorhanden. Zur Teilnahme sind keine Vorkenntnisse nötig. Leitung: Verena Gerber, Klangpraktikerin nach Peter Hess.

PODIUMSGESPRÄCH: «WIE GEHT BEERDIGEN?»
Donnerstag, 5. November, 19.30 Uhr
Kirche St.Laurenzen
Michael Bächler, Bestattungsamt St.Gallen
Mirjam Enzler, Bestatterin
Tim Mahle, Pfarrer

TRAUERCAFÉ
Freitag, 13. November, 16 bis 18 Uhr
Kirchgemeindehaus St.Mangen
Wir bieten dir einen geschützten Raum, um deine Trauer zu verarbeiten, neue Kraft zu tanken und in deinem Tempo zurück ins Leben zu finden. Du bist herzlich willkommen – ob du einfach nur zuhören möchtest oder aktiv teilnehmen willst. Unkostenbeitrag: CHF 10.-
Leitung: Isabel Spirig und Francesca Peter
Ein ökumenisches Angebot der reformierten und katholischen Kirche.

GEDANKEN & MUSIK
Freitag, 13. November, 19 Uhr
Kirche Grossacker
Thema: «Nebelsuppe»
Texte: Pfarrerin Andrea Weinhold
Musik: Markus Suhner, Saxophon,
Esther Uhland, Orgel und Klavier;
anschliessend Apéro

60PLUS-NACHMITTAG: MACHU PICCHU & CO.
Mittwoch, 25. November, 14.30 Uhr
Kirchgemeindehaus Linsebühl
Rolf Kühni kommt zu uns mit «peruanischen Impressionen hautnah». Mit Bild und Ton berichtet er von seinen Reisen durch dieses vielfältige südamerikanische Land, von dessen Geschichte und aktuellen Herausforderungen, vom christlichen Glauben und von den Menschen in Peru. Anschliessend gibt es Kaffee/Tee und etwas Süsses.



Bild: Homberg by pixelio

REFERAT PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM ALTER
Freitag, 27. November, 14 Uhr
Kirche Heiligkreuz, Gemeindesaal Haus Paul im Erdgeschoss und barrierefrei, nahe der Bushaltestelle «Heiligkreuz»
kostenlos und ohne Anmeldung
Referentin: Pflegeexpertin, Esther Indermaur
Organisiert von: IG Alter Heiligkreuz, evang.-ref. Kirchgemeinde Tablat-St.Gallen, kath. Kirchgemeinde St.Gallen, Pflegeheim Heiligkreuz, bruggwald51 und Pro Senectute.
Fragen an: Sandra Stark, Pro Senectute, 071 227 60 08, sandra.stark@sg.prosenectute.ch

NACHT DER LICHTER FACKELMARSCH
Samstag, 28. November, 18 Uhr
- Wir laufen zusammen unter der Führung der Jugendarbeitenden hinab zur Kirche St.Laurenzen und Kloster. Es gibt drei Startpunkte:
- Bahnhof Haggen, Dominic Mühlematter.
- Bahnhof St. Fiden, Lara Fahrni,
- GBS Riethüsli über St. Georgen, Jessica Mühlematter

Leitung und Info zum Fackelmarsch bei Hampi Korsch, 079 615 93 22
Anschliessend findet Nacht der Lichter statt.
Alle Abgaben zu Nacht der Lichter auf: www.nachtderlichter.ch
Alle Programme buchbar auf pfefferstern.ch
Nähere Infos bei Hampi Korsch

ÖKUMENISCHES FRIEDENSGEBET
Nicht müde werden
montags, 12.15 bis 12.45 Uhr
Kirche St. Laurenzen
Mit Stille, Kerzen, Liedern und Gebet

Aktuell und Persönlich

Aktuelles

TABLATER BEGEGNUNGSGOTTESDIENST ZUM 1. ADVENT
Sonntag, 29. November, 10 Uhr
Kirche Heiligkreuz
Musik: Chorteile der Adventskantate «Nun komm der Heiden Heiland» von J. S. Bach und Advents-Gradualien von Michael Haydn.
Ausführende: vokalensemble con passione, Orchester ad hoc auf historischen Instrumenten unter Leitung von Kantor Lukas Bolt, Esther Uhland, Orgel; Pfarrerin Birke Müller und Pfarrer Thomas Rau; anschl. Kirchenkaffee
Bild: Konzert am Ewigkeitssonntag 2025



