

pro infirmis

Bildungsclub

Graubünden

Kurs-Programm
Januar bis Juni
2025



Bildungsclub Graubünden

Engadinstrasse 2

7000 Chur



058 775 17 19



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



www.bildungsclub-gr.ch

Leitung

Thomas Heer



thomas.heer@proinfirmis.ch

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



Druck und Gestaltung

Brüggli Admedia AG





Schauspieler aus 2005

Das Theater MiMe feiert seine 20. Produktion.

Vom **12. – 15. Juni 2025** feiern wir ein besonderes Ereignis in der Postremise Chur. Unser **Theater MiMe – «Mit Menschen»**, ein einzigartiges Theaterprojekt von **Pro Infirmis Graubünden**, bringt seine **20. Produktion** auf die Bühne.




Seit der Gründung im Jahr 2004 hat das Theater MiMe viele Menschen inspiriert und begeistert. Das Theater MiMe steht für ein inklusives Theater, in dem Menschen mit Beeinträchtigung ihre Kreativität und ihr Können entfalten können.

Jede unserer Produktionen entsteht in enger Zusammenarbeit von Darstellenden, bei der die individuellen Fähigkeiten und Ideen aller Beteiligten im Mittelpunkt stehen. Die Regie fördert bewusst die Selbstbestimmung und Mitbestimmung, was unseren Stücken eine unverwechselbare Echtheit verleiht.

Wir freuen uns darauf, dieses besondere Ereignis mit Ihnen zu teilen und laden Sie herzlich ein, sich von der Vielfalt und Kraft unseres Theaterprojekts verzaubern zu lassen.

Die aktuelle Ausgabe des neuen Kurs-Programms widmen wir dem Jubiläum. Sie finden darin ausgewählte Plakate der MiMe-Produktionen aus den letzten 20 Jahren.




Angebote

KREATIV	ORT	SEITE
Malen im Atelier	Chur	18
Lavendel – Heil-Pflanze und Duft-Pflanze	Chur	 15
Gestalten mit Floristik	Chur	 29
Wir nähen eine Latz-Hose oder ein Sommer-Röckli	Chur	 33
Die Oster-Werkstatt	Chur	39
Ostern gestalten	Surava	61
Ich schminke mich	Chur	28





BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Massieren – Bewegen – Entspannen	Chur	19
Entspannen mit Yin-Yoga	Chur	27
Tanzen und wohlfühlen	Ilanz	54
Tanzen – Bewegen – Atmen	Surava	58
Tanzen – Bewegen – Atmen	Davos	62


INTERNET

Künstliche Intelligenz KI	Chur	 41
Soziale Medien verstehen	Chur	 23
Antworten im Internet finden	Chur	 24


LERNEN, LIEBEN, LEBEN UND ARBEITEN

Ich möchte die Auto-Prüfung machen	Chur		36
Eine Arbeit suchen und finden	Chur		42
Kopf-fit mit Spielen	Chur		21
Liebe, Freundschaft und der eigene Körper	Chur		30
Gestalten Sie Ihre Pensionierung	Chur		25
Privat-Stunden – So macht Lernen Spass	Chur		47

KOCHEN, ESSEN UND GENIESSEN

Kochen und Geniessen	Chur		13
Der Apfel – vielseitig und gesund	Chur		10
Kochen und Geniessen	Ilanz		52-53

MIT TIEREN

Hunde-Spaziergang am Rheinufer	Chur		17
Tiere auf dem Gödahof	Chur		11
Der Pferde-Hof auf dem Berg	Scheid		38

MUSIK UND THEATER

Schwarz-Licht Theater	Chur		22
Gemeinsames Musizieren	Ilanz		57
Singen macht gute Laune	Surava		59

TAGES-AUSFLÜGE UND BESICHTIGUNGEN

Kutschen-Fahrt ins Sertigtal	Sertigtal		43
Glacé-Werkstatt in einer Sennerei	Disentis	NEU	37
Schnee-Schuh laufen und Lager-Feuer	Brigels	NEU	55
Nur Fliegen ist schöner – Tandem-Flug	Mollis		48
Besuch bei der Feuerwehr	Chur	NEU	31

WOCHENENDE MIT ÜBERNACHTUNG

Hütten-Zauber	Brambrüesch		14
Massage und Bade-Spass	Andeer		9
Zirkus-Luft schnuppern im Glarnerland	Betschwanden		63

DYNAMO-TREFF 55+

Mit der Kutsche durch die Tamina-Schlucht	Bad-Ragaz	NEU	46
Besuch im Rhätischen Museum	Chur		49
Oster-Backen	Chur		51
Blätter-Teig salzig und süss	Chur	NEU	45

Dynamo-Treff 55+

Der Dynamo-Treff bietet Angebote für Menschen über 55+ an. Es gibt Kurse, Ausflüge oder Besichtigungen welche an einem Nach-Mittag stattfinden.

Es gibt auch Angebote welche einen ganzen Tag dauern. Monatlich findet ein Angebot statt.

Mit den Dynamo-Kursen bleibt man beweglich im Alter und entdeckt Neues.

Auch jüngere Teilnehmende sind willkommen.

Der Bildungsclub Pro Infirmis Graubünden

Im Bildungsclub können Sie Kurse besuchen.

Sie können Kurse besuchen, wenn Sie 18 Jahre alt sind.
Oder wenn Sie älter als 18 Jahren alt sind.

Es gibt Angebote, die für Personen im Rollstuhl nicht geeignet sind.
Wir benutzen für diese Kurse ein Zeichen:



In den Kursen lernen Sie Neues.

Sie lernen in Ihrem eigenen Tempo.

Sie lernen in kleinen Gruppen.

Sie lernen Dinge, die Sie im Alltag brauchen können.

Sie lernen neue Menschen kennen.

Sie können auch lernen, selbst-bestimmter zu werden.

Alle Texte sind in Leichter Sprache geschrieben.

Wenn Sie die Texte in grosser Schrift besser lesen können,
finden Sie auf www.bildungsclub-gr.ch eine grössere Schrift.

Begleitetes Wohnen

Selbständig in der eigenen Wohnung leben.

Mit dem Begleiteten Wohnen unterstützt Pro Infirmis Menschen mit Behinderungen, die selbständig und selbstbestimmt in der eigenen Wohnung leben wollen.

Eine Begleitperson kommt regelmässig zu Ihnen nach Hause und unterstützt bei der Organisation des Alltags. Die Schwerpunkte des Begleiteten Wohnen werden zusammen besprochen und umfassen Bereiche des täglichen Lebens.



Pro Infirmis gibt gerne Auskunft.

Telefon 058 775 17 19

E-Mail: graubuenden@proinfirmis.ch / www.proinfirmis.ch

Kurs 1 Andeer



Leitung

Kurs-Leitung wird
später bekannt
gegeben.

Ort

Hotel Fravi
7440 Andeer

Kosten

Fr. 360.–
Inkl. Übernachtung,
Verpflegung und Bad-
Besuch

Anmeldeschluss

18. September 2025

Massage und Bade-Spass in Andeer

Möchten Sie sich entspannen?

