

HERZLICH WILLKOMMEN IM RHEINWALD



UNSER TAL UND SEINE FREIZEIT-AKTIVITÄTEN,
VEREINE UND MUSEEN



Version: Oktober 2021
Version: April 2023
Aktualisierung: Mai 2025

Konzept: Monika Lorez-Meuli, Oliver Santschi
Konzept: Projektgruppe «Glücklich im Rheinwald»
Christina Wieland

INHALTSVERZEICHNIS

INHALTSVERZEICHNIS	3
Liebe Einwohnerinnen, liebe Einwohner	5
Das Rheinwald – eine 750 Jahre alte Geschichte	6
Brauchtum im Rheinwald	7
KINDER UND JUGENDLICHE	8
Muki-Turnen	9
Mungga-Höhli	10
KITA Andeer	11
Kindertanzgruppe Rheinwald	12
Kinderturnen	13
Geräteturnen	14
Jungschi Rhywald	15
Jugendraum Rheinwald	16
Jungmannschaft Rheinwald	17
SPORT	18
Skiclub Tambo Splügen	19
Turnerinnenverein Splügen	20
Tennis-Club Splügen	21
Mahatma Yoga	22
Line Dance	23
AKTIVE VEREINE	24
Samariterverein	25
First Responder	26
Gemischter Chor Rheinwald	27
Trachtgruppa Rhywald	28
Landfrauen Rheinwald	29
Geselliger Mittagstisch	30
Montagskaffee für Frauen	30
Jassen	31
Theatergruppe	31
SAC Sektion Piz Platta	32

Fischereiverein.....	33
Jägerverein	34
Schützenverein Rheinwald	35
Zweitwohnungsverein Rheinwald.....	36
SENIORINNEN UND SENIOREN	37
Pro Senectute Graubünden.....	38
Seniorenturnen.....	39
Spitex Viamala.....	39
Palliativer Brückendienst Graubünden.....	40
DIENSTLEISTUNGEN	41
Rotkreuz-Fahrdienst.....	42
Arztbesuche.....	43
Kontaktstelle	43
Einkäufe für den täglichen Bedarf - Einkaufsdienst.....	44
Mahlzeitendienst	45
MUSEEN	46
Festungsmuseum Crestawald	47
Museum Rheinwald	48
Stiftung Walserkultur.....	49
Postkartengalerie KABINETLI Hinterrhein.....	50
Gilli's Museum.....	51

Liebe Einwohnerinnen, liebe Einwohner

Wir hoffen, dass Sie sich hier wohl fühlen. Suchen Sie Kontakt mit der Bevölkerung? Möchten Sie wissen, welche Freizeitaktivitäten es bei uns für Kinder, Familien und Senioren gibt? Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen Begegnungsmöglichkeiten vorstellen, bei denen wir uns treffen.

Haben Sie spezifische Anliegen oder Hobbies? Eine ausführliche Liste aller Vereine, wie auch die vorliegende Broschüre, finden Sie ebenfalls auf der Homepage der Gemeinde Rheinwald und der Gemeinde Sufers.

Herzlich willkommen im Rheinwald!



Das Rheinwald – eine 750 Jahre alte Geschichte

Die Dörfer im Rheinwald verbindet eine lange gemeinsame Geschichte, die im 13. Jahrhundert begann, als eine Gruppe von deutschsprachigen Walsern über den San Bernardino ins Rheinwald einwanderte. Die ersten Siedler leisteten viel Arbeit, um in diesem Tal eine einfache Selbstversorgung zu ermöglichen. Die Lage des Rheinwalds - am Fusse der damals wichtigen Transitrouen über Splügen- bzw. San Bernardinopass - eröffnete den Einheimischen bald einmal zusätzliche Verdienstmöglichkeiten als Säumer und Fuhrleute. Ende des 19. Jahrhunderts wurde der Warenverkehr vermehrt von der Strasse auf die Schiene verlagert, wodurch das Tal einen während Jahrhunderten wichtigen Erwerbszweig verlor. Viele Bewohner mussten ihre Heimat verlassen; die im Rheinwald verbliebenen Einwohner fanden in der Landwirtschaft oder im langsam aufstrebenden Tourismus eine Arbeit. Zwischen 1940 und 1946 kämpften die Rheinwalder erfolgreich gegen einen von den Kraftwerken Hinterrhein geplanten Grossstausee, der das Tal weitgehend überflutet hätte. Mit der Erhaltung des Talbodens war die Existenzgrundlage für die Rheinwalder Bauern gerettet. Die Betriebsausrichtung hat sich im Verlaufe der Zeit von der Aufzucht zur Milchproduktion verlagert. Die Dorfsennereien wurden ausgebaut und modernisiert, sodass deren vielfältige Produkte mittlerweile einen regen Absatz im In- und Ausland finden. Seit den 1990er-Jahren wird im ganzen Tal nach den Richtlinien von Bio Suisse produziert. Die 1967 erfolgte Eröffnung des A13-Strassentunnels durch den San Bernardino bedeutete besonders für den Wintertourismus einen grossen Aufschwung. Mit der Lancierung der Fernwanderwege via Spluga und Walserweg Graubünden wurden inzwischen auch zwei Magnete für den Sommertourismus geschaffen.

Brauchtum im Rheinwald

Schellenabend

Jährlich am Vorabend des Alpaufzugs findet in Sufers, Splügen und Hinterrhein der Schellenabend oder wie wir sagen *Schällä-Aabet* statt. Die Vorschul- und Schulkinder, jedes mit einer Glocke ausgestattet, treffen sich zu einem Umzug durchs Dorf, wobei sie mit lautem Geschell den bevorstehenden Alpaufzug einläuten.