Diakonie

ÖKUMENISCHE BLÄTZWERKSTATT ST.GALLEN (GROSSACKER/ST. FIDEN)
Montag, 16. November, 14.15 Uhr
Kirchgemeindehaus Grossacker
Kontakt:
Adelheid Dengler Schelling, 071 288 10 87

WARENKORB
dienstags, 17.30 bis 18.30 Uhr
Kirchgemeindehaus Grossacker
Lebensmittelausgabe für Menschen mit kleinem Budget aus dem Tablater Gemeindegebiet mit Bezugskarte.
Anmeldung bei Sabine Wüthrich, 071 244 93 83

KOALA – ALLES FÜR'S BABY
mittwochs, 14.30 bis 16.30 Uhr
donnerstags, 9 bis 11 Uhr
Kirchgemeindehaus Grossacker, Eingang Turm (ausserhalb Schulferien), **Voranmeldung nötig**.
Unsere freiwillig engagierte Mitarbeiterinnen bedienen werdende Mütter und junge Familien mit Secondhand-Babyartikel und Kinderkleidern. Sachspenden aus Privathaushalten nehmen wir gern entgegen.
Damaris Saxer Henne, 071 244 63 77

K-TREFF WITTENBACH
mittwochs, 15.45 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Einkaufen für CHF 1.-. Hier treffen sich Menschen aus Wittenbach mit kleinem Budget. Bezug bis 18 Uhr. **Abgabe der Lebensmittel ist nur mit Terminkarte möglich.**

Glaube, Musik und Bildung

LITERATUR- CAFÉ
Donnerstag, 26. November, 9.30 Uhr
Evang. Kirche Rotmonten
Sibylle Engi liest und erzählt aus dem Buch: Volker Weidermann, Wenn ich eine Wolke wäre - Mascha Kaléko und die Reise ihres Lebens.
Anfang der Dreissigerjahre ist Mascha Kaléko ein Star in Deutschland. Die Menschen lieben ihre Gedichte über Liebe und Alltag, über Berlin und die Welt - und sie liegen der Autorin zu Füssen. Nach der Machtübernahme der Nationalsozialisten wird das Leben für Jüdinnen und Juden immer schwerer; 1938 kann sie in letzter Minute nach New York fliehen. 1956 - Achtzehn Jahre später, nachdem sie Nazi-Deutschland verlassen hat, kehrt sie zurück.
Es ist eine Reise in die Vergangenheit – verbunden mit der bangen Frage, ob sie auch eine in die Zukunft sein kann. Volker Weidermann schreibt über ein einzelnes Jahr und zeigt darin ein ganzes deutsch-jüdisches Leben. Es ist die Geschichte einer Dichterin, in deren Humor, Esprit und Melancholie wir uns selbst erkennen.



Bild: © Kiepenheuer & Witsch

ADVENTSKONZERT
Sonntag, 29. November, 17 Uhr
Kirche Heiligkreuz
1. Advent mit den Familien Bach und Haydn.
J. S. Bach: Kantate «Nun komm der Heiden Heiland» J. M. & J. Ch. Bach: Doppelchörige Advents-Motetten M. Haydn: 3 Gradualien zum Advent J. Haydn: Aus dem Oratorium «Die Jahreszeiten» - Der Winter.
vokalensemble con passione Orchester auf historischen Instrumenten;
Kimberly Brockman, Sopran
Benjamin Berweger, Tenor
Grégoire May, Bass
Kantor Lukas Bolt, Leitung

Kinder und Familien

ELTERN-INFO-ABEND, MÄDCHENWORKSHOP «ZYKLUSSHOW»
Freitag, 30. Oktober, 19.30 bis 21.30 Uhr
MÄDCHEN WORKSHOP
Samstag, 31. Oktober, 10 bis 17 Uhr
Kirche Grossacker
Workshop für Mädchen von 10 bis 13 Jahren. Anschaulich, verständlich und spannend erfahren die Mädchen, was sich in ihrem Körper ereignet, in den wichtigsten Jahren des Erwachsenwerdens vom Mädchen zur Frau. Leitung: Karin Gilgen; Kosten: CHF 120.-/Person