Möchten Sie ein Wochen-Ende in Andeer
verbringen?

Sie lernen verschiedene
Massage-Techniken kennen.

Sie lernen durch Massieren sich wohl
zu fühlen.

Sie massieren sich gegenseitig.
Sie besuchen das Mineral-Bad.

Für diesen Kurs müssen Sie
selbstständig und fit sein.

Sie übernachten im Doppel-Zimmer.

Gemeinsam reisen wir mit dem Post-Auto
nach Andeer.

Samstag, 1. November 09.40 bis
Sonntag, 2. November 17.50 Uhr





Kurs 2 Chur



NEU

Leitung

Evelyn Lengler

081 252 05 06



Ort

Evangelisches

Kirchgemeindehaus

Masans

Masanserstrasse 233

7000 Chur

Kosten

Fr. 140.–

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

5. Februar 2025

Der Apfel – vielseitig und gesund

Der Apfel ist das beliebteste Obst
in der Schweiz.

Der Apfel kann süss oder salzig
verarbeitet werden.

Wir probieren aus:

- Apfel-Chutney
- Apfel-Suppe
- Apfel-Konfekt
- Apfel-Rosen-Gebäck
- Apfel-Punsch-Sirup

Wir verarbeiten den Apfel zu schönen
Dekorationen.

Montag, 18.00 bis 21.00 Uhr

Februar 17. 24.

März 03.



Kurs 3 Chur



Leitung

Nathalie Flury
079 228 55 23



Ort

Gödahof
Güterstrasse 13
7000 Chur

Kosten

Fr. 140.-
Inkl. Nacht-Essen

Anmeldeschluss

22. April 2025

Tiere auf dem Gödahof

Auf dem Gödahof leben Ponys, Pferde, Hunde und Katzen.

Sie erfahren was Hunde und Ponys alles brauchen.

Wir gehen mit Hunden und Ponys spazieren.

Die Tiere dürfen auch gestreichelt werden.

Wir geniessen zusammen ein Nacht-Essen und plaudern zusammen.

Dienstag, 18.00 bis 20.30 Uhr

Mai 06. 13. 20. 27.

WALS

i no han wella säga...

Ein Theaterprojekt des Bildungsclubs der Pro Infirmis Graubünden

Leitung: Annika Barandun, Brigitta Gamm, Andreas Kuoni,
Rolf Schmid, Stefan Schneller



pro infirmis
Die Organisation für
behinderte Menschen



Premiere: Sonntag, 20. März 2005, 17.00 h
Marsoel Der Saal, Chur

Fr. 20.- / 15.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge)

Vorverkauf: Pro Infirmis, 081 257 11 11



Kurs 4 Chur



Leitung

Miriam Wasescha

079 446 44 10

Maya Fetz

079 446 44 10



Ort

Schulküche

Stadtbaumgarten

Gäuggelistrasse 10

7000 Chur

Kosten

Fr. 180.-

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

6. März 2025

Kochen und Geniessen

Wir treffen uns zum gemeinsamen
Kochen und Essen.

Sie lernen die gesunde Küche kennen.

Sie üben bekannte Zubereitungs-Arten.

Sie lernen verschiedene Koch-Arten.

Sie geniessen das feine Essen am
schön gedeckten Tisch.

Hinweis

Haben Sie Allergien?

Dann teilen Sie uns das bitte mit.

Donnerstag, 18.00 bis 21.00 Uhr

März 20.

April 03. 10. 17.



Kurs 5 Brambrüesch



Leitung

Ladina Müller
079 858 54 11



Ort

Treffpunkt;
vor dem Tres Amigos,
Bahnhofstrasse 1,
7000 Chur

Kosten

Fr. 290.–
Inkl. Übernachtung
und Verpflegung

Anmeldeschluss

10. Juli 2025

Hütten-Zauber in Brambrüesch

Sie lernen Interessantes über die Natur.

Am Abend grillieren wir und machen
zusammen Spiele.

Sie übernachten in einer Hütte und
schlafen im Schlaf-Sack.

Am Sonntag gibt es ein gemeinsames
Zmorgä.

Wir bewegen uns an der frischen Luft.

Wir können mit dem Auto bis zur Hütte
fahren.

Samstag, 6. September 13.30 bis
Sonntag, 7. September 15.00 Uhr



Kurs 6 Chur



NEU

Leitung

Evelyn Lengler
081 252 05 06



Ort

Evangelisches
Kirchgemeindehaus
Masans
Masanserstrasse 233
7000 Chur

Kosten

Fr. 140.–
Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

30. April 2025

Lavendel – Heil-Pflanze und Duft-Pflanze

Sie lernen die Heil-Pflanze und
Duft-Pflanze Lavendel kennen.

Lavendel ist gut gegen Stress und
beruhigt.

Wir verarbeiten die Pflanze zu:

- Lavendel-Seife
- Lavendel-Hand-Crème
- Lavendel-Deo
- Lavendel-Dusch-Gel
- Lavendel-Duft-Spray

Wir machen auch Dekorationen
aus dem Lavendel.

Montag, 18.00 bis 21.00 Uhr

Mai	19.	26.
Juni	02.	

pro infirmis

Die Organisation für
behinderte Menschen



KOMM AUF MIT

Theater MiMe

Ein Theaterprojekt der
Pro Infirmis Graubünden

Premiere:

■ Samstag, 28. April 2007, 20.00 h
Chur, Marsoel-Saal

Weitere Aufführungen:

■ Sonntag, 29. April 07, 17.00 h
Chur, Marsoel-Saal

■ Samstag, 5. Mai 07, 20.00 h
Cazis, Theatersaal Klinik Beverin

■ Samstag, 12. Mai 07, 20.00 h
Ilanz, Aula Schulgemeindeverband

Eintrittspreise:

Premiere Fr. 25.- / 20.-
(inkl. Premierenfeier)

Aufführungen

Fr. 20.- / 15.-

Billetreservationen:

Pro Infirmis, 081 257 11 11



Kurs 7 Chur



Leitung

Robert Nutt
076 533 67 36



Ort

Treffpunkt: Camping
Camp Au Chur,
Felsenaustrasse 61,
beim Parkplatz

Kosten

Fr. 30.–
Inkl. Glacé oder Getränk

Anmeldeschluss

14. Mai 2025

Hunde-Spaziergang am Rheinufer

Sie gehen mit den Hündinnen Mara und Ambra am Rhein-Ufer spazieren.

Sie lernen viel über das Verhalten der Hunde in der Natur.

Sie spielen mit dem Hund am Wasser.

Sie begegnen anderen Tieren, Menschen und Hunden.

Mit dem Feld-Stecher beobachten Sie Wild-Tiere und Vögel.

Zum Schluss geniessen Sie ein Glacé oder ein Getränk bei der Boccia-Bahn.

Hinweise

Der Kurs findet bei jedem Wetter statt.
Der Spaziergang dauert eine Stunde.

