INFO

Nr. 2/2026

procap

Procap Sarganserland-Werdenberg · Bahnhofstrasse 3 · 7320 Sargans
T 081 723 61 71 · sarganserland-werdenberg@procap.ch · www.procap-sw.ch



GEDANKEN ZU WEIHNACHTEN

Bleib einmal stehn und haste nicht,
und schau das kleine, stille Licht.

Nimm dir mal Zeit für dich allein,
und höre tief in dich hinein.

Lass deine Sinne einmal ruhn,
und hab den Mut, gar nichts zu tun.

Lass diese wilde Welt sich drehn,
und hab das Herz, sie nicht zu sehn.

Sei wieder Mensch und wieder Kind,
und spür, wie Kinder glücklich sind.

Dann bist, von aller Hast getrennt,
du auf dem Weg hin zum Advent.
(Verfasser unbekannt)

AGENDA 2026/27

Freitag, 4. Dezember 2026
MANOR Shopping-Night

Samstag, 5. Dezember 2026
Melser Weihnachtsmarkt

Sonntag, 13. Dezember 2026
Weihnachtsfeier

Samstag, 20. März 2027
Hauptversammlung

Sonntag, 25. April 2027
Frühlingsanlass

Sonntag, 27. Juni 2027
Sommerausflug

MANOR Sargans



FREITAG 4. DEZEMBER

MANOR SHOPPING-NIGHT 2026

Das nächste Weihnachtsfest kommt schon bald. Das Warenhaus MANOR Sargans lädt unsere Mitglieder und deren Angehörige, Freunde und Bekannte wiederum zum Weihnachtseinkaufen ein und verwöhnt uns im Manora-Restaurant mit einem feinen Apéro von 17.00 – 17.30 Uhr.

Danach können sich unsere Mitglieder mit ihren Angehörigen gemütlich bis 19.00 Uhr ihren Weihnachtseinkäufen widmen. Das Warenhaus Manor offeriert unseren Mitgliedern und deren Angehörigen einen Einkaufsgutschein von 10%, welcher an diesem Abend oder auch später eingelöst werden kann.

Infolge Schliessung von Manor Sargans findet dieser Anlass im gewohnten Rahmen leider zum letzten Mal statt. Wir sind dabei, eine Alternative für das nächste Jahr zu finden.

Wo: MANOR Kaufhaus in Sargans
Wann: Freitag, 4. Dezember 2026
Zeit: 17.00 bis 19.00 Uhr
Anmeldeschluss:
Mittwoch, 25. November 2026

Anmeldung mit beiliegender Anmeldekarte oder an:
Procap Sarganserland-Werdenberg
Telefon 081 723 61 71
sabine.guntli@procap.ch

WEIHNACHTSFEIER 2026



SONNTAG 13. DEZEMBER

Wir freuen uns sehr, die diesjährige Weihnachtsfeier gemeinsam mit euch in der neuen Aula der Kantonsschule in Sargans feiern zu können.

Verantwortlich für das Stück: «Wie es doch noch zu Weihnachten kam» sind die Schülerinnen und Schüler der Klassen 2Fa und 2Fb der Kantonsschule Sargans. Die Klasse 1F wirkt mit.

Zusammen stimmen wir uns auf die kommende, festliche Zeit ein. Der Rotary Club Werdenberg sorgt mit einem feinen Kuchenbuffet für das leibliche Wohl.

Wo: Kantonsschule Sargans in der Aula Pizolstrasse 14 in Sargans
Wann: Sonntag, 13. Dezember 2026

Zeit: 13.30 Uhr
Anmeldeschluss:
Donnerstag, 3. Dezember 2026

Anmeldung mit beiliegender Anmeldekarte oder an:
Procap Sarganserland-Werdenberg
Telefon 081 723 61 71
sabine.guntli@procap.ch

Achtung:
Es gibt keine organisierte Busfahrt. Wir bitten Sie, die öffentlichen Verkehrsmittel zu benützen.

Bitte beachten Sie, dass die Pizolstrasse infolge Bauarbeiten teilweise gesperrt ist. Die Zufahrt bis zum Parkplatz bei der Rietanlage ist gewährleistet.

MELSER – WEIHNACHTSMARKT 2026

Am Samstag, 5. Dezember 2026 findet der traditionelle Melser-Weihnachtsmarkt auf dem Dorfplatz in Mels statt.

Auch in diesem Jahr unterstützt uns die FDP Mels sowie unsere Sportlerinnen und Sportler wieder tatkräftig. Es werden die beliebten Glückskäferli verkauft. Der Erlös geht zu Gunsten von Menschen mit einer Beeinträchtigung in unserer Region und wird für die beliebten Anlässe wie Weihnachtsfeier, Lottomatch, Sporttag und Herbsttreff verwendet.

Wir freuen uns auf euren Besuch an unserem Stand.



SAMSTAG 5. DEZEMBER

AUSFÜLLEN DER STEUERERKLÄRUNG

Gerne übernehmen wir wieder für Sie das Ausfüllen einer einfachen Steuererklärung (ohne Aktienpakete, fremdvermietetem Eigentum oder Vermögen und Grundbesitz im Ausland etc.).

Reservieren Sie einen Termin bei uns unter Telefon 081 723 61 71!

Sie bezahlen:
· mit Ergänzungsleistungen Fr. 35.–
· ohne Ergänzungsleistungen Fr. 70.–

DEUTSCHSCHWEIZER SPORTTAG 2026

Am 5. September 2026 versammelten sich rund 130 Sportler*innen zusammen mit ihren Begleitpersonen bei idealen Wetterbedingungen auf der Sportanlage Riet in Sargans.

