Nummer 53 Herbst 2026

aktives alter olten



Mehr als ein voller Teller 4
Die Grauen Panther 8
Wo wohnen im Alter? 12
Herkunft verbindet 18

MEIER +CO



Treppenlifte

Sitzlifte | Aufzüge | Plattformlifte

Service schweizweit, kostenlose Beratung

MEICOLIFT | MEICOMOBILE | MEICOSERVICE

Meier + Co. AG, Oltnerstrasse 92, 5013 Niedergösgen
Telefon 062 858 67 00, info@meico.ch, www.meico.ch

He! - Was hesch gseit?

Haben Sie das Gefühl, dass Sie weniger gut hören und verstehen als früher? Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Das Team von Pro Audito Region Olten berät Sie kostenlos und unverbindlich in allen Fragen im Zusammenhang mit einer Hörbehinderung.

-Soll ich zuerst zum Ohrenarzt oder zum Akustiker?
-Ab wann braucht man Hörgeräte?
-Wie kann ich Angebote für Hörsysteme vergleichen?
-Wer bezahlt im IV/AHV-Alter?
-Welche weiteren Möglichkeiten zur Verbesserung der Verständigung gibt es?
-Welche Hilfsmittel gibt es zum Telefonieren und Fernsehen?

Rufen Sie uns einfach an 062 213 88 44

Pro Audito Region Olten

Einladung

Jetzt letzte Einheiten sichern

Besuchen Sie das neue Tertianum Usego-Park

Wohnangebot:
+ 24 x 2.5-Zimmer-Wohnungen mit 24-Std. Notrufsystem
+ 60 x Einzel-Pflegezimmer

Pflegeleistungen:
+ Langzeitpflege
+ Kurzzeit- und Entlastungspflege
+ Palliative Pflege im letzten Lebensabschnitt
+ Hausinterne Spitex

Jeden Dienstag von 14.00 – 15.00 Uhr Besichtigung der Wohnungen und Pflegezimmer ohne Anmeldung mit Kaffee und Kuchen. Oder vereinbaren Sie einen individuellen Besichtigungstermin.



Tertianum Usego-Park
Solothurnerstrasse 221 • 4600 Olten
Tel. 062 545 70 70
usegopark@tertianum.ch
usegopark.tertianum.ch

TERTIANUM

Editorial

Auch mal fauchen

Liebe Leserinnen, liebe Leser
Das rote Bootshaus des Ruderclubs Olten bei der Bahnhofbrücke soll erneuert werden. Als Vertreter der IG aktives alter war ich zur Präsentation der Projektidee eingeladen. Vor 100 Jahren hat das Oltner Architekturbüro von Arx-Real dieses schmucke Holzhaus errichtet. Dem Architekten Arnold von Arx, Teilhaber dieses Büros, begegnen Sie in der Rubrik «Damals» auf Seite 14 dieses Heftes. Zurück zum Bootshaus. Am Informationsanlass sagte ich: «Dieses Gebäude ist überraschend modern, es ruht auf Betonstelzen. Das ist ideal, um die von der Winznauerbrücke herführende Eggerallee unter dem Haus hindurch direkt zur Aareplattform vor dem Bahnhof weiterzuleiten. Für alle, die nicht gut zu Fuss sind, ist es eine Zumutung, vor dem Bootshaus auf das Niveau der Strasse hochzugehen, um nach wenigen Metern wieder zur Unterführung hinabzusteigen.»
Die Einwände kamen prompt: «Man sieht beim Pontonierhaus, wieviel Unrat der Werkhof dort täglich wegschaffen muss!» Und: «Gut, dass die Langsamverkehrsroute beim Ruderhaus hoch, danach wieder runter geht; so werden die rasenden E-Bikes ein wenig abgebremst!» – Wer so argumentiert, überlässt den öffentlichen Raum den Rücksichtslosen. Das Nachsehen haben diejenigen, die sich an die Regeln halten oder sich nicht wehren können. Und das sind oft die älteren und behinderten Menschen.
Glücklicherweise setzen sich einzelne Personen und Organisationen für die Anliegen der Seniorinnen und Senioren ein. Dazu zählen die Grauen Panther; diese Organisation wird im Magazin auf Seite 8 vorgestellt. Wie der Name sagt, wollen die Panther nicht nur Schmusekätzchen sein, sondern wenn nötig auch fauchen. *Eugen Kiener*

Der Gemeinnützige Familienverein Olten jubilierte

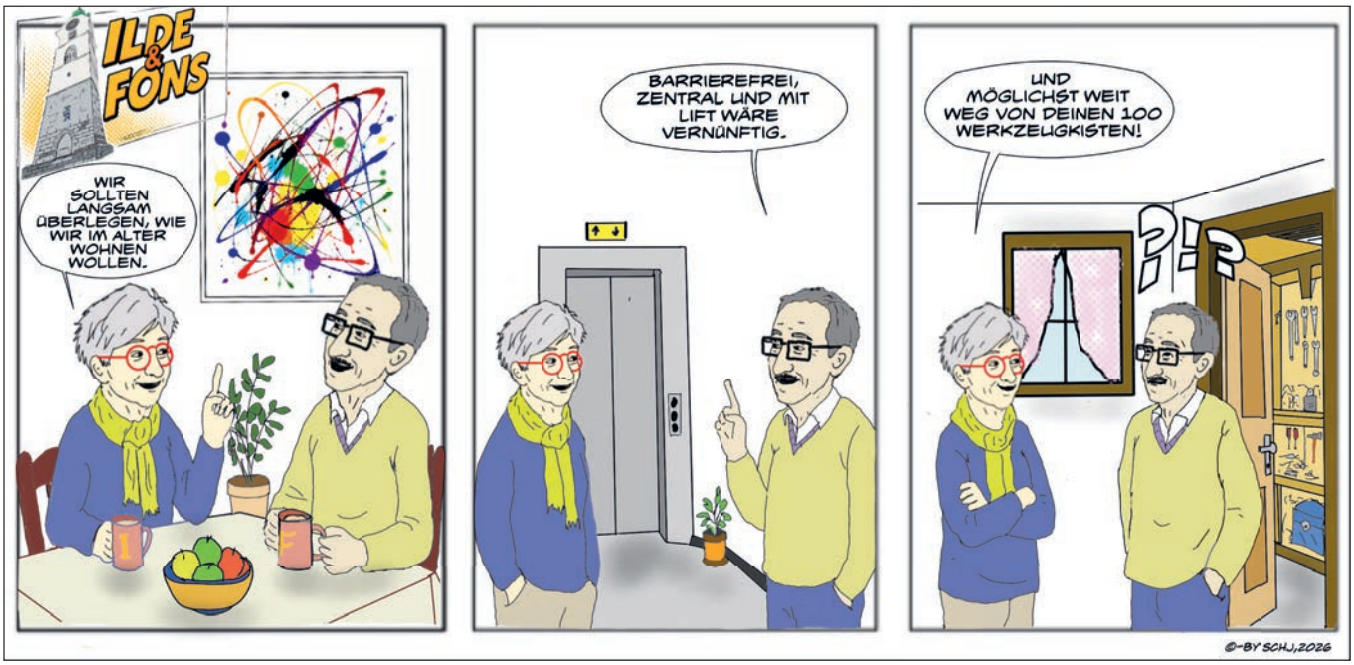
80 Jahre gelebte Solidarität

Mit über 800 Mitgliedern ist