Samstag, 14.00 bis 17.00 Uhr

Mai	31.
-----	-----



Kurs 8 Chur



Leitung

Sara Adzayi-Nussio

Ines Scherrer

079 514 09 73



Ort

Malatelier Malwege,
Steinbruchstrasse 16,
7000 Chur

Kosten

Fr. 160.–

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

29. Januar 2025

Malen im Atelier

Kennen Sie den Künstler
Hundert-Wasser?

Wir schauen uns Bilder von ihm an.

Wir malen selber neue Bilder.

Sie können auch eigene Bild-Ideen
malen.

Malen macht Freude und entspannt
die Seele.

Mittwoch, 18.00 bis 20.00 Uhr

Februar 12. 26.

März 12. 26.

April 09.



Kurs 9 Chur



Leitung

Malvina Cola
078 808 12 31
Olivia Scheu
076 477 30 04



Ort

Familienzentrum
Planaterra
Reichsgasse 25
7000 Chur

Kosten

Fr. 190.-
Inkl. Mittagessen

Anmeldeschluss

6. Februar 2025

Massieren – Bewegen – Entspannen

Möchten Sie sich bewegen und entspannen?

Möchten Sie massieren und massiert werden?

Sie lernen Ihren Körper besser kennen.

Sie spüren Ihre Kraft.

Sie entspannen sich.

Sie bewegen sich achtsam.

Sie spüren, was Ihnen gut tut.

Sie achten auf sich und Ihr Gegenüber.

Samstag, 09.30 bis 16.30 Uhr

März 08.

April 12.

LOS AMOL



Theater MiMe

Ein Theaterprojekt der Pro Infirmis Graubünden **pro infirmis**

Die Organisation für
behinderte Menschen

■ **Premiere:**

Samstag, 12. 4. 08, 20.00 h
Chur, Marsoel-Saal

■ **Weitere Aufführungen:**

Sonntag, 13. 4. 2008, 17.00 h
Chur, Marsöl-Saal

■ **Eintrittspreise:**

Premiere Fr. 25.– / 20.– (inkl. Premierenfeier)
Aufführungen Fr. 20.– / 15.–

Samstag, 19. 4. 08, 20.00 h
Cazis, Theatersaal Klinik Beverin

Samstag, 26. 4. 08, 20.00 h
Ilanz, Aula Schulgemeindeverband

■ **Billettreservationen:**

Pro Infirmis, 081 257 11 11

Samstag, 17. 5. 08, 20.00 Uhr
Glarus, Aula Kantonsschule



Kurs 10 Chur



Leitung

Elisabeth Pingeon

079 442 31 85

Renzo Roffler



Ort

Argo Wohnheim

Gartenstrasse 16

7000 Chur

Kosten

Fr. 50.–

Anmeldeschluss

5. Februar 2025

Kopf-fit mit Spielen

Wir verbringen zwei tolle Spiele-Abende zusammen.

Wir spielen zum Beispiel:

- Wasser-Pong
- Lotto
- Kegeln
- Kahoot

Spiele in der Gruppe macht Spass.

So halten wir das Gedächtnis und unseren Kopf fit.

Mittwoch, 18.00 bis 20.00 Uhr

Februar 19.

März 05.



Kurs 11 Chur



Leitung

Anita Hächler-Brun
079 783 79 44



Ort

Evangelisches
Kirchgemeindehaus
Comander
Sennensteinstrasse 28
7000 Chur
Im Jugend-Keller

Kosten

Fr. 80.–

Anmeldeschluss

7. Mai 2025

Schwarz-Licht Theater

Wir spielen Theater im Dunkeln
und verwenden dafür besondere
Gegenstände.

Die Gegenstände leuchten im Dunkeln.

Wir benutzen weisse Hand-Schuhe,
Masken, Hüte und andere Dinge, die im
Dunkeln lebendig werden.

Mit diesen Gegenständen erzählen
Sie eine Geschichte.

Wir fühlen uns wie in einer anderen Welt.

Samstag, 09.30 bis 15.30 Uhr

Mai 24.

Kurs 12 Chur



NEU

Leitung

Lucas Batista
079 282 11 07



Ort

Pro Infirmis,
Sitzungszimmer
Engadinstrasse 2
7000 Chur

Kosten

Fr. 80.–
Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

5. März 2025

Soziale Medien verstehen

Sie lernen was Soziale Medien sind.

Zum Beispiel Facebook oder Instagram oder Tiktok und viele andere.

Sie lernen wie Sie diese Medien sicher nutzen können.

Sie lernen wie Sie diese Medien auf Ihrem Händy einrichten können.

Sie lernen wie man damit sicher umgeht.

Hinweis

Sie arbeiten im Kurs mit Ihrem Lap-Top oder mit Ihrem Händy.

Samstag, 09.00 bis 12.00 Uhr

März 22. 29.

Hier
anmelden



Kurs 13 Chur



NEU

Leitung

Lucas Batista
079 282 11 07



Ort

Pro Infirmis,
Sitzungszimmer
Engadinstrasse 2
7000 Chur

Kosten

Fr. 80.–
Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

12. Februar 2025

Antworten im Internet finden

Sie lernen im Internet zu suchen.

Zum Beispiel ein Restaurant, ein neuer Film im Kino, einen Fahr-Plan der SBB oder ein Buch-Titel.

Wir zeigen Ihnen wie Sie wichtige Informationen finden.

Sie lernen verschiedene Such-Maschinen kennen.

Wir zeigen Ihnen welche Seiten im Internet sicher sind.

Hinweis

Sie arbeiten im Kurs mit Ihrem Lap-Top oder mit Ihrem Händy.

Samstag, 09.00 bis 12.00 Uhr

März 01. 15.



Kurs 14 Chur



NEU

Leitung

Lilo Steinmann
058 451 51 54



Ort

Pro Infirmis,
Sitzungszimmer
Engadinstrasse 2
7000 Chur

Kosten

Fr. 60.–

Anmeldeschluss

16. April 2025

Gestalten Sie Ihre Pensionierung

Bald werden Sie pensioniert.

Es ist eine spannende Zeit voller
Veränderungen.

Ihre Freizeit, Ihr Zusammen-Leben und
Ihre Finanzen werden sich ändern.

In unserem Kurs können Sie sich
informieren, austauschen und neue
Ideen sammeln.

Machen Sie mit und gestalten Sie Ihre
Pensionierung.

Samstag, 08.30 bis 12.30 Uhr

Mai

17.

Theater MiMe

Ein Theaterprojekt der Pro Infirmis Graubünden **pro infirmis**

Die Organisation für
behinderte Menschen

■ **Premiere Cazis:**

Samstag, 7. 3. 2009, 20.00 h

Cazis, Theatersaal

Klinik Beverin

■ **Aufführung Chur:**

Sonntag, 29. 3. 2009, 17.00 h

Chur, Theater Chur

■ **Eintrittspreise:**

Premiere Fr. 25.- / 20.-

(inkl. Premierenfeier)

Aufführungen Fr. 20.- / 15.-

■ **Billetreservationen:**

Pro Infirmis, 081 257 11 11

z'andara


END



OKK
Hauptsponsor

 **KULTURFÖRDERUNG**
KANTON GRAUBÜNDEN

 **Soziale Dienste**
der Stadt Chur

 **Graubündner**
Kantonalbank

 **Kulturförderung**
Kanton Glarus

 **DENK AN MICH**
Ferien für Behinderte

Stiftung
Jacques Bischofberger

SCHNEIDER INGENIEURE AG

 **KATHOLISCHE PFARRE**
St. Leonhard/Hunger

MIGROS
kulturprozent

Stiftung
Lienhard-Hunger

Stiftung
Valentin Malamoud

 **GENERALI**

 **GLARUS**

Kurs 15 Chur



Leitung

Nathalie Decurtins

079 370 90 50



Ort

Samaviva
Bahnhofstrasse 8
7000 Chur

Kosten

Fr. 120.–

Anmeldeschluss

26. Februar 2025

Entspannen mit Yin-Yoga

Entdecken Sie die entspannende Welt des Yin-Yoga.