Pschuuri

Jeweils am Aschermittwoch findet ein reges Treiben in den Gassen von Splügen statt. Bei diesem althergebrachten Fasnachtsbrauch ziehen am Vormittag die Vorschulkinder, verkleidet und mit einem *Tschiferli* oder Rucksack bestückt, von Haus zu Haus, sagen den Spruch *Pschuuri, Pschuurimittwucha, as Eitschi oder as Meitschi* auf und erhalten von den Bewohnern Süssigkeiten. Am Nachmittag sind die Burschen der Jungmannschaft Rheinwald als furchteinflössende *Maschgerä* verkleidet unterwegs. Ihr Ziel ist es, alle Kinder und ledigen jungen Frauen, die irgendwo im Dorf versteckt sind, zu *pschuurä*, das heisst deren Gesichter zu schwärzen. Am Abend sind es dann die *Eierbättler* - wiederum Burschen der Jungmannschaft Rheinwald - die als *Mannli und Wiibli* verkleidet von Haus zu Haus gehen und Eier betteln. Um Mitternacht werden diese anlässlich eines Fests als Eiersalat und *Resimäda* serviert.

Sabina Simmen-Wanner,
Splügen



KINDER UND JUGENDLICHE

Muki-Turnen

Alter: 3-5

Kleinkindgerechtes Turnen mit dem Muki-Bären

Die spielerischen Turnstunden machen schon die ganz Kleinen mit verschiedenen Bewegungsformen und Turngeräten bekannt. Jedes Kind wird durch eine Begleitperson betreut. Dabei sind nicht nur Mütter, sondern auch Väter, Grosseltern, Tanten oder Onkel gleichermassen willkommen.

Das Muki-Turnen beginnt jedes Jahr nach den Herbstferien und findet bis Ende Mai statt. Die Muki-Turnenden treffen sich während der Schulzeit einmal wöchentlich am Donnerstagvormittag von 8:45 Uhr bis 9:45 Uhr in der Turnhalle der Schule in Splügen.

Die Anmeldung sollte spätestens bis Ende September erfolgen. Der Jahresbeitrag beträgt Fr. 100.-.

Kontakt Janka Hobi (Tel. 079 / 374 72 75) - janka.hobi@gmx.ch

Mungga-Höhli



Alter: 2,5-5

Spielgruppe: oft die erste feste Gruppe für Ihr Kleinkind

In der Mungga-Höhli treffen sich Kleinkinder zum freien Spielen, Gestalten, Beobachten, Singen, Geschichten-Hören und Experimentieren. Die Spielgruppe fördert die frühkindliche soziale und emotionale Entwicklung und hilft erste Ablösungsschritte innerhalb eines geschützten Rahmens zu meistern.

Alle Informationen zum Spielgruppen-Angebot in Hinterrhein finden Sie online unter www.mungga-hoehli.ch

Kontakt Luise Völlm (luise@voellm.net)

(Tel. / Threema / Signal 076 / 747 43 74, WhatsApp +49 1575 10 15 479)



KITA Andeer

Familien und Kinder werden gestärkt

Ab August 2025 wird es eine Kindertagesstätte mit umfassendem Betreuungsangebot in Andeer geben. Die Gemeinden Andeer, Ferrera, Muntogna da Schons, Rheinwald, Rongellen, Sufers und Zillis-Reischen sind überzeugt vom Nutzen einer professionellen Kinderbetreuung und -förderung für die Region. Pro Junior Graubünden wird dies als Trägerschaft vor Ort anbieten.

Das Angebot umfasst eine Kindertagesstätte, eine schulergänzende Betreuung für die Nachmittage, eine Ferienbetreuung und einen Hort. Nebst dem Umbau von Räumlichkeiten im Schulhaus Andeer werden auch alle anderen Schritte für eine pünktliche Eröffnung eingeleitet.

In den kommenden Wochen werden die Eltern der Gemeinden über die Details des Angebotes informiert.

Kindertanzgruppe Rheinwald



Alter/Zielgruppe: 5-16

Wir tanzen meistens zu Volksmusik, aber auch etwas Modernes darf nicht fehlen. Kreistänze, Line Dance oder Singtänze sind in unserem Repertoire zu finden. Auch tanzen wir manchmal mit den Erwachsenen.

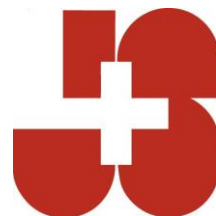
Auftritte am Seniorennachmittag und an den Heimatabenden gehören zum Jahresprogramm, ebenfalls ein Ausflug jeweils im Frühling.

Trachten sind vorhanden in fast allen Grössen.

Jeweils samstags im Saal in Nufenen von 8:30 Uhr bis 10:30 Uhr

Kontakt Marianne Wieland (Tel. 081 / 664 11 25)





Kinderturnen

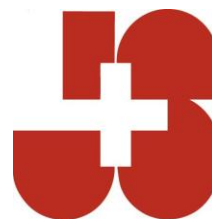
Um die zwanzig Kinder aus dem Kindergarten sowie der 1. und 2. Klasse treffen sich jeden Donnerstag in der Turnhalle in Splügen (Herbstferien bis Ende Schuljahr).

Wir wagen uns an die Geräte, üben erste Ballfertigkeiten und Spielformen, fördern die koordinativen Fähigkeiten und brauchen auch mal Mut, um knifflige Bewegungsaufgaben zu meistern. Mit verschiedenen «Fangisformen» lernen wir Regeln einzuhalten und für ein Team zu arbeiten.

Ausserdem lernen wir uns gegenseitig kennen, was den Kindergartenkindern den Übertritt in die Primarschule erleichtert.

Das Kinderturnen ist dem J+S unterstellt und für alle gratis. Die Anmeldung erfolgt vor den Herbstferien via Klassenlehrpersonen.

Fragen können an Kati Menn gerichtet werden (Tel. 081 / 664 15 44)



Geräteturnen

Je nach Anzahl der Anmeldungen turnen wir in einer oder zwei Gruppen, am Donnerstag und eventuell am Freitag.

Willkommen sind alle Schüler und Schülerinnen ab der zweiten Klasse.