JUNGSCHAR WITTENBACH
Samstag, 7./21. November, 13.30 bis 17 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Hast du Freude an Action im Wald, lustigen Spielen, spannenden Geschichten und wertvoller Gemeinschaft? Dann komm in die Jungschi Wittenbach! Wir treffen uns jeden 2. Samstagnachmittag. Dazu gibt es noch zwei coole Lager im Zelt. Für alle Kinder von der 1. bis 7. Klasse. Wir freuen uns auf dich. Weitere Auskünfte bei Linda Frischknecht.
www.jungschar-wittenbach.ch

KIRCHE KUNTERBUNT - MARTINIFEIER
Samstag, 7. November, 16 bis 19 Uhr
Laternenhof, Wittenbach
Wir laden gross und klein herzlich zur ökumenischen Martinifeier auf dem Laternenhof ein. Eintrudeln ab 16 Uhr, Beginn Feier 16.30 Uhr mit Laternenumzug. Im Anschluss Znacht und Grille mit open end. Du darfst gerne Deine eigene Laterne mitbringe. Deine Anmeldung hilft uns bei den Vorbereitungen.
Christian Leutenegger und Team

SPIELE RUND UM D'CHILE
Mittwoch, 11./18. November, 2. Dezember
jeweils 14 bis 16 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Spiel und Spass, Begegnung, Zvieri für Kinder in Begleitung ihrer Eltern/Bezugspersonen.
Susanne Baumgartner, 071 280 03 41

QUARTIERZMITTAG FÜR JUNG UND ALT ROTMONTEN MIT ANMELDUNG (ONLINE)
Mittwoch, 18. November, 12 bis 13.30 Uhr
Evang. Kirche Rotmonten
Wir freuen uns auf ein gemeinsames Essen und wünschen einen guten Appetit. Kinder kommen bitte in Begleitung Erwachsener.
Kosten CHF 20 / 1 Erw. + 2 Kinder.
Weitere Kinder CHF 5. Einzelpersonen CHF 10.
Möchten Sie unser Team unterstützen?
Melden Sie sich bei Christina Hegelbach, christina.hegelbach@tablat.ch

CHILEMÜÜSLI MIT ANMELDUNG (ONLINE)
Mittwoch, 25. November, 14.15 bis 16.30 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
D Chilemüüsli Sam und Julia suchen dringend Freunde. Freunde, die mit ihnen lachen, singen, tanzen, basteln, und Geschichten hören.
Wer hat Lust ein Chilemüüsli zu werden?
Wir würden uns riesig freuen.
Infos bei Manuela Huber, 079 378 09 30

UPCYCLING WERKSTATT
MIT ANMELDUNG (ONLINE)
Mittwoch, 25. November, 15 bis 16.30 Uhr
Kirche Grossacker
Wir kleben, malen, färben und werten alte Dinge auf. Ein Geschenk fertigst du für dich an und ein Geschenk stellst du in die Adventsstuebe zum Verkauf in der Adventszeit.
Kontakt: Antje Klein



Bild: Antje Klein

KIRCHE KUNTERBUNT - FÜR ALLE GENERATIONEN
Sonntag, 29. November, 9.30 bis 13 Uhr
St.Konrad Kirchenzentrum, Wittenbach
Kirche Kunterbunt, wie die Villa von Pippi Langstrumpf. Für Kinder mit ihren Eltern, Grosseltern, Götti, Gotte, Freunden und Bekannten. Tauche ein in eine erfrischende Gemeinschaft mit Tiefgang.
9.30 Ankommen – 10 Uhr Aktivzeit – 11.30 Uhr Feierzeit – 12 Uhr gemeinsamer Zmittag
Schau vorbei und lasse Dich begeistern.
Herzliche Grüess. Das Vorbereitungsteam.