Dieser Kurs bietet eine sanfte und meditative Yoga-Praxis.

Halten Sie die Positionen für längere Zeit, um Flexibilität und innere Ruhe zu entwickeln.

Perfekt für alle, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene.

Finden Sie Ihr inneres Gleich-Gewicht.

Hinweis

Die Übungen werden mehrheitlich im Sitzen oder im Liegen durchgeführt.

Montag, 16.00 bis 17.30 Uhr

März 10. 17. 24. 31.



Hier
anmelden



Kurs 16 Chur



Leitung

Daniela Steiner
079 212 13 16



Ort

Evangelisches
Kirchgemeindehaus
Masans
Masanserstrasse 233
7000 Chur

Kosten

Fr. 50.-
Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

29. Januar 2025

Ich schminke mich

Möchten Sie sich selber schminken können?

Sie lernen welche Farben zu Ihrem Gesicht passen.

Sie lernen wie Sie Ihre Augen schminken können.

Sie probieren verschiedene Farben und Lid-Schatten aus.

Sie wählen einen passenden Lippen-Stift.

Sie erhalten Schmink-Tipps.

Samstag, 09.00 bis 12.00 Uhr

Februar 15.



Kurs 17 Chur



NEU

Leitung

Yvonne Bertozzi
078 691 02 52
Ladina von Salis
079 753 88 71



Ort

Evangelisches
Kirchgemeindehaus
Masans
Masanserstrasse 233
7000 Chur

Kosten

Fr. 90.-
Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

23. April 2025

Gestalten mit Floristik

Im Frühling gibt es viele Blumen.

Sie lernen verschiedene Blumen kennen.

Sie machen einen Blumen-Strauss.

Den Blumen-Strauss können Sie nach Hause nehmen.

Vielleicht möchten Sie auch jemandem eine Freude damit machen.

Donnerstag, 18.00 bis 21.00 Uhr

Mai 08. 15.

Kurs 18 Chur



NEU

Leitung

Corinne Rietmann
081 250 34 38



Ort

Beratungsstelle Adebar
Familienzentrum
Planaterra
Reichsgasse 25
7000 Chur

Kosten

Fr. 80.–

Anmeldeschluss

9. April 2025

Liebe, Freundschaft und der eigene Körper

In diesem Kurs geht es um Freundschaft, Liebe und den eigenen Körper.

Sie lernen:

- wie Sie ungewollte Schwangerschaften und Krankheiten vermeiden.
- welche Rechte Sie haben
- selber über Ihren Körper und Ihre Sexualität zu entscheiden
- welche Gefahren es im Internet gibt und wie Sie sich schützen können
- den Umgang mit Pornografie zu verstehen.

Montag, 18.00 bis 19.30 Uhr

Mai 12. 19. 26.

Hier
anmelden

Kurs 19 Chur



NEU

Leitung

Yvonne Bertozzi

078 691 02 52

Ladina von Salis

079 753 88 71



Ort

Feuerwehr

Raschärenstrasse 27

7000 Chur

Kosten

Fr. 30.–

Anmeldeschluss

23. April 2025

Besuch bei der Feuerwehr

Sie besuchen die Feuerwehr in Chur.

Sie erfahren mehr über die Einsätze und die Arbeit bei der Feuerwehr.

Sie besichtigen ein Feuerwehr-Auto.

Sie haben Zeit für Fragen und Gespräche.

Mittwoch, 17.30 bis 19.00 Uhr

Mai

07.

Hier
anmelden

Theater MiMe

Ein Theaterprojekt der Pro Infirmis Graubünden

pro infirmis

Die Organisation für
behinderte Menschen

In 80 Tagen um die Welt

Sonntag, 14. März, 17.00 Uhr Theater Chur (Premiere)

Vorverkauf: Theater Chur, Tel. 081 252 66 44, www.theaterchur.ch

Eintritt: Fr. 25.- / 20.- (inkl. Premierenfeier)

Samstag, 20. März, 20.00 Uhr Aula Schulgemeindeverband Illanz

Billetreservationen: Pro Infirmis Graubünden, Tel. 081 257 11 11

Eintritt: Fr. 20.- / 15.-

Samstag, 17. April, 20.00 Uhr Theatersaal Klinik Beverin Cazis

Billetreservationen: Pro Infirmis Graubünden, Tel. 081 257 11 11

Eintritt: Fr. 20.- / 15.-

Kurs 20 Chur



NEU

Leitung

Silvia Stolz

081 651 24 33

Elisabeth Pingeon

079 442 31 85



Ort

Stiftung Feschland

Textil-Werkstätte

Rossbodenstrasse 43

7000 Chur

Kosten

Fr. 80.-

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

5. Februar 2025

Wir nähen eine Latz-Hose oder ein Sommer-Röckli

Sie nähen eine Latz-Hose oder ein Sommer-Röckli.

Die Kleider sind für ein 1-2 Jähriges Klein-Kind.

Sie können den Stoff selber mit-bringen.

Sie können den Stoff auch im Kurs aussuchen.

Hinweis

Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Samstag, 09.30 bis 16.30 Uhr

Februar 22.

Hier
anmelden

SAVE THE DATE
12. - 15. JUNI 2025



ERINNERUNG

Theater MiMe Aufführung

Pro Infirmis

Konzert Postremise Chur

Im Anschluss an die
MiMe Theater-Vorstellung
vom 12./13./14./15. Juni 2025



Schallwella

www.schallwella.ch



Kurs 21 Chur



NEU

Leitung

Melina Maffei

079 465 30 14



Ort

Pro Infirmis,
Sitzungszimmer
Engadinstrasse 2
7000 Chur

Kosten

Fr. 20.–

Anmeldeschluss

21. Februar 2025

Ich möchte die Auto-Prüfung machen

Sie interessieren sich für die
Auto-Prüfung.

Sie lernen welche Vorbereitungen nötig
sind.

Sie erhalten Informationen

- zu der Theorie-Prüfung.
- zu den Fahr-Stunden in speziell
angepassten Fahrzeugen.
- zu speziell geschulten Fahr-Lehrern
- zum Kauf von speziell umgebauten
Autos.

Freitag, 18.00 bis 20.00 Uhr

März 07.