Die Arbeit an Körperspannung und -haltung sowie die Kräftigung der Muskulatur stellen die Grundlagen zum Erlernen einfacher, aber auch schwieriger Elemente dar. Wir turnen an folgenden Geräten: Schaukelringe, Barren/Stufenbarren, Reck, Minitrampolin aber auch am Boden.

Wir lernen einander Hilfestellung zu geben und haben miteinander viel Spass in der Turnhalle.

Dies sind J+S-Kurse und für alle gratis. Die Anmeldung erfolgt vor den Herbstferien via Klassenlehrpersonen.

Bei Fragen meldet euch doch bitte bei Kati Menn (Tel. 081 / 664 15 44)

Jungschi Rhywald



Alter: 7-16

Herzlich willkommen in unserer Jungschi!

Die Jungschi ist ein Angebot der reformierten Kirchgemeinde Rheinwald für alle Kinder im Schulalter (nicht nur Reformierte!). An unseren Jungschi-Nachmittagen erleben wir Spiel und Spass, auch mit biblischen Bezügen. Meistens sind wir draussen in der Natur, kochen am Feuer, machen Spiele oder gehen auf Entdeckungsreise.

Wir treffen uns in der Regel einmal im Monat an einem Samstag-Nachmittag, jeweils um 13:30 Uhr bis 16:30 Uhr in Nufenen (Treffpunkt: Dorfplatz). Die Jungschi ist keine feste Gruppe, man kann jedes Mal entscheiden, ob man Lust und Zeit hat.

Das Jungschi-Team: Cornelia und Philipp Baschung und Oliver Santschi
(Tel. 081 / 664 11 16) – www.kirche-rheinwald.ch/jungschi



Jugendraum Rheinwald

Alter: Jugendliche von der 5. Klasse
bis zur 3. Oberstufe



Wer sind wir: Der Jugendraum ist ein Jugendtreff, wo sich die Jugendlichen „austoben“ und zusammen sein können. Während dem Jugendraum sind immer mindestens zwei erwachsene Ansprechpersonen vor Ort.

Aktivitäten: Im Jugendraum gibt es diverse Möglichkeiten, wie sich die Jugendlichen die Zeit vertreiben können. Es stehen zwei „Töggeli-Kasten“, ein Billardtisch, diverse Spiele und ein Beamer mit Leinwand für Filmabende für die Jugendlichen zur Verfügung. Auch für den Hunger und Durst ist gesorgt, im Jugendraum befindet sich ein kleiner Kiosk. Ab und zu unternehmen wir auch gemeinsame Ausflüge (Grilladen, Disco usw.).

Wann treffen wir uns: Wir treffen uns jeweils am Samstagnachmittag von 17:00 Uhr bis 22:00 Uhr im Jugendraum. Der Jugendraum befindet sich in der Zivilschutzanlage hinter dem Schulhaus Splügen. Die Samstage, an welchen der Jugendraum geöffnet hat, werden in der Schule sowie auf der Homepage der Gemeinde Rheinwald bekannt gegeben.

Kontakte

Kathrin Meuli, Leiterin (Tel. 079 / 824 51 90, kathrinmeuli@hotmail.com)
Andri Furger, Leiter (Tel. 077 / 465 92 87, andri.furger@hotmail.com)

Jungmannschaft Rheinwald



Alter: Aktiv-Mitglieder: Jugendliche von 16 – 30 Jahre

Passiv-Mitglieder: Ab 30 Jahre

Wenn ein Mitglied heiratet, muss er/sie den Verein verlassen

Wer sind wir: Die Jungmannschaft Rheinwald besteht aus 35 Aktiv- und 15 Passiv-Mitgliedern, welche sich immer mal wieder im Ausgang treffen.

Aktivitäten: Die Jugendlichen organisieren mit viel Freude Anlässe, so z.B. den «Pschuuri», das «Snow-Volleyballturnier» im Frühling, die «Unihockey-Nacht» im Herbst sowie einen Stand am Altjahrmarkt wo man etwas zu Essen und Trinken bekommt.

Zu erwähnen ist auch die jährliche 2 – 3-tägige Reise ins Ausland.

Kontakt Jürg Meuli (Tel. 079 / 828 62 29, juergmeuli@hotmail.ch)

SPORT



Skiclub Tambo Splügen

Für Kinder ab 7 Jahren, Erwachsene und Passivmitglieder ein Leben lang.

Wir wollen gemeinsam Spass und Freude am Skisport haben und den Kindern und Jugendlichen eine gute Ausbildung in Langlauf, Ski Alpin und Snowboard bieten.

Dafür führt der Skiclub Tambo Splügen eine JO (Jugend Organisation) Langlauf und eine JO Alpin & Snowboard, in welchen jedes Kind herzlich willkommen ist. Alle sollen sich wohlfühlen. Fairness ist uns sehr wichtig.

Wir organisieren regelmässige Trainings, sowie lokale Wettkämpfe für Gross und Klein, wie zum Beispiel den Langlauf Skicross, den Biathlonsprint und den Parallelsalom Splügen.

Hast Du Interesse?

Schaue vorbei auf: sctambospluegen.ch oder kontaktiere uns gerne.

Kontakte

Stefan Mühlemann, Präsident (Tel. 079 / 309 09 17)

Johann Menn, Leiter JO Langlauf (Tel. 081 / 664 15 44)

Andrea Meuli, Leiter JO Alpin & Snowboard (Tel. 079 / 938 53 88)





Turnerinnenverein Splügen

Für alle Frauen ab 16 Jahren

Lust auf Bewegung oder Volleyball?

Der Turnerinnenverein besteht aus den Turnerinnen und den Volleyballerinnen und trainiert jeweils während den Schulwochen in der Turnhalle Splügen.

Die Volleyballerinnen machen jeweils am Montag von 20:15 Uhr bis 22:00 Uhr nach einem kurzen Einturnen Übungen zum Passen, Abnehmen, Smash, Anschlag und Spielaufbau. Das Spielen kommt auch nicht zu kurz!