CHRABBELGRUPPE UND KAFITREFF
jeden Dienstag, 9 bis 11 Uhr
(ausserhalb Schulferien)
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Wir treffen uns im 1. Stock und freuen uns über jedes neue Gesicht. Wir plaudern und tauschen uns aus, singen und spielen mit den Kleinsten, lassen sie herumkrabbeln und verbringen eine schöne Zeit miteinander.
Infos: Susanne Baumgartner, 071 280 03 41

KINDERCHOR PROBE
jeden Mittwoch, 13 Uhr
(ausserhalb Schulferien)
Evang. Kirche Rotmonten
Hast Du Lust, regelmässig zu singen? In unserem Kinderchor sind alle singfreudigen Kinder der 2. bis 6. Klassen willkommen. Gemeinsames Singen, Stimmbildung und Auftritte. Möchtest Du mitmachen? silvia.seipp@tablat.ch

QUARTIER-ZMITTAG FÜR JUNG UND ALT
jeden Freitag, 12 bis 13.30 Uhr
(ausserhalb Schulferien)
Kirche Grossacker
Wir freuen uns auf das gemeinschaftliche Essen. Kinder kommen bitte in Begleitung Erwachsener. Gemeinsame Mittagspause mit Pasta und Salat für CHF 5.- pro Person.
Ihre Anmeldung zum Essen hilft uns beim Planen. Melden Sie sich auch, wenn Sie unser Team unterstützen möchten. Wir suchen für folgende Bereiche Talente: Tischkultur, Entertainment und Kochkunst. antje.klein@tablat.ch

ROUNDABOUT KIDS
jeden Freitag, 17.45 bis 19 Uhr
(ausserhalb Schulferien)
Kirche Grossacker
Für Mädchen zwischen 8-11 Jahren. Freude am Tanzen, regelmässiges Training, gemütliches Zusammensitzen und Plaudern, Freundschaftenmit anderen Mädchen pflegen, gemeinsame Events.... Leitung: Carmen Ruf

Jugendliche und Junge Erwachsene

JUGENDTREFF HALDEN
Mittwoch, 4./11./18./25. November, 2. Dezember, 14 bis 17 Uhr
Freitag, 6./20. November, 4. Dezember, 18 bis 20.30 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden

AUFWIND-BAND PROBE IM BANDRAUM
Donnerstag, 5./12./26. November, 3. Dezember, jeweils 17.30 bis 18.30 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Die Aufwind Band begleitet unseren Abendgottesdienst. Singst Du gerne oder spielst Du Gitarre,Keyboard, Bass oder Percussion? Dann schau doch mal an einer Probe vorbei. Du wirst von einer ausgebildeten Musikerin gefördert.
Kontakt: tschiggo.frischknecht@tablat.ch

KLEINGRUPPENABEND FÜR JUGENDLICHE
Dienstag, 10./24. November, 19 bis 21 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Wir treffen uns ca. 14 täglich, um uns mit Lebens- und Glaubensthemen auseinanderzusetzen. Hier hat es Platz für Deine Gedanken und Fragen. Am Schluss nimmst Du das mit, was Dich anspricht. Dich erwartet eine gute Gemeinschaft und die Möglichkeit Deinen Glauben zu entwickeln. Schau doch einfach mal vorbei! tschiggo.frischknecht@tablat.ch

ROUNDABOUT YOUTH
jeden Mittwoch, 19.30 bis 21 Uhr
(ausserhalb Schulferien)
Kirche Grossacker
Für Mädchen zwischen 12-20 Jahren. Freude am Tanzen, regelmässiges Training, gemütliches Zusammensitzen und Plaudern, Freundschaften mit anderen jungen Frauen pflegen, gemeinsame Events.... Leitung: Carmen Ruf

FRIEDENSSTIFTER:IN
jeden Donnerstag, 16.30 bis 18.30 Uhr
(ausserhalb Schulferien)
Kirche Grossacker
Ökumenische Jugendgruppe ab der 5. Klasse Kiosk und Freizeit; Projektzeit; gemeinsames Kochen und Essen; Abschlusszeit



Bild: Antje Klein

Erwachsene

QUARTIER-STAMM
donnerstags, 9.30 bis 11 Uhr

5. November	Wannerstübli, Bürgerspital, Rorschacher Str. 929
12. November	Restaurant Stephanshorn, Lindenstr. 169
19. November	Cafeteria Lindenhof, Lindenstr. 72
26. November	Restaurant la bocca, Rorschacher Str. 154

Gelegenheit, neue und vertraute Menschen und Orte im Quartier kennenzulernen.
Ohne Anmeldung. Alle bezahlen selbst.
Pro Senectute, Sandra Stark, 071 227 60 08

KAFI-TREFF
Montag, 2./16./30. November
jeweils 14 bis 17 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen. Keine Anmeldung notwendig.

