



---

Buchs	<b>Literaturklub</b>	218/550
Kursdauer	Do 18.10.2018 – Do 21.03.2019	
Kurszeiten	14:15 – 16:15, 6 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	"Über jedem guten Buche muss das Gesicht des Lesers von Zeit zu Zeit hell werden." (Christian Morgenstern). Manchmal gefallen uns Bücher, manchmal weniger – so oder so, im gemeinsamen Gespräch lässt sich darlegen, was man an einem Buch mag und was nicht. Und nicht selten bringt das Reden über ein Buch völlig neue Erkenntnisse. Wir lesen pro Monat zu Hause ein Buch zeitgenössischer Literatur und diskutieren darüber an zwei Stunden am Donnerstagnachmittag. (Zeitgenössisch heisst für uns: entstanden oder herausgegeben während der letzten 30 Jahre.) Das erste Buch wählt die Kursleiterin aus und gibt den Titel rechtzeitig bekannt. Die weiteren Bücher werden in der Gruppe gemeinsam ausgewählt.	
Kosten	CHF 145.00	
Leitung	Elsbeth Schrepfer	

---

Rebstein	<b>Kochkurs für Männer</b>	118/550
Kursdauer	Mi 07.11.2018 – Mi 28.11.2018	
Kurszeiten	15:30 – 19:00, 4 x 3,5 Std.	
Kursort	Schulküche Oberstufe, Ergetenstrasse 40, Rebstein	
Beschreibung	Dieser Kochkurs richtet sich sowohl an Kochanfänger als auch an Männer mit einigen/wenigen Erfahrungen im Kochen. Die bekanntesten Zubereitungsarten werden vertieft und Neues dazugelernt. Es werden schmackhafte Menüs gekocht und anschliessend in gemütlicher Runde genossen. Zudem gibt es praktische Tipps für die Alltagsküche und Ideen für eine abwechslungsreiche Ernährung.	
Kosten	CHF 325.00	
Leitung	Claudia Metzler-Spirig	

---

Buchs	<b>Mundharmonika spielen</b>	218/552
Kursdauer	Di 13.11.2018 – Di 18.12.2018	
Kurszeiten	15:30 – 17:00, 6 x 1,5 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	In diesem Kurs wird das Mundharmonikaspiel ohne Noten vermittelt. Es gibt Informationen zur Technik, Haltung, Atmung, Einzelton- und Melodiespiel. Einfache Musikstücke und das Zusammenspiel in der Gruppe wird geübt.	
Kosten	CHF 216.00	
Leitung	Andy Egert	

---

Altstätten	<b>Mundharmonika spielen Fortsetzung</b>	118/551
Kursdauer	Mo 12.11.2018 – Mo 17.12.2018	
Kurszeiten	09:30 – 11:00, 6 x 1,5 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
Beschreibung	Das bestehende Repertoire auf der Mundharmonika wird erweitert und vertieft und die Kenntnisse zur Spieltechnik werden verfeinert. Einfache Musikstücke und das Zusammenspiel in der Gruppe wird geübt.	
Kosten	CHF 216.00	
Leitung	Andy Egert	

---

Sargans	<b>Mundharmonika spielen Fortsetzung</b>	218/553
Kursdauer	Di 13.11.2018 – Di 18.12.2018	
Kurszeiten	13:30 – 15:00, 6 x 1,5 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans	
Beschreibung	Details siehe Kurs Nr. 118/551	
Kosten	CHF 216.00	
Leitung	Andy Egert	



<b>Porträt</b>	Das Seniorenorchester PRO MUSICA besteht seit Herbst 1995, hat ca. 20 Mitglieder und freut sich über engagierte neue Mitglieder, vor allem StreicherInnen. Das Repertoire umfasst Werke verschiedenster Stilrichtungen von Barock über Klassik, Romantik bis zu zeitgenössischer Musik sowie der Bearbeitung fremdländischer Volksmusik.  www.promusica-rso.ch
<b>Teilnahme</b>	Einstieg ist jederzeit möglich. Sie sind herzlich zu einer unverbindlichen Schnupperprobe eingeladen.
<b>Kosten</b>	CHF 60.00 pro Quartal
<b>Leitung und Auskunft</b>	Marta Kowalska, Musikpädagogin und Cellistin, 071 244 23 26
<b>Ort</b>	Schulhaus Feld, Aula, Altstätten
<b>Zeit</b>	jeden zweiten Mittwoch von 16:00 bis 18:00 Uhr

Das Orchester lässt sich für Auftritte gerne engagieren, zum Beispiel in Gottesdiensten, für Altersnachmittage oder zu anderen Anlässen. Auskunft erteilt Marta Kowalska.

## Mitspielende gesucht

«Ja was! Sie haben einmal ein Instrument gespielt? Und wo ist es jetzt? Im Estrich droben? Holen Sie es schleunigst herunter, machen Sie es wieder spielbar; sei es eine Geige, ein Cello, eine Bratsche, ein Kontrabass oder eine Flöte. Spielten Sie einmal Klavier? Öffnen Sie den Deckel, spielen Sie wieder!» Ja wohl, so geht's! Das Rheintalische Seniorenorchester unter dem Namen «Pro Musica» sucht dringend neue Instrumentalisten. Die Proben finden alle 14 Tage von 16:00 bis 18:00 Uhr im Musiksaal Feld in Altstätten statt. Gespielt werden alle Arten von Musik, nur kein Rock. Also: Kommen, zuhören, mitspielen, auch wenn's nicht sofort klappt. Frisch gewagt ist halb gewonnen. Das Orchester und die Dirigentin Marta Kowalska freuen sich.