

WINTERQUARTIER 2024

HEKS Gärten St. Gallen

Dienstags 9.00 bis 11.00 Uhr



HEKS
Brot für alle.



09. Januar | Ernährung Lebensmittelpyramide und Mahlzeitrhythmus mit Zebra

Besuch Bibliothekswagen mit Salma

SAAT-
GUT-
BIBLIO-
THEK
ON TOUR



16. Januar | Bewegung



23. Januar | Nähatelier



30. Januar | Stricken mit Elisabeth



6. Februar | Yoga und Information Akin Sport-Angebot mit Brigitte

Besuch Bibliothekswagen mit Salma

SAAT-
GUT-
BIBLIO-
THEK
ON TOUR



13. Februar | Tanz und Bewegung gesunde Körperhaltung und sich beim Tanzen frei bewegen mit Zebra



20. Februar | Falafel backen mit Haweeya
ab 12.00 Uhr Mittagstisch für Alle (mit Anmeldung)



27. Februar | Anbaublanung Wir planen, was wir dieses Jahr im Garten säen oder pflanzen.

Treffpunkt im tiRumpel, Stahlstrasse 3, St. Gallen
Kinder sind herzlich willkommen.

Information: adelheid.karli@heks.ch, 076 476 83 82, www.heks.ch



tiRumpel