GEDANKEN AM MORGEN
RESILIENZ STATT BURNOUT
Mittwoch, 4. November, 9 bis 10.30 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Im Vortrag und Gespräch spüren wir Kraftquellen nach, die schwerkranke und sterbende Menschen sowie ihr Begleitenden stärken. Die Teilnehmenden nehmen Anregungen für die eigene seelische Gesundheit mit. Die Referentin Ute Latuski-Ramm ist Pfarrerin, systemische Beraterin und Leiterin der «Ökumenischen Fachstelle» BILL.



Bild: pixabay.com

TIME OUT - MEINE FARBE(N)!
Freitag, 6. November, 18 bis 20 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
«Meine liebste(n) Farbe(n)!»: Ein Gespräch, Inputs und Mal-Aktion(en) mit Kunstmaler Daniel Schelling und Pfarrer Thomas Rau im Kreativraum des KIZ Vogelherd. Max. 8 Teilnehmende.
Anmeldung bis 31. Oktober bei thomas.rau@tablat.ch

LOTTOABEND HALDEN
Samstag, 7. November, 19.30 bis 23.30 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Auch dieses Jahr haben wir, bzw. Roman Willi und sein Team, keine Mühen gescheut und wieder viele attraktive Preise organisiert. Es gibt unter anderem Haushaltgeräte, Gutscheine, Geschenkkörbe und als Hauptpreis ein Mountainbike. Wir danken an dieser Stelle allen Sponsoren und hoffen auf möglichst viele Lottospieler, die den Weg in die Halden finden. Der Erlös dieses Anlasses kommt den Bedürftigen unserer Gemeinde zugute. Nun freuen uns auf ein möglichst zahlreiches Erscheinen.

HALDEN-QUILTER
Montag, 9. November, 14 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Die Haldenquilterinnen treffen sich einmal monatlich. Kontakt: Esther Gamma und Jodie Zollinger, www.haldenquilter.ch

SPIELTREFF IM NEUDORF
Donnerstag, 12. November, 14.30 Uhr
Begegnungszentrum Neudorf
Spielfreudige jeden Alters treffen sich zum gemütlichen Zusammensein bei Karten-, Würfel- und Brettspielen. Wir freuen uns, mit Ihnen einen frohen Nachmittag zu verbringen.

SPIELCAFÉ
Montag, 16. November, 14 bis 16 Uhr
Evang. Kirche Rotmonten
Wir laden spielfreudige Erwachsene herzlich zu Karten-, Würfel- und Brettspielen und zum gemütlichen Zusammensein bei Kaffee und Tee ein. Bitte bringen Sie ihr Lieblingsspiel mit. Wir freuen uns auf Sie.



Bild: freepik.com

SIEBEN MEISTER – EIN WEG
Dienstag, 17. November, 19 bis 21.30 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Eine Meditationsform für den Alltag.
Diese ganz einfache Meditationsform von John Selby ist inspiriert von Patanjali, Laotse, Buddha, Jesus, Mohamed, Grudjieff und Krishnamurti. Die Abende sind gleichzeitig Einführung für Neue und Vertiefung für Geübte.
Anmeldung: Niklaus Bayer, 071 288 40 23 oder niklaus.bayer@gmx.ch

SING-CAFÉ/WORT UND KLANG
Freitag, 20. November, 14.30 bis 16.30 Uhr
Bürgerspital
Künstlerisches Programm: Caecilia van de Laak, Bruno Vollmeier am Klavier, und Gäste, die den Nachmittag mitgestalten.
Anschliessend Kaffee.

ADVENTSTANZTAG
Samstag, 21. November, 10.30 bis 17 Uhr
Kirche Halden
An diesem Tag beflügeln uns Kreistänze mit fröhlicher, beschwingter und besinnlicher Musik. Die Tänze sind so ausgesucht, dass sowohl AnfängerInnen als auch Geübtere mitmachen können. Kurskosten: CHF 90.-, Ermässigung nach Absprache möglich.