Kurs 22 Disentis



NEU

Leitung

Christina Goldener
079 789 39 54



Ort

Treffpunkt;
vor dem Tres Amigos,
Bahnhofstrasse 1,
7000 Chur

Kosten

Fr. 90.–
Inkl. Führung, Waffeln
und Glacé herstellen

Anmeldeschluss

14. Mai 2025

Glacé-Werkstatt in einer Sennerei

Wir fahren mit dem Zug von Chur nach
Disentis.

Wir besichtigen eine Sennerei und lernen
wie Käse hergestellt wird.

Wir machen selber Glacé und backen
Waffeln.

Wir essen unser Pick-Nick.

Wir lösen Rätsel auf einem Posten-Lauf.

Wir geniessen das selber gemachte Glacé
und die Waffeln.

Hinweis

Sie müssen gut laufen können.
Roll-Stuhl-Fahrer auf Anfrage.

Samstag, 08.30 bis 17.15 Uhr

Juni 14.



Kurs 23 Scheid



NEU

Leitung

Christina Goldener
079 789 39 54



Ort

Treffpunkt;
vor dem Tres Amigos,
Bahnhofstrasse 1,
7000 Chur

Kosten

Fr. 90.-
Inkl. Bahn-Billett,
Hufe malen, Reiten,
Postenlauf

Anmeldeschluss

2. April 2025

Der Pferde-Hof auf dem Berg

Wir fahren mit dem Zug und mit der
Luftseil-Bahn von Chur nach Scheid.

Wir besuchen einen Pferde-Hof.

Wir können Pferde putzen und Hufe mit
Finger-Farbe bemalen.

Zum Mittag-Essen geniessen wir
zusammen unser Pick-Nick.

Wer Lust hat kann auch die Pferde führen
oder reiten.

Hinweis

Sie müssen gut laufen können.

Samstag, 09.45 bis 17.00 Uhr

Mai 03.



Kurs 24 Chur



Leitung

Miriam Wasescha

079 734 35 78



Ort

Evangelisches

Kirchgemeindehaus

Masans

Masanserstrasse 233

7000 Chur

Kosten

Fr. 90.-

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

12. März 2025

Die Oster-Werkstatt

Es wird bunt und kreativ.

In diesem Kurs bereiten Sie sich auf Ostern vor.

Sie machen süsse Oster-Hasen aus Teig und verzieren die Hasen.

Sie malen Eier bunt an und erstellen Ihre eigene Oster-Dekoration.

Sie können mitbestimmen, was Sie machen wollen.

Dienstag, 18.00 bis 21.00 Uhr

März 25.

April 08.

THEATER MIME

Ein Projekt der Pro Infirmis Graubünden



alles Bahnhof.
alles Bahnhof.
alles Bahnhof.
alles Bahnhof.
alles Bahnhof.
alles Bahnhof.
alles Bahnhof.
alles Bahnhof.
alles Bahnhof.
alles Bahnhof.

pro infirmis
Die Organisation für
behinderte Menschen

20. März 2011 17.00 Uhr **Chur** Theater Chur
Billetreservasion + Vorverkauf Theater Chur: 081 252 66 44 kasse@theaterchur.ch Eintritt: 25.-/20.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge), inkl. Premierenfeier

27. März 2011 17.00 Uhr **Glarus** Restaurant Schützenhaus
Billetreservasion Pro Infirmis Glarus: 055 645 36 18 glarus@proinfirms.ch Vorverkauf: Buchhandlung Baeschlin Eintritt: Fr. 20.-/15.-

02. April 2011 20.00 Uhr **Cazis** Theatersaal Klinik Beverin
Pro Infirmis Graubünden: 081 257 11 11 graubuenden@proinfirms.ch Eintritt: Fr. 20.-/15.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge)

09. April 2011 20.00 Uhr **Zürich** Kulturmarkt Aemtlnerstrasse 23
Pro Infirmis Zürich: 044 299 44 11 zuerich@proinfirms.ch Eintritt: 25.-/20.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge)

16. April 2011 20.00 Uhr **Ilanz** Aula Schulgemeindeverband
Pro Infirmis Graubünden: 081 257 11 11 graubuenden@proinfirms.ch Eintritt: Fr. 20.-/15.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge)

Kurs 25 Chur



NEU

Leitung

Lucas Batista
079 282 11 07



Ort

Pro Infirmis,
Sitzungszimmer
Engadinstrasse 2
7000 Chur

Kosten

Fr. 30.–

Anmeldeschluss

5. März 2025

Künstliche Intelligenz KI

Sie lernen was Künstliche Intelligenz ist.

Die Abkürzung ist KI.

Sie lernen wie KI funktioniert.

Sie lernen ein paar einfache
Anwendungen für Ihren Alltag.

Sie erkennen Chancen und Gefahren bei
der Anwendung von KI.

Hinweis

Sie nehmen Ihr Lap-Top oder Ihr Händy
mit in den Kurs.

Mittwoch, 19.00 bis 21.00 Uhr

März 19.

Hier
anmelden



Kurs 26 Chur



NEU

Leitung

Patrizia Rubin

058 775 19 89



Ort

Pro Infirmis,
Sitzungszimmer
Engadinstrasse 2
7000 Chur

Kosten

Fr. 50.–

Anmeldeschluss

18. Februar 2025

Eine Arbeit suchen und finden

Sie lernen eine passende Arbeit zu suchen.

Wir zeigen Ihnen welche wichtigen Unterlagen dafür gebraucht werden.

Sie erfahren wie der Arbeits-Markt heute aussieht.

Wir zeigen Ihnen wie Sie sich gut vorbereiten können.

Hinweis

Der Kurs kann auch mit einer Begleit-Person besucht werden.

Dienstag, 18.00 bis 20.00 Uhr

März 04. 18.



Kurs 27 Davos



Leitung

Elvira Held-Deflorin
079 233 03 90
Regula Gschwend
079 401 45 77



Ort

Treffpunkt;
vor dem Tres Amigos,
Bahnhofstrasse 1,
7000 Chur

Kosten

Fr. 80.–
Inkl. Kutschen-Fahrt,
Kaffee und Kuchen

Anmeldeschluss

4. Juni 2025

Kutschen-Fahrt ins Sertigtal

Mit dem Post-Auto fahren wir nach Davos.
Von dort aus geniessen wir
eine Kutschen-Fahrt ins Sertig Dörfli.

Nach einem Pick-Nick erfahren wir
Interessantes über die Geschichte der
Walser und die Blumen-Welt im Sertig.

Ein kurzer Spazier-Gang führt uns ins
Restaurant Walserhuus zu Kaffee und
Kuchen.

Die Kutsche bringt uns wieder zurück
nach Davos, und dann fahren wir mit dem
Zug nach Chur.

Hinweis

Bei starkem Regen findet die Kutschen-
Fahrt nicht statt.