Die Turnerinnen treffen sich am Dienstag von 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr. Kräftigungs-, Koordinations- und Dehnübungen zu Musik sowie verschiedene Spiele sollen helfen, seinen Körper in jeder «Faser» zu spüren.

Gemeinsam führen wir jährlich eine Herbstwanderung durch, besuchen Musicals und sitzen auch mal gemütlich zusammen.

Wir würden uns sehr über neue Frauen in unserem Verein freuen, auch Schnuppern ist jederzeit ohne Voranmeldung möglich.

Präsidentin Alice Trepp (Tel. 076 / 306 91 40)



Tennis-Club Splügen

Der TC Splügen unterhält beim Campingplatz in Splügen zwei Sandplätze und stellt diese sowohl Mitgliedern als auch Gästen zur Verfügung.

Clubmitgliedschaft

Regelmässig Spielende werden vom TC Splügen gerne als Mitglieder aufgenommen. Die Jahresgebühren betragen für

Aktivmitglieder	Fr.	120.-
Ehepaare	Fr.	200.-
Junior/Innen (10 - 20 Jahre)	Fr.	60.-
Kinder von Mitgliedern (10 - 20 Jahre)	Fr.	30.-
Platzgebühr Gäste	Fr.	25.- / h

Weitere Auskünfte, auch über eine allfällige Mitgliedschaft, erteilt der Präsident:

Walter Bachmann, Ringstr. 23, 7435 Splügen

(Tel. 081 / 664 16 82) / Mail: batichica-01@bluewin.ch





Mahatma Yoga

Im Vordergrund steht das Wohlgefühl für Körper, Geist und Seele.

Gerne kombiniere ich Hatha Yoga mit Yoga Nidra, Pranayama, therapeutischem Yoga und Pharaonischem Yoga (ägyptisch) dem Erfahrungsniveau der Yoga Teilnehmenden angemessen, sodass Yoga für alle zugänglich wird.

Alle Klassen beinhalten Körperübungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama), gefolgt von Tiefenentspannung (Yoga Nidra/Shavasana) und Selbstbetrachtung (Reflexion). Dazu kommen Philosophie, Anatomie und Physiologie in angepasstem Mass zum tieferen Verständnis der Übungen.

Mein Unterrichtsstil ist mehrheitlich im Sinne von Satyanada Yoga und ein ganzheitliches und fundiertes System, welches alle Aspekte des Yoga integriert.

Lektionen finden statt in

Sufers	Mittwochs von	9.00 bis 10.00 Uhr
	Donnerstags von	18.00 bis 19.00 Uhr

Nufenen

Donnerstags von	15.00 bis 16.00 Uhr
(Yoga auf dem Stuhl)	

Kontakt Wilma Clopath, Orta 26, 7433 Lohn GR (Tel. 076 / 562 10 59)

Ausbildung in Chur, Villeret und Zürich

Line Dance

Jeden zweiten Mittwoch, zwischen 19:30 und 21:00 Uhr, treffen wir uns in Hinterrhein zum Line Dance.

Unser Motto: Es gibt keine Fehler, nur Variationen 😊

Kontakt Anita Stoffel (Tel. 076 / 457 18 76)

AKTIVE VEREINE

Samariterverein



Für Frauen und Männer

Samariterinnen und Samariter helfen, wo es nötig ist.

Samariterinnen und Samariter leisten kompetent Erste Hilfe und retten Leben, geben ihr Wissen an andere weiter und unterstützen in ausserordentlichen Lagen.

Der Samariterverein

- Organisiert Bevölkerungskurse
- Betreut den Sanitätsdienst bei Veranstaltungen
- Organisiert lokale Blutspendeaktionen

Der Samariterverein freut sich über jedes neue Mitglied - helfen Sie mit und unterstützen uns in unserer Arbeit.

Kontakt Philipp Baschung (Tel. 078 / 612 37 20)



First Responder

Hilfe leisten – Werden Sie First Responder!

Der englische Begriff «First Responder» bedeutet wörtlich übersetzt der «Erstantwortende» oder jener, welcher als erster reagiert (English «first»: erster und «to respond»: antworten, reagieren). Sinngemäss bezeichnet der Begriff «First Responder» einen Ersthelfenden.

First Responder können als Gruppen organisiert sein, welche parallel zum Rettungsdienst über die **Notrufnummer 144** aufgeboden werden.

Durch den Einsatz von First Respondern kann ein Patient bereits vor dem Eintreffen des Rettungsdiensts durch First Responder erstversorgt werden. Die First Responder Ersthelfenden leisten im Einsatz erweiterte Erste Hilfe entsprechend Ihrer Ausbildung und Ausrüstung

Das direkte Aufbieten über die **Einsatzzentrale 144** hat sich bewährt. First Responder rücken bei jedem Wetter und jeder Tageszeit aus; Sommer wie Winter.

Voraussetzung ist ein gültiges Zertifikat First Aid Stufe 2 IVR (inkl. BLS-AED komplett).

Kontakt Philipp Baschung (Tel. 078 / 612 37 20)

Gemischter Chor Rheinwald



Wir lassen zusammen unsere Stimmen erklingen

Der Verein «Gemischter Chor Rheinwald» wurde 1978 gegründet und trifft sich seither wöchentlich vom Herbst bis in den späten Frühling zum gemeinsamen Singen.

Wir pflegen ein umfangreiches Repertoire an Volksliedern in verschiedenen Sprachen für unterhaltende oder kirchliche Anlässe in der Region.

Unter der Leitung unseres kundigen Dirigenten Armon Ulber üben wir jedes Jahr für ein spezielles Themen-Konzert, welches wir in der Turnhalle Splügen oder an einem naturnahen Ort präsentieren.

Freude am Singen und an Geselligkeit eint uns.

Wenn möglich nehmen wir an Bezirks- und kantonalen Sängerfesten teil. Alle paar Jahre wird eine Chorreise organisiert.