Bild: © Appenzell.ch

SACRED DANCE
Montag, 23. November, 19 bis 20.30 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Wir tanzen zu den Jahreszeiten und Jahresfesten fröhliche und besinnliche Kreis - und Reigentänze aus den Bereichen Meditation des Tanzes, Folklore, Natural Dance und Gebärdenmeditation. Die Tänze werden durch Hintergrundinformationen bereichert.
Passende Texte/Impulse vertiefen das Erlebte.
Kontakt: Krisztina Sachs

OFFENER BIBELGESPRÄCHSKREIS
Dienstag, 24. November, 14.30 bis 16 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Wir lesen gemeinsam bekannte und weniger bekannte Bibeltexte und kommen ins Gespräch miteinander. Dabei versuchen wir die Texte kritisch zu hinterfragen, was damit gemeint ist und was sie mit unserem heutigen Leben zu tun haben könnten. Pfarrer Bruno Ammann

FRAUE ZMORGE HALDEN
Mittwoch, 2. Dezember, 08.30 bis 11 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Anmeldung bis 30. November bei pfarramt.halden@kathsg.ch.

TIME OUT - CHLAUSMARKT APPENZELL
Mittwoch, 2. Dezember, 13.15 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof AB
Gemeinsam besuchen wir mit der Appenzeller Bahn den «Chlöösler» (Chlausmarkt) in Appenzell. Der traditionelle Markt bietet über 30 Stände mit regionalem Kunsthandwerk, Geschenken und Weihnachtsartikeln. Gemeinsamer Besuch mit Kaffee oder Glühwein. Bitte ÖV-Billett selbst besorgen. **Anmeldung bis 25. November** an Annina Altherr, 071 224 05 42, annina.altherr@kathsg.ch

RORATE
Freitag, 4. Dezember, 6.30 bis 7.30 Uhr
Kirche Halden
Anschliessend Frühstück im Foyer.

DORFBRUNNEN
jeden Dienstag, 14 bis 16.30 Uhr
(ausserhalb Schulferien)
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Stricken, Häkeln, Austauschen und Kaffee trinken. Seit vielen Jahren gibt es die Gruppe «Dorfbrunnen». Wir stricken unter anderem auch für die Menschen in der Ukraine. Neuinteressierte sind herzlich willkommen.
Auskunft: Susanne Frick, 071 278 49 18

NÄHCAFE ETWAS* RAUM FÜR IDEEN
jeden Donnerstag, 14 bis 17 Uhr
(ausserhalb Schulferien)
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
Gemeinsames Nähen und Stricken mit Unterstützung von Fachpersonen, und gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen.

NÄHCAFÉ HALDEN
(ausserhalb Schulferien)
jeden Donnerstag, 14 bis 17 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Wer: Flüchtlinge, Migranten, Quartierbewohner und alle an Handarbeiten Interessierte mit oder ohne Vorkenntnisse. Das Café ist offen auch für alle, die nur einmal hereinschauen möchten. Herzlich Willkommen! Wir freuen uns, Sie kennenzulernen. Das Näh-Café-Team

Senioren

SUNTIGSKAFI
Sonntag, 1./15./29. November
jeweils 14 bis 16 Uhr
Kirchgemeindehaus Grossacker
Geniessen Sie eine Tasse Kaffee oder Tee und ein Stück Kuchen. Freiwilliger Unkostenbeitrag Kostenloser Fahrdienst (**Anmeldung** jeweils bis Donnerstag) Kontakt für Fahrdienst: Pro Senectute, 071 227 60 24.

MITTAGSTREFF – GEMEINSAM STATT EINSAM
Dienstag, 3. November und 1. Dezember, jeweils 11.30 Uhr
Jeden ersten Dienstag im Monat treffen wir uns im Restaurant Stephanshorn. Miteinander essen und austauschen. Jedermann ist herzlich willkommen. Anmeldung an: Marianne Scherrer, 071 245 24 16 oder Edith Guntli, 071 245 06 84

MITTAGSTISCH
Dienstag, 17. November, 11.30 Uhr
Evang. Pflegeheim Heiligkreuz
Ein 4-Gang Menü in der Cafeteria des Pflegeheims. **Anmeldung** bis Montagmittag an info@heiligkreuz.ch oder unter 071 243 32 26