Samstag, 08.00 bis 17.00 Uhr

Juni	21.
------	-----

THEATER MIME

Ein Projekt der Pro Infirmis Graubünden

Heidi

pro infirmis

Das Programm für
behinderte Menschen

Chur 18. März 2012 17.00 Uhr Theater Chur

Reservation + Vorverkauf Theater Chur: 081 252 66 44 kasse@theaterchur.ch Eintritt: 25.-/20.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge) inkl. Premierenfeier

Cazis 31. März 2012 20.00 Uhr Theatersaal Klinik Beverin

Billetreservation Pro Infirmis Graubünden: 081 257 11 11 graubuenden@proinfirmis.ch Eintritt: Fr. 20.-/15.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge)

Zürich 14. April 2012 20.00 Uhr Kulturmarkt Aemterstrasse 23

Billetreservation Pro Infirmis Zürich: 044 299 44 11 zuerich@proinfirmis.ch Eintritt: 25.-/20.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge)

Ilanz 21. April 2012 20.00 Uhr Aula Schulgemeindeverband

Billetreservation Pro Infirmis Graubünden: 081 257 11 11 graubuenden@proinfirmis.ch Eintritt: Fr. 20.-/15.- (AHV/IV/Schüler/Lehrlinge)

Glarus 29. April 2012 17.00 Uhr Restaurant Schützenhaus

Billetreservation Pro Infirmis Glarus: 055 645 36 16 glarus@proinfirmis.ch Vorverkauf: Buchhandlung Baeschlin Eintritt: Fr. 20.-/15.-



Kurs 28 Chur



NEU

Leitung

Yvonne Bertozzi

078 691 02 52

Ladina von Salis

079 753 88 71



Ort

Evangelisches

Kirchgemeindehaus

Masans

Masanserstrasse 233

7000 Chur

Kosten

Fr. 90.-

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

29. Januar 2025

Blätter-Teig salzig und süss

Alles dreht sich um den Blätter-Teig.
Süss und Salzig.

Sie lernen wie aus Blätter-Teig
verschiedene Produkte hergestellt
werden.

Sie probieren im Kurs von den
selber gebackenen Sachen.

Sie erhalten das Rezept in Bild und
leichter Sprache.

Hinweis

Haben Sie Allergien?

Dann teilen Sie uns das bitte mit.

**Dynamo-
Treff 55+**

Donnerstag, 14.00 bis 17.00 Uhr

Februar

13. 20.

Kurs 29 Bad Ragaz



NEU

Leitung

Yvonne Bertozzi

078 691 02 52

Ladina von Salis

079 753 88 71



Ort

Treffpunkt;
vor dem Tres Amigos,
Bahnhofstrasse 1,
7000 Chur

Kosten

Fr. 90.–

Inkl. Kutschen-Fahrt
und Eintritt Grotte

Anmeldeschluss

21. Mai 2025

Mit der Kutsche durch die Tamina-Schlucht

Hier
anmelden

Sie erfahren Interessantes über die
Tamina-Schlucht.

Sie besuchen die Quell-Grotten.

Sie laufen einen Weg durch die Felsen
und spüren die Kraft des Wassers.

Wer die Grotte nicht besuchen möchte,
kann auch draussen mit der Kurs-Leitung
warten.

**Dynamo-
Treff 55+**

Mittwoch, 09.15 bis 15.30 Uhr

Juni

04.



Privat-Stunden – So macht lernen Spass

Ort

Bei Ihnen
zu Hause oder
bei Pro Infirmis

Leitung

von Pro Infirmis

Termin

Nach
Vereinbarung

Kosten

Nach Absprache

Hinweis

Rufen Sie uns
an. Wir beraten
Sie gerne.

- Möchten Sie ein Instrument lernen?
- Möchten Sie einen neuen Computer oder ein Smartphone kaufen?
- Brauchen Sie Hilfe beim Einrichten des Computers oder des Smartphones?
- Möchten Sie eine Reise planen und über das Internet buchen?
- Wollen Sie Ihre Rechnungen über E-Banking bezahlen?
- Haben Sie schon lange den Wunsch das Klettern am Berg zu lernen?

Wir nehmen uns die nötige Zeit dafür.

Wir organisieren für Sie jemanden, der mit Ihnen das lernt, was Sie sich wünschen.

Sind Sie interessiert oder haben Sie Fragen?

Gerne können Sie uns anrufen: 058 775 17 19

Oder schreiben Sie uns ein E-Mail.



Ort

Mollis Fronalp,
Braunwald
Gumen oder
Flums Schön-
halden

Leitung

Robair Gleit-
schirmschule,
Mollis

Termin

Nach
Vereinbarung

Kosten

Fr.199.– (Fotos/
Video + Fr.25.–)

Hinweis

Anmeldungen
erfolgen aus-
schliesslich über
Pro Infirmis

Nur Fliegen ist schöner

Erleben Sie hautnah, an der Seite Ihres persönlichen Tandem-Piloten, die freie Welt des Gleitschirm-Fliegens. Während dem Flug können Sie unter Aufsicht den Schirm auch einmal selber steuern. Sie werden erstaunt sein, wie einfach und sicher ein moderner Gleitschirm durch die Luft schwebt. Gleitschirm-Fliegen ist keine Hexerei, aber ein Traum für alle.

- Tandemflug BIG AIR: Der «grosse» Flug führt über 1000 m Höhendifferenz
- Wir nehmen auch Gehbehinderte und Rollstuhlfahrer mit in die Luft
- Die Fluggebiete sind schnell per Bahn oder Auto erreichbar
- Die Flugzeit beträgt ca. 15 bis 20 Minuten
- Auch ideal als Geschenk

Sind Sie interessiert oder haben Sie Fragen?
Gerne können Sie uns anrufen: 058 775 17 19.
Oder schreiben Sie uns ein E-Mail.

Kurs 30 Chur



Leitung

Yvonne Bertozzi

078 691 02 52

Ladina von Salis

079 753 88 71



Ort

Treffpunkt;
vor dem Tres Amigos,
Bahnhofstrasse 1,
7000 Chur

Kosten

Fr. 40.–

Inkl. Eintritt Museum

Anmeldeschluss

27. Februar 2025

Besuch im Rhätischen Museum

Hier
anmelden



Zusammen entdecken wir verschiedene
Zeit-Epochen.

Sie machen eine Entdeckungs-Reise mit
vielen Schlüsseln.

Wir haben Zeit für Fragen und Gespräche.

Wir wollen Kunst und Geschichte
kennen-lernen

Gemeinsam geniessen wir unseren Zvieri.

Dynamo-
Treff 55+

Donnerstag, 13.30 bis 17.00 Uhr

März 13.

THEATER MIME

Ein Projekt der Pro Infirmis Graubünden



Jetzt

eine Eigenproduktion

Postremise Chur

Do 3. Mai 2018 20.00
Fr 4. Mai 2018 20.00
Sa 5. Mai 2018 20.00
So 6. Mai 2018 17.00

Reservation

www.postremise.ch

Pro Infirmis Graubünden

058 775 17 17

Eintritt

25.- / 20.- AHV, IV, Studierende, Lernende, Kultur-Legi

pro infirmis



Kurs 31 Chur



Leitung

Yvonne Bertozzi

078 691 02 52

Ladina von Salis

079 753 88 71



Ort

Evangelisches

Kirchgemeindehaus

Masans

Masanserstrasse 233

7000 Chur

Kosten

Fr. 50.-

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

3. April 2025

Oster-Backen

Sie lernen wie man einen Zopf-Teig herstellt.