Sie haben sich bei den Wettspielen 80m Lauf, Weitsprung und Ballweitwurf oder bei den verschiedenen Plausch-Angeboten und weiteren Sensibilisierungs -und Gruppenspielen gemessen.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen wurden freiwillige Plauschturniere im Fussball und Basketball durchgeführt. Bei der Xund-Halbstund bewegten sich mit den Klängen der einheimischen Chrutbuuchguggä Sargans praktisch alle Anwesenden während 30 Minuten. Dabei wurden gesamthaft 299 Runden à 852 m absolviert, was ungefähr der Distanz von Sargans bis Turin entspricht. Die Freude war gross, als alle Sportler*innen eine Erinnerungsmedaille sowie ein kleines Andenken von Ochsner Sport mit nach Hause nehmen konnten.









Wir danken unseren grosszügigen Sponsoren, insbesondere der Raiffeisen Sarganserland, der Stiftung Pro Sport und Procap Schweiz.

Herzlichen Dank an alle freiwilligen Helfer*innen, die Kantonsschule Sargans sowie den Rotary Club Werdenberg.

Am 4. September 2027 findet der nächste Sporttag in Sargans statt.

MARIO PIREDDA

Geboren am 2. Dezember 1966 und in St. Gallen-Winkeln aufgewachsen. Schon als Kind war ich am liebsten draussen in der Natur, und früh erwachte meine Leidenschaft für Mineralien, Kristalle und Fossilien. Das Sammeln begleitet mich bis heute und ist mir gerade in anspruchsvollen Zeiten ein wertvoller Ausgleich. («Menschen sind wie Kristalle, keiner ist gleich»)

Mit 23 Jahren habe ich geheiratet und eine Familie gegründet. Heute bin ich Vater von vier erwachsenen Kindern und seit April 2025 stolzer Grossvater. Nach über 30 gemeinsamen Jahren haben wir Eltern uns im Guten getrennt, als Familie halten wir aber weiterhin zusammen. Mit meiner Lebenspartnerin geniesse ich heute jede freie Minute im Wohnmobil, am liebsten auf Sardinien, der Heimat meines Vaters.

Nach meiner Lehre als Sanitärinstallateur wechselte ich 1993 in die Versicherungswelt, fasziniert vom Schweizer Drei-Säulen-System. Die Freude am Dazulernen und daran, für jede Herausforderung eine Lösung zu finden, hat mich dabei immer begleitet. Heute setze ich meine langjährige Erfahrung als Sozialversicherungsfachmann dort ein, wo sie gebraucht wird.

Bei Procap habe ich mit fast 60 Jahren eine neue Aufgabe gefunden. Hier kann ich mich noch vertiefter dem widmen, was mich antreibt: Menschen dabei zu unterstützen, zu ihrem Recht zu kommen.



NEUE FREIZEITGRUPPE WERDENBERG 2027

Die Jugend- und Freizeitgruppe SARWER (heute ALLTAGSHELDÄ) wurde 1988 gegründet und ist ein Treffpunkt für Menschen mit Handicap.

Die Gruppe hat vor allem Mitglieder, die im Sarganserland wohnhaft sind. Neu werden wir 2027 mit einer zweiten Freizeitgruppe im Werdenberg starten. Aktuell sind wir an der Erarbeitung des Jahresprogrammes.

Die Mitglieder treffen sich monatlich zu unterschiedlichen Aktivitäten wie Theater, Kino, Ausflüge, Disco, Spielen, Basteln und Backen. Kurz gesagt: Im Mittelpunkt steht alles, was Freude und Spass macht und die Gemeinschaft stärkt – zusammen lachen, erleben und unvergessliche Momente teilen.

Alltagsheldä zäme stark procap

Hast du Lust dabei zu sein?
Dann melde dich bei Sabine Guntli vom Procap-Sekretariat
Telefon 081 723 61 71
sabine.guntli@procap.ch

Kosten: Freizeitgruppe CHF 50.– pro Jahr (für Procap-Mitglieder)



BARRIEREFREIE REISEN IN DER SCHWEIZ UND IM AUSLAND

Haben Sie gewusst, dass Procap Reisen & Sport seit über 30 Jahren ein eigenes Reisebüro führt?

Das Team von Procap Reisen & Sport kann dank seiner langjährigen Erfahrung qualitativ hochstehende Ferienangebote im In- und Ausland anbieten. Es handelt sich dabei um individuelle Reisen oder betreute Gruppenreisen.

Es sind dies zum Beispiel:
· Wander- oder Velowochen
· Badeferien
· Aktivferien
· Schiffsreisen
· Fernreisen
· Städtereisen
· Weekends
· Erholungsferien
· etc.

Interessiert Sie das Angebot? Stöbern Sie auf der Webseite www.procap-reisen.ch oder melden Sie uns Ihre Adresse. Wir sorgen dafür, dass Ihnen der Ferienkatalog für das Jahr 2027 zugestellt wird.

Kontakt:
sarganserland-werdenberg@procap.ch
Telefon 081 723 61 71

BETRIEBSFERIEN

Vom **18. Dezember 2026 bis 3. Januar 2027** bleibt unser Büro geschlossen.

Wir wünschen Ihnen schon heute frohe Festtage.

Ihr Procap Team



IMPRESSUM Procap-Info erscheint 2 x jährlich · Herausgeberin: Procap Sarganserland-Werdenberg, Bahnhofstrasse 3, 7320 Sargans, Tel. 081 723 61 71, www.procap-sw.ch, sabine.guntli@procap.ch
Redaktion: Sabine Guntli, Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 30. April 2027 · Versand Mai 2027 · Gestaltung: die EINE, Sargans · Druck: Sarganserländer Druck, Mels