WITWENTREFF
Dienstag, 17. November, 11.30 Uhr
Mittagessen im Restaurant des Evang. Pflegeheims Heiligkreuz. Erreichbar mit dem Bus Nr.6 ab Marktplatz. **Anmeldung bis 12. November** bei: Martha Tiefenauer, 071 244 77 48 oder Edith Guntli, 071 245 06 84

SENIORENNACHMITTAG WITTENBACH ÜBERRASCHUNGSTHEMA
Dienstag, 10. November, 14.30 Uhr
Vogelherd, evang. Kirchenzentrum Wittenbach
In Kunst, Literatur, in der Musik auch in der Werbung… überall können wir dieses Thema entdecken. Neugierig?? Zusammengefügt verraten Ihnen die Puzzleteile das Thema.
Anmeldung erwünscht bis 6. November bei Irene Märki, 071 298 35 69, irene.maerki@bluewin.ch



Bild: pixabay.com

ERZÄHLCAFÉ
Freitag, 13. November, 14.30 Uhr
Notkerianum - Foyer
Was am Ende zählt – von dem, was WIRKLICH wichtig ist Im Alltag bieten sich viele Möglichkeiten und Optionen. Was ist mir WIRKLICH wichtig? Und wie sorge ich dafür, dass ich dies nicht aus den Augen verliere? Ist diese Frage mit Blick auf unseren Lebensabend einfacher zu beantworten? Und welche meiner Werte und Erfahrungen prägen sie mit? Wir teilen unsere Lebenserfahrungen dazu.
Moderation: Renato Maag und Sandra Stark
Anmeldung bis 1 Woche im Voraus. Auch spontan Teilnehmende sind willkommen. Die Veranstaltung ist kostenlos; Fahrdienst bei Bedarf: Sandra Stark, Pro Senectute, 071 227 60 08 Sandra.Stark@sg.prosenectute.ch

ÖKUM. SENIORENPROGRAMM SÜDOST: MUSEUM PRESTEGG, ALTSTÄTTEN
Mittwoch, 18. November, 13.15 Uhr
Treff: Infopoint Hauptbahnhof St.Gallen
Zeitzeugenberichte zum 2. Weltkrieg. Besuch der Doppelausstellung «Im Schatten des Krieges-Alltag im Rheintal» und «Rettende Schweiz - Flucht im Rheintal». Zugticket bitte selbst lösen. Zvieri. Eintritt CHF 7. Führung offeriert. Max. 20 Teilnehmer. Organisation und Leitung: Gerda Göbel-Keller. **Anmeldung bis 28. Oktober:** renato.maag@tablat.ch 071 288 12 88.

ÖKUMENISCHER SENIORENNACHMITTAG
Mittwoch, 2. Dezember, 14.30 Uhr
kath. Kirche Rotmonten
Adventliche Klänge und eine Weihnachtsgeschichte
Amelia Amanda und Irvan gestalten einen besinnlichen Adventsnachmittag mit Gesang, Harfe und Gitarre. Zwischen den Liedern, die von Hoffnung und dem Wunder der Weihnacht erzählen, wird eine Weihnachtsgeschichte gelesen, die zum Nachdenken und Freuen einlädt. Ein Moment der Ruhe und Einkehr mitten im Advent. Eine Anmeldung ist nicht nötig.
Wir freuen uns auf Sie.

ÖKUM. SENIORENPROGRAMM SÜDOST: MUSIKALISCHE ADVENTSFEIER
Donnerstag, 3. Dezember, 14.30 Uhr
Sozialberaterin Annina Altherr und Pfarrer Renato Maag gestalten gemeinsam mit Robert Fricker am Flügel den Nachmittag mit Liedern zum Mitsingen und auch mit besinnlichen Gedanken. Kaffee und Kuchen sind offeriert. Ohne Anmeldung. Herzliche Einladung an alle Seniorinnen und Senioren.