Sie formen Ihren eigenen Zopf-Hasen und einen Oster-Kranz.

Sie erhalten das Rezept in Bild und leichter Sprache.

Dynamo-
Treff 55+

Donnerstag, 14.00 bis 17.00 Uhr

April

17.



Kurs 32 Ilanz



Leitung

Rebecca Camenisch

079 820 93 13

Michele Lenzi



Ort

ARGO Wohnheim Ilanz

Via la Pumera 12

7130 Ilanz

Kosten

Fr. 80.-

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

25. Februar 2025

Kochen und Geniessen

Sie lernen wie das gewählte Gericht zubereitet wird.

Am ersten Abend machen wir einen Hörnli-Salat.

Dazu gibt es Ofen-Fleischkäse und Gurken-Salat.

Zum Dessert gibt es eine Schoggi-Creme.

Am zweiten Abend machen wir Wienerli im Teig und Salat.

Zum Dessert gibt es Vanille-Creme mit Beeren.

Wir decken zusammen den Tisch und räumen zusammen auf.

Hinweis

Haben Sie Allergien?

Dann teilen Sie uns das bitte mit.

Dienstag, 18.00 bis 20.45 Uhr

März 11. 25.



Kurs 32 W Ilanz



Leitung

Rebecca Camenisch

079 820 93 13

Michele Lenzi



Ort

ARGO Wohnheim Ilanz

Via la Pumera 12

7130 Ilanz

Kosten

Fr. 80.–

Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

26. März 2025

Kochen und Geniessen (Wiederholung)

Sie lernen wie das gewählte Gericht zubereitet wird.

Am ersten Abend machen wir einen Hörnli-Salat.

Dazu gibt es Ofen-Fleischkäse und Gurken-Salat.

Zum Dessert gibt es eine Schoggi-Creme.

Am zweiten Abend machen wir Wienerli im Teig und Salat.

Zum Dessert gibt es Vanille-Creme mit Beeren.

Wir decken zusammen den Tisch und räumen zusammen auf.

Hinweis

Haben Sie Allergien?

Dann teilen Sie uns das bitte mit.

Dienstag, 18.00 bis 20.45 Uhr

April

08. 22.



Kurs 33 Ilanz



Leitung

Sonja Lombriser
076 683 26 11



Ort

ARGO Wohnheim Ilanz
Via la Pumera 12
7130 Ilanz

Kosten

Fr. 40.–

Anmeldeschluss

19. März 2025

Tanzen und wohl-fühlen

Tanzen entspannt und macht Freude.

Wir tanzen und bewegen uns zu unterschiedlicher Musik.

Sie lernen verschiedene Schritte, langsame und schnelle.

Sie stärken Ihre Muskulatur und Ihr Gleich-Gewicht.

Dienstag, 18.45 bis 19.45 Uhr

April 01. 15.



Kurs 34 Brigels



NEU

Leitung

Remo Corsini
055 640 64 76



Ort

Wir treffen uns um
9.15 Uhr vor dem Kiosk
am Bahnhof Ilanz.

Kosten

Fr. 90.–
Inkl. Schnee-Schuh-
Miete

Anmeldeschluss

25. Januar 2025

Schnee-Schuh laufen mit Lager-Feuer

Wir fahren mit dem Zug und mit dem
Post-Auto von Ilanz nach Brigels.

Wir wandern gemütlich mit den Schnee-
Schuhen zu einer Feuer-Stelle.

Wir geniessen die schöne
Winter-Landschaft.

Wir machen ein Lager-Feuer wärmen uns
auf und kochen Tee.

Wir können unseren mitgebrachten
Zmittag am Feuer bräteln.

Wir laufen mit den Schnee-Schuhen
zurück nach Brigels.

Hinweis

Die Schnee-Schuhe werden gemietet.
Oder Sie können auch eigene Schnee-
Schuhe mitnehmen.

Samstag, 09.00 bis 15.30 Uhr

Februar 08.

THEATER MIME

Ein Projekt der Pro Infirmis Graubünden

wörlldweid

eine Eigenproduktion

Postremise Chur

Do 05.Mai 2022 20.00

Fr 06.Mai 2022 20.00

Sa 07.Mai 2022 20.00 *

So 08.Mai 2022 17.00

Klinik Beverin Cazis

Sa 14.Mai 2022 20.00



* Aufführung am 07.Mai mit Gebärdenübersetzung

Reservation

www.postremise.ch (Aufführung Chur)

Pro Infirmis Graubünden

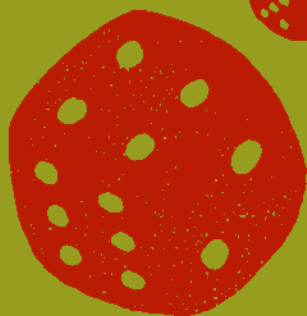
058 775 17 17

Eintritt 25.- / 20.-

AHV, IV, Studierende
Lernende, Kultur-Legi

Covid

Wir richten uns nach den jeweiligen Bestimmungen
des BAG/Gesundheitsamtes GR



pro infirmis

Kurs 35 Ilanz



Leitung

Peter Jehli
078 754 84 88



Ort

ARGO Wohnheim Ilanz
Via la Pumera 12
7130 Ilanz

Kosten

Fr. 80.–

Anmeldeschluss

30. April 2025

Gemeinsames Musizieren

Gemeinsam singen wir Lieder.

Sie werden von einer Gitarre begleitet.

Sie singen alte und neue Lieder.

Sie dürfen mitbestimmen was Sie
singen möchten.

Sie können Rhythmus-Instrumente
ausprobieren.

Hinweis

Es sind keine musikalischen Vor-
kenntnisse nötig.

Mittwoch, 18.15 bis 20.15 Uhr

Mai	14.	21.
Juni	04.	18.

Hier
anmelden

Kurs 36 Surava



Leitung

Andrea Nyfeler
079 693 57 40



Ort

ARGO Wohnheim
Surava
Valetta 2
7472 Surava

Kosten

Fr. 30.–

Anmeldeschluss

5. März 2025

Tanzen – Bewegen – Atmen

Tanzen entspannt und macht Freude.

Sie bewegen sich frei zu unterschiedlicher Musik.

Sie spüren ihren Körper und üben das Gleich-Gewicht.

Beim tiefen Atmen entspannen Sie zu ruhiger Musik.

Durch langsamens Bewegungen strecken Sie die Muskeln.

Am Schluss sind Sie locker und haben gute Laune für den ganzen Tag.

Samstag, 13.00 bis 16.00 Uhr

März 22.



Kurs 37 Surava



Leitung

Andrea Nyfeler

079 693 57 40



Ort

ARGO Wohnheim

Surava

Valetta 2

7472 Surava

Kosten

Fr. 30.–

Anmeldeschluss

27. Mai 2025

Singen macht gute Laune

Sie singen gerne im Chor.

Wir singen bekannte Lieder.

Sie können Lieder-Vorschläge mit-bringen.

Wir verbringen zusammen einen musikalischen Abend.

Dienstag, 18.00 bis 20.00 Uhr

Juni

10.