Unsere Proben finden jeweils am Montag von 20:00 Uhr bis 22:00 Uhr im Gemeindesaal im Schulhaus Splügen statt.

Interessierte ab 16 Jahren sind zu Schnupperproben sehr willkommen.

Präsidentin: Sabina Trepp (Tel. 079 / 321 48 52)

Dirigent: Armon Ulber

Trachtagruppa Rhywald



Bei uns sind von jung bis alt alle herzlich willkommen.

Freude an Trachten, am Tanzen und Theaterspielen

Wir sind ein Verein, der Freude hat an den Trachten, am Tanzen, Theaterspielen und am geselligen Beisammensein. Wir wollen das Trachtenwesen pflegen und an die Jugend weitergeben, indem wir die einzigartigen schönen Trachten tragen, das Volkstanzen und den Volksbrauch (Theater) ausüben und die Kindertanzgruppe fördern. Dies geschieht vor allem an unseren Anlässen wie Heimatabenden, Seniorennachmittagen, Vereinsreisen und beim Mitwirken an Kantonalen und Eidgenössischen Veranstaltungen.

Die älteren Tänzerinnen und Tänzer treffen sich vor allem in den Wintermonaten am Freitagabend um 20:15 Uhr im Gemeindesaal in Nufenen und die Kindertanzgruppe am Samstagvormittag von 08:30 Uhr bis 10:30 Uhr, ebenfalls in Nufenen. Die Theaterspieler sprechen die Treffen mit den jeweiligen Spielern ab.

Kontakt Georg Trepp, Präsident
(Tel. 081 / 664 18 08)



Landfrauen Rheinwald



Alter: Frauen jeglichen Alters

Freude ist das Einzige, was sich verdoppelt, wenn man es mit anderen teilt.

Der Landfrauenverein Rheinwald ist ein Treffpunkt für Frauen jeden Berufes und Alters. Zum vielfältigen Jahresprogramm gehören Kurse, gemeinsame Ausflüge, aber auch Arbeitseinsätze bei Brunchs oder Apéros.

Der Landfrauenverein Rheinwald zählt knapp 35 aktive Mitglieder. Der Mitgliederbeitrag beträgt Fr. 20.-; gerne kann zuerst ein Jahr gratis geschnuppert werden. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Weitere Infos sind auf unserer Homepage zu finden: www.landfrauen-rheinwald.jimdo.com

Präsidentin Martina Lorez-Casanova (Tel. 079 / 209 90 88)

Geselliger Mittagstisch

Die Landfrauen organisieren jeweils am letzten Freitag im Monat ein Mittagessen in einem Restaurant im Rheinwald.

Die Teilnahme steht jedem frei. Publikationen und Anmeldeinformationen werden jeweils im «Pöschтли» publiziert.

Kontakt Josy Schorno (Tel. 079 / 723 51 22)

Montagskaffee für Frauen

Der Montagskaffee findet jeden Montag von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr im Restaurant Suretta oder Restaurant Zollhaus statt – einfach reinschauen.

Jassen

Für Frauen und Männer

Jeden Montagabend um 20:15 Uhr treffen wir uns im Restaurant Rheinwald in Nufenen. Wir freuen uns auf Euch, einfach reinschauen.

Kontakt Dionis Zinsli (Tel. 081 / 664 15 07)

Theatergruppe

Alle 2 bis 3 Jahre führen wir ein Theaterstück auf.

Wer Lust zum Mitmachen hat, meldet sich einfach spontan bei mir.

Kontakt Sandra Strub (Tel. 079 / 603 56 33)



SAC Sektion Piz Platta

Wir bieten Touren und Tourenwochen für Jung und Alt, sowie sektionsinterne Ausbildungs- und Rettungskurse.

Kontakt Schweizer Alpen-Club SAC, Sektion Piz Platta

praesi@sacpizplatta.ch

<https://sacpizplatta.ch/DE/home.html>



SAC Sektion Piz Platta

Die kleine, familiäre Sektion im Herzen von Graubünden



Fischereiverein

Der 1921 gegründete Fischereiverein Rheinwald zählt heute 106 Aktiv- und Passiv-Mitglieder jeglichen Alters.

Kontakt Werner Flütsch (Tel. 079 / 344 26 93)

www.fischer-rheinwald.ch



Jägerverein



Willkommen beim Jägerverein Rheinwald

Der Jägerverein Rheinwald verfolgt mit der Hege das Ziel, der gesamten Artenvielfalt einen Lebensraum zu erhalten, der eine artgerechte Entwicklung und Verbreitung der Fauna und Flora zum Zweck hat. Darunter fällt zum Beispiel die Biotophege wie das Mähen von Magerwiesen, welche weder von Vieh abgefressen noch von den Bauern genutzt werden. Mit dieser hegerischen Massnahme verhindert man das Einwalden und Verwachsen dieser für das Wild wertvollen Äsungsflächen.

Kontakt Frank Simmen (Tel. 076 / 506 66 68)

www.jagd-rheinwald.ch



Schützenverein Rheinwald

Der Schützenverein Rheinwald geht hervor aus der Fusion der bis dato bestehenden Schützenvereine der Talschaft Rheinwald, nämlich des Schützenvereins Nufenen-Hinterrhein, des Schützenvereins Splügen und des Schützenvereins Sufers.

Mit der Genehmigung der neuen Statuten am 1. April 2006 wurde der Zusammenschluss vollzogen und somit die Idee einer regionalen Schiessanlage in Sufers Crestawald mit dem neuen Schützenverein Rheinwald in die Tat umgesetzt.