Andachten und Besinnung

Andachten

ALTERSZENTRUM WIBORADA, BERNHARDZELL
Mittwoch, 4. November, 2. Dezember, 10 Uhr
Pfarrer Bruno Ammann

ALTERSHEIM ROTMONTEN (ökumenisch)
Mittwoch, 4./18. November, 15 Uhr
Pfarrer Thomas Rau,
Seelsorgerin Vreni Ammann

PFLEGEHEIM HEILIGKREUZ
Mittwoch, 4./18. November, 2. Dezember jeweils 10.15 Uhr
Pfarrerin Birke Müller

BETAGTENHEIM HALDEN
Freitag, 6./13./20. November, jeweils 16.30 Uhr
Pfarrer Hansueli Walt, Pfarrerin Andrea Weinhold, Seelsorgerin Juliane Schulz

KAPPELHOF WITTENBACH
Freitag, 6./20. November, 4. Dezember jeweils 16.30 Uhr
Pfarrer Bruno Ammann

ALTERS- UND PFLEGEHEIM NOTKERIANUM
Freitag, 6./13./20. November, jeweils 9.30 Uhr
Pfarrer Renato Maag, Seelsorgerin Yvonne Joos

OBVITA - WOHNEN IM SENIORENALTER
Freitag, 6./20. November, 4. Dezember jeweils 10.15 Uhr
Pfarrerin Birke Müller

ALTERSHEIM LINDENHOF
wöchentlich (ökumenisch), freitags, 16 Uhr

Besinnung

OFFENER MEDITATIONSABEND
Donnerstag, 5. November, 18.30 bis 20.30 Uhr
Montag, 16. November, 18.30 bis 20.30 Uhr
Kirche Halden
Margrit Wenk-Schlegel, 071 288 65 88

KONTEMPLATIONSTAG
Samstag, 7. November, 9 bis 16.30 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden
Leitung und Anmeldung: Margrit Wenk-Schlegel, 071 288 65 88 , Mitbringen: bequeme, nicht raschelnde eher dunkle Kleidung, Picknick fürs Mittagessen Kursbeitrag: CHF 40.- bis 70.- (Selbsteinschätzung)

ÖKUMENISCHES TAIZÉ-GEBET
Mittwoch, 11. November, 18 Uhr
kath. Kirche Rotmonten
Wir treffen uns einmal im Monat zu einem Abendgebet mit einfachen Liedern aus Taizé, Texten aus der Schrift und Stille. Regina Wilms begleitet die Lieder.

GOTTESDIENST MIT MEDITATIONSNACHT
Freitag, 20. November, 19 bis 23 Uhr
Kirche Halden
Beginn ist um 19 Uhr mit einem schlichten Gottesdienst im Kreis. Ca. 20 Uhr beginnt die Schweigemeditation im Stundenrhythmus mit Impulstexten und Liedern. Jeweils vor der vollen Stunde ist dazu kommen oder gehen möglich. Kollekte für Friedensprojekte.

HANDAUFLEGEN IN DER STILLE - EIN OFFENES ANGEBOT
Donnerstag, 26. November, 16 bis 19 Uhr
Kirche Halden
Das Handauflegen ist eine jahrtausendealte spirituelle Tradition. Im christlichen Verständnis ist es die göttliche Segenskraft, die beim Handauflegen wirkt. Gemeinsam mit erfahrenen Freiwilligen entsteht beim Handauflegen ein geschützter, vertrauensvoller Raum. Wir sind im Vertrauen auf eine liebende Kraft, die allem Leben innewohnt. Das Handauflegen dauert ca. 25 bis 30 Min./Person. Es kann je nach Wunsch im Liegen oder Sitzen stattfinden. Kommen sie einfach vorbei. Information und Kontakt: Hanna Maeder, 078 807 52 19 oder
Veronika Gähwiler 079 377 68 12 oder
www.haldenstgallen.ch

ADVENTSMEDITATION
Mittwoch, 2. Dezember, 19 bis 21 Uhr
ökumenisches Gemeindezentrum Halden

ÖKUMENISCHES MORGENLOB
donnerstags, 6.30 Uhr (ausserhalb Schulferien)
kath. Kirche St.Fiden, Chorraum
Stille, Gesang, Gebet. Anschliessend gibt's einen Kaffee im Pfarrheim. Herzliche Einladung

STILLE AM MITTAG
jeden Freitag, 12.15 bis 13.15 Uhr
Kirche Halden
Meditation in Stille, Gehmeditation, Impulse aus der christlichen Tradition der Mystik.
jeden 1. Freitag im Monat, 12.45 Uhr
geführte Lichtmeditation



Bild: Canva AI generiert