Hier
anmelden

A circular button with a light blue background and a white border. Inside the circle, the text 'Hier anmelden' is written in a light blue font. A white hand cursor icon is pointing towards the bottom right corner of the button.

THEATER MIME

Ein Projekt der Pro Infirmis Graubünden

Schniff & Schnaff

Postremise Chur

Do 13. Juni 2024 20.00

Fr 14. Juni 2024 20.00

Sa 15. Juni 2024 20.00 *

So 16. Juni 2024 17.00

Reservation

www.postremise.ch

Pro Infirmis Graubünden

058 775 17 17

Eintritt 25.- / 20.-



pro infirmis

* Aufführung am 15. Juni mit Gebärdensprach-Übersetzung





Kurs 38 Surava



Leitung

Andrea Nyfeler
079 693 57 40



Ort

ARGO Wohnheim
Surava
Valetta 2
7472 Surava

Kosten

Fr. 50.-
Inkl. Kurs-Material

Anmeldeschluss

19. März 2025

Ostern gestalten

Ostern ist die Zeit der Freude und Farben.

Sie bereiten sich auf Ostern vor.

Sie bemalen und verzieren ein
besonderes Oster-Nest.

Sie füllen das Oster-Nest mit feinen
Sachen.

Dienstag, 18.00 bis 21.00 Uhr

April 08.

Kurs 39 Davos



Leitung

Andrea Nyfeler
079 693 57 40



Ort

ARGO Wohnheim Davos
Rossweidstrasse 5
7270 Davos Platz

Kosten

Fr. 30.–

Anmeldeschluss

26. Februar 2025

Tanzen – Bewegen – Atmen

Tanzen entspannt und macht Freude.

Sie bewegen sich frei zu unterschiedlicher Musik.

Sie spüren ihren Körper und üben das Gleich-Gewicht.

Beim tiefen Atmen entspannen Sie zu ruhiger Musik.

Durch langsamens Bewegungen strecken Sie die Muskeln.

Am Schluss sind Sie locker und haben gute Laune für den ganzen Tag.

Samstag, 13.00 bis 16.00 Uhr

März 15.



Kurs 40 Betschwanden



Leitung

Thomas Heer



Treffpunkt

Bahnhof Diesbach-
Betschwanden

Kosten

Fr. 360.–
inkl. Übernachtung und
Vollpension

Anmeldeschluss

31. Mai 2025

Zirkus-Luft schnuppern im Glarnerland

Sie möchten zwei Tage 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.

Der Kurs ist nicht rollstuhlgängig.

Sie brauchen keine Unterstützung
bei der Körper-Pflege.

Sie können auch mit einer Begleit-Person
teilnehmen.

Samstag, 20. September, 10.00 bis
Sonntag, 21. September, 16.00 Uhr

Wichtig zu wissen (Geschäfts-Bedingungen)

Anmelden

Sie müssen sich schriftlich anmelden.
Schicken Sie bitte die Anmelde-Karte.

**Sie können sich auch online anmelden:
www.bildungsclub-gr.ch**

Die Anmeldung wird in der Reihen-Folge des Post-Eingangs berücksichtigt.

Das heisst: wer sich zuerst anmeldet hat einen Platz im Kurs.

Der Kurs findet statt, wenn es genügend Anmeldungen hat.

Sie erhalten vor Kurs-Beginn die Kurs-Bestätigung mit Informationen.

Anmeldeschluss verpasst?

Rufen Sie uns an, vielleicht hat es noch freie Plätze.

Sie möchten sich wieder abmelden?

Sie müssen eine Abmeldung schriftlich machen.
Abmelden bis zum Anmeldeschluss:
kostenlos.

Abmelden nach Anmeldeschluss:

Sie bezahlen die Hälfte der Kurs-Kosten.
Ausnahme sind Wochen-Enden, da bezahlen Sie die ganzen Kurs-Kosten.

Abmeldung nach Kurs-Beginn:

Sie bezahlen die ganzen Kurs-Kosten.

**Sie müssen einen Kurs
abbrechen?**

Wenn Sie den Kurs aus gesundheitlichen Gründen abbrechen müssen:
Schicken Sie uns ein Arzt-Zeugnis.
Dann erstatten wir Ihnen das Geld zurück.
Wenn Sie den Kurs aus anderen Gründen abbrechen, erhalten Sie kein Geld zurück.
Wenn Sie Kurs-Stunden nicht besuchen, erhalten Sie kein Geld zurück.

Fahrt an den Kurs

Für die Fahrt zum Kurs-Ort oder zum Treffpunkt sind Sie verantwortlich.
Bei Fragen oder Problemen helfen wir gerne.
Benützen Sie einen Rollstuhl?
Schreiben Sie das bitte auf die Anmelde-Karte.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Ist der Kurs zu teuer?

Wenn nötig helfen wir Ihnen bei der Finanzierung der Kurs-Kosten.
Kreuzen Sie das bei der Anmeldung an.

Haben Sie Fragen?

Welcher Kurs ist für mich der richtige?
Hat es noch freie Plätze in meinem Wunsch-Kurs?

Möchten Sie uns Ihre Meinung sagen?

Hat Ihnen etwas besonders gut gefallen?
Sind Sie mit etwas nicht zufrieden?
Sollen wir einen bestimmten Kurs ausschreiben? Rufen Sie uns an.

Wollen Sie wissen was Pro Infirmis ist?

Wollen Sie wissen was Pro Infirmis alles anbietet?
Dann rufen Sie uns an: 058 775 17 17
Oder besuchen Sie uns im Internet:
www.proinfirmis-gr.ch

Wollen Sie unser Kurs-Programm online anschauen?

Dann scannen Sie diesen QR-Code.



Datenschutz

Wir halten uns an die Regeln zum Datenschutz.

Unser Merk-Blatt dazu finden Sie hier:
www.bildungsklub.ch/daten

Kurs-Anmeldung

Kurs:	Kursnummer:
Kurs:	Kursnummer:
Kurs:	Kursnummer:
Kurs:	Kursnummer:
<input type="checkbox"/> Herr	<input type="checkbox"/> Frau
Name:	Vorname:
Strasse:	
Postleitzahl:	Wohnort:
Telefon Privat:	Handy:
E-Mail:	
Geburts-Datum:	Arbeitsort:

Bitte ankreuzen

Ich bin IV/AHV berechtigt

Ich brauche einen barriere-freien Zugang zum Kursort

Ich brauche finanzielle Unterstützung für das Kurs-Geld. Bitte schicken Sie mir das Antrags-Formular

Ich hab eine Ermässigung für die öffentlichen Verkehrs-Mittel:

GA BüGa Halbtax Begleit-Ausweis Keine

Das müssen Sie von mir wissen (spezielle Bedürfnisse, Krankheit etc.):

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

Bitte Anmeldung vollständig ausfüllen und die Geschäfts-Bedingungen beachten.
Sie können sich auch unter www.bildungsklub-gr.ch anmelden.

Hier falten

Bitte
frankieren

Pro Infirmis Graubünden
Bildungsclub
Engadinstrasse 2
7000 Chur