Kontakt Ralph Hug (Tel. 079 / 751 12 10)

300 m Schiessstand Crestawald





Zweitwohnungsverein Rheinwald

Für Zweitwohnerinnen und Zweitwohner im Rheinwald

Der Zweitwohnungsverein Rheinwald, «myzhome-Rheinwald», fördert in konstruktivem Dialog den Kontakt und die Zusammenarbeit zu und mit den Behörden, den Organisationen, den touristischen und kulturellen Institutionen, den Unternehmungen und insbesondere zu der einheimischen Bevölkerung. Dabei vertritt er die Interessen seiner Mitglieder. Der Verein setzt sich für die Erhaltung der Wohnqualität im Rheinwald ein, indem er eine natur- und kulturnahe Entwicklung fördert und unterstützt. Dazu bringt er Ideen und Wünsche, aber auch Kontakte und Knowhow der Mitglieder ein. Weiter kann der Verein Projekte der Gemeinden und der Fraktionen unterstützen.

Der Verein «myzhome-Rheinwald» zählt zurzeit ca. 250 Mitglieder. Der Mitgliederbeitrag beträgt Fr. 40.- pro Jahr. Weitere Infos sind auf unserer Homepage www.myzhome-rheinwald.ch zu finden.

Präsident Stefan Hunger (Tel. 076 / 210 63 60)

SENIORINNEN UND SENIOREN

Pro Senectute Graubünden

Als Kompetenzzentrum fürs Alter bietet Pro Senectute Graubünden Sozialberatungen zu Altersfragen im Zusammenhang mit Finanzen, Gesundheit, Wohnen und Lebensgestaltung. Ein breitgefächertes Kurs- und Veranstaltungsangebot sorgt für geistige und körperliche Aktivität.

Pro Senectute Graubünden unterstützt Interessengruppen bei der Umsetzung ihrer Anliegen und Projekte und ist offen, bei Interesse neue Angebote und Kurse im Rheinwald zu lancieren.

Umgekehrt bietet Pro Senectute Graubünden verschiedene Plattformen, wo sich interessierte Personen als Freiwillige aktiv für ältere Menschen engagieren können.

Für Dienstleistungen und weitere Informationen wenden Sie sich direkt an:

Pro Senectute Beratungsstelle Mittelbünden, Neudorfstrasse 69, 7430 Thuis (Tel. 081 / 300 35 30)

Öffnungszeiten: Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 8:30 Uhr bis 12:00 Uhr

www.gr.prosenectute.ch

Seniorenturnen

Jeden Mittwochnachmittag von 13:30 Uhr bis 14:30 Uhr in der Turnhalle in Splügen.

Kontakt Emmi Jenni (Tel. 079 / 586 67 81)

Spitex Viamala



Die SPITEX VIAMALA ist der kompetente Ansprechpartner für sämtliche Spitexleistungen (Beratung, Pflege, Betreuung, hauswirtschaftliche Leistungen, psychiatrische Pflege und Mahlzeitendienst) in der Region Viamala mit den Talschaften Heinzenberg/Domleschg, Schams, Rheinwald und Avers.

Kontakt SPITEX VIAMALA, Spitalstrasse 4, 7430 Thusis (Tel. 081 / 632 23 00) oder spitexviamala@spitalthusis.ch

Öffnungszeiten: Mo-Fr: 08:00 Uhr bis 11:30 Uhr und 14:00 Uhr bis 15:30 Uhr (ausserhalb der Bürozeiten sprechen Sie uns bitte auf den Anrufbeantworter, wir werden uns dann bei Ihnen melden)

Palliativer Brückendienst Graubünden

Der Palliative Brückendienst unterstützt Schwerkranke und sterbende Menschen, sowie deren Angehörige zuhause (Schmerzbehandlung, Entscheidungsfindung, Patientenverfügung).

Kontakt Palliativer Brückendienst Graubünden Tel. 081 / 250 77 44

Weitere Unterstützungsangebote finden Sie auch unter www.palliative-gr.ch oder info@palliative-gr.ch

DIENTSTLEISTUNGEN

Rotkreuz-Fahrdienst

Benötigen Sie eine medizinische Fahrt, z.B. zum Arzt, zur Therapie und wieder zurück? Das Schweizerische Rote Kreuz Graubünden hilft Ihnen weiter.

Kontakt Rotkreuz Fahrdienst, Steinbockstrasse 2, 7000 Chur

Tel. 081 / 258 45 72

Fahrtanfragen Montag – Freitag von 08:30 Uhr bis 11:30 Uhr / mindestens 2 Arbeitstage vor der gewünschten Fahrt.

Bitte beachten Sie den separaten Flyer, welcher dieser Broschüre beiliegt.



Unter dieser Telefonnummer können Sie sich melden, falls Sie bereit wären, Personentransporte zu übernehmen!

Arztbesuche

Unser Arzt, Dr. Christian Kriegbaum, Italienische Strasse 35, 7435 Splügen, macht auch Hausbesuche; dies bei Bedarf des Patienten/Klienten.

Tel. 081 / 664 11 12, oder per Mail: c.kriegbaum@bluewin.ch

Kontaktstelle

Haben Sie Fragen oder Probleme, wenden Sie sich bitte an:

- Gemeinde Rheinwald – 081 / 664 11 28 – gemeinde@rheinwald.ch
Montag bis Donnerstag von 8:00 Uhr bis 12:00 Uhr
- Gemeinde Sufers – 081 / 664 10 10 – kanzlei@sufers.ch
Montag und Donnerstag von 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Einkäufe für den täglichen Bedarf - Einkaufsdienst

Wenn Sie nicht mehr in der Lage sind, Ihre Einkäufe selbst zu tätigen, bieten wir Ihnen einen Bestellservice an.

- Die aufgeführten Betriebe bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihren Bedarf telefonisch oder elektronisch (per Mail) zu bestellen.
 - Dorfladen, Sufers Tel. 081 / 664 12 33
sufers@prima.ch
 - Sennerei Splügen Tel. 081 / 664 13 33
sennerei@splugach.ch
 - Volg, Splügen Tel. 081 / 664 11 61
spluegen@volgladen.ch
 - Winker Bäckerei, Splügen Tel. 081 / 664 11 17
beck.winker@bluewin.ch
 - Volg, Nufenen Tel. 081 / 664 12 10
nufenen@volgladen.ch
- Die Lieferung ist grundsätzlich Ihre Sache, d.h. ist durch Sie zu organisieren. Allfällige Kosten gehen zu Ihren Lasten.
- Lieferdatum und -zeit sind mit den Verkaufsstellen zu vereinbaren. Auf eine rechtzeitige Bestellung ist zu achten.
- Die Lieferungen erfolgen in geeigneten Behältern.

Mahlzeitendienst

Wir stellen Ihnen frisch zubereitetes, gesundes Essen zur Verfügung!

- Von Montag bis Sonntag stellen wir Ihnen eine frisch zubereitete Mahlzeit zur Verfügung. Diese besteht in der Regel aus Suppe, Salat, Hauptspeise und Dessert.
- Zubereitet werden die Mahlzeiten täglich frisch von den Küchenteams der folgenden Betriebe:
 - Hotel Seeblick, Sufers
Tel. 081 / 664 11 86 – info@seeblick-sufers.ch
 - Hotel Bodenhause, Splügen
Tel. 081 / 650 90 90 - info@hotel-bodenhause.ch
 - Restaurant Rheinwaldstube, Nufenen
Tel. 081 / 664 13 90 – info@rheinwaldstube.ch

Die Bestellungen sind direkt an eines der Restaurants zu richten. Achten Sie bitte auf rechtzeitige Auftragserteilung.

- Es werden hauptsächlich saisonale Produkte verwendet.
- Das Essen wird in Porzellan-Geschirr in einer Wärmebox geliefert.
- Umständliches Einkaufen und aufwändiges Kochen sowie das Abwaschen des Geschirrs entfallen für Sie.
- Der Preis pro Mahlzeit beträgt je nach Zusammensetzung Fr. 20.-- bis Fr. 25.--.
- Im Preis inbegriffen ist die Reinigung des Geschirrs und der Wärmebox.
- Die Mahlzeiten können bei den jeweiligen Gastrobetrieben direkt abgeholt oder bei Bedarf nach Hause geliefert werden. Um eine Lieferung in Ihrem Dorf zu organisieren, melden Sie sich bitte bei Oliver Santschi (Tel. 081 / 664 11 16).

MUSEEN

Festungsmuseum Crestawald



Ziel des Vereins

- Sicherstellung des Betriebs des Festungsmuseums Crestawald
- Organisieren des Betriebs während den offiziellen Öffnungszeiten
- Organisation von ausserordentlichen Führungen und Veranstaltungen
- Organisation von Anlässen und Exkursionen, die im Zusammenhang mit militärhistorischen Gegebenheiten stehen
- Pflege der Kameradschaft

Falls Sie Lust haben, können Sie sich als Vereinsmitglied beim Betrieb (Restaurant, Küche, Führung, Kiosk) oder Unterhalt der Anlage engagieren.

Kontakt Hans Stäbler (Tel. 079 / 353 51 75) – hstaebler@crestawald.ch

www.crestawald.ch



Museum Rheinwald

Eine einzigartige und interaktive Reise durch Raum und Zeit

Das Museum Rheinwald hat seine Tore im Johann Paul von Schorsch-Haus im Splügner Oberdorf ab dem 17. Mai 2025 geöffnet. Die neue, interaktive Ausstellung bietet den Besucher:innen ein umfassendes Erlebnis. Historische Objekte, spannende Filmaufnahmen, Erlebnisstationen und Erzählungen machen die Vergangenheit und Gegenwart des Rheinwalds lebendig. Die drei Museumsräume thematisieren die verschiedenen Epochen und Facetten des Rheinwalds. Geschichte und Kultur werden erlebbar.

Das neue Konzept des Museums zeichnet sich durch seine innovativen Vermittlungsmethoden aus. Die Ausstellung ist dreisprachig gestaltet (Deutsch, Englisch, Italienisch) und soll so eine breite Zielgruppe ansprechen – von kulturinteressierten Erwachsenen bis hin zu Familien mit Kindern. Für die kleinen Besucher:innen gibt es einen spannenden Kinder-Museumsführer, welcher sie durch das Museum begleitet und mit Rätseln zu einer Entdeckungstour einlädt. Die Broschüre ist im Museumseingang erhältlich.

Praktische Informationen

Öffnungszeiten:

März bis Oktober:	09:00 – 21:00 Uhr
November bis Februar:	09:00 – 19:00 Uhr

Eintritt:

Erwachsene:	CHF 5.00
Familien:	CHF 10.00



Kontakt für weitere Informationen

www.museum-rheinwald.ch oder info@museum-rheinwald.ch

Stiftung Walserkultur

Die Stiftung zur **Wahrung der Walser Kultur an der Bernhardinstrasse** wurde von sechs Rheinwalder 2016 gegründet. Sie hat sich zur Aufgabe gemacht, das noch vorhandene Kulturerbe der rheinwalder Walser zu sichern.

Projekt Walserama:

2016 konnte der grosse Bünlastall erworben werden, eine historische Suste von ca. 1680, aus der Zeit der »Port« im Freistaat der Drei Bünde. Die Immobilie wird seit Beginn 2017 zum **WALSERAMA** ausgebaut. Ende 2022, war das **WALSERAMA** zu 82 % ausgebaut, somit sind 13 der 14 Ausstellungssäle fertiggestellt.



Im **WALSERAMA** sind Hunderte von Exponaten ausgestellt, von der kleinsten »Nähnadel« bis zu den grossen Splügenberg und Bernhardin »Postkutschen und Postschlitten«. Die Exponate führen den Besucher zurück in die verschiedenen Lebensbereiche der alten Walser.

Projekt Walserstall:

2021 wurde der Stiftung der vermutlich älteste »nachweisbare« Walserfeldstall in Nufenen geschenkt. 2022 wurde der alte, im Jahr 1656 erbaute Stall renoviert und für spätere Generationen erhalten. Zu einem späteren Zeitpunkt sollten dort die »landwirtschaftlichen« Exponate ausgestellt, sowie eine »alte« Walser Einstallung nachgestellt werden.



Führungen auf Deutsch, Französisch, Englisch und Italienisch
Anmeldung (Tel. 081 / 664 14 14) - www.stiftung-walserkultur.info

Postkartengalerie KABINETLI Hinterrhein



Eine kleine, aber feine Ausstellung antiker Ansichten von Hinterrhein und Umgebung - grösstenteils aus der 1. Hälfte des 20. Jahrhunderts.

Begleitet durch eine Führung lebt «die Welt von gestern» und der Kontrast zu heute auf den Bildern neu auf - die Vergangenheit unseres Dorfes, des Bernhardinpasses, des Rheinwalds, aber auch die seiner Nachbartäler (Mesolcina, Valsertal und Valle San Giacomo). In Folge des Passwesens und gegenseitiger wirtschaftlicher und familiärer Verflechtungen (Säumerei und Pferdepostwesen) wurde die Nachbarschaft damals aktiver gelebt als heute.

Die abwechslungsreiche Schau öffnete am 20. September 2020 ihre Türen für Besucherinnen und Besucher.

Die **regulären Öffnungszeiten** werden **im Sommerhalbjahr mit den Dorfführungen koordiniert** (jeweils vorgängig an diese von 14:30 bis 16:15 Uhr). **Im Winterhalbjahr ist die Ausstellung an ausgesuchten Tagen von 16:30 bis 18 Uhr geöffnet.** Bitte hierzu den Veranstaltungskalender von Viamala Tourismus und/oder meine Webseite konsultieren.

Anmelden auf Viamala Tourismus oder direkt e.haslerstoffel@bluewin.ch oder via Tel./SMS auf 079 / 754 96 01

<https://www.kabinet-altesneuerleben.ch/postkartengalerie-kabinetli/>

Auf Anfrage individuelle Termine.

Adresse Haus Kabinet, Obere Gasse 10, 7438 Hinterrhein

Kontakt Elisabeth Hasler-Stoffel, Haus Kabinet, Obere Gasse 12, 7438 Hinterrhein

Tel. 081 / 6641137 - Handy 079 / 7549601

Mail e.haslerstoffel@bluewin.ch



Gilli's Museum

Gillis Museum ist ein Kleinstmuseum, welches Alltagsgegenstände aus dem ländlichen Umfeld, wie Landwirtschaft, Passverkehr und Reisen (Säumen), Medizin, Handwerk, Haushalt, Politik und textiles Werken zeigt. Die Gegenstände reichen zurück bis ins Jahr 1618. Die Objekte wurden von verschiedenen Generationen der Familie Gilli in Sufers gesammelt und stammen daher mehrheitlich aus Sufers. Sie beinhalten aber auch ganze gebündelte Jahrgänge von Amtsblättern und Grossrat-Protokollen ab 1851, eine Kommilitonen Kappe aus der Gymnasialzeit des Urgrossvaters/ Uronkels Christian und Julius Gilli in Chur ca. 1890, Uniformen, Säumer-Gegenstände, Landkarten etc. Die restlichen Gegenstände entstammen der lokalen Walser-Kultur und gehören seit Generationen zum Hof Gilli.



Das Ziel von «Gillis Museum» ist es, das kulturelle Erbe der Vorfahren zu erhalten und heutige Generationen für die frühere Lebensweise zu sensibilisieren. Das Museum beinhaltet zwei Räume und eine Laube im traditionellen Bauernhaus in Sufers. Die Sammlung war jahrelang unter Verschluss im sogenannten «Altertümmerg-mach». Die Familie Gilli hat diese Objekte 2015 ausgeräumt, gereinigt und thematisch geordnet sowie der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Die Familie Gilli kennt noch heute einen grossen Teil der Geschichten der Gegenstände.



Der zweite Teil der Sammlung beinhaltet eine Kollektion von Präparaten von heimischen Vogelarten und durchziehenden Vögeln. Die Sammlung zählt rund 70 Vogelpräparate (Stand Januar 2023). Darunter finden sich Seltenheiten wie der Mauerläufer, Schneesperlinge, die Alpenbraunelle, das Stein- und Haselhuhn oder der Fichtenkreuzschnabel.

Das Museum ist auf Anfrage geöffnet. In den Wintermonaten finden zudem Lesungen zum Thema der Walser und der Landwirtschaft im «Altertümmerg-mach» statt. Die Familie Gilli begleitet die Besucher/innen in der Ausstellung und teilt ihr Wissen zu den Objekten mit den Interessierten.



Kontakt Regula Gilli-Aschmann, Mail: sgillis@bluewin.ch, Tel. 079 / 782 56 91

Adressen & Telefonnummern

Gemeindeverwaltung Rheinwald / Kontaktstelle

081 / 664 11 28

Oberdorf 40, 7435 Splügen

www.rheinwald.ch gemeinde@rheinwald.ch

Schalteröffnungszeiten: Montag bis Donnerstag, von 8:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Gemeindeverwaltung Sufers / Kontaktstelle

081 / 664 10 10

Poststrasse 13, 7434 Sufers

www.sufers.ch kanzlei@sufers.ch

Schalteröffnungszeiten: Montag und Donnerstag, von 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Arzt

081 / 664 11 12

Dr. Christian Kriegbaum

Italienische Strasse 35, 7435 Splügen

c.kriegbaum@bluewin.ch

Spital Thusis

081 / 632 11 11

Alte Strasse 31, 7430 Thusis

www.spitalthusis.ch

Evang.-ref. Pfarramt

081 / 664 11 16

Pfr. Oliver Santschi

Unterdorfstrasse 14, 7434 Sufers

www.kirche-rheinwald.ch

Röm.-kath. Pfarramt

081 / 661 11 39

Pfr. Don Klaus Rohrer

Tranter Flimma 45B, 7440 Andeer

www.kath-andeer-spluegen.ch

Schule Rheinwald

081 / 664 17 87

www.schulerheinwald.ch

Lehrerzimmer:

081 / 664 14 10

Kindergarten:

079 / 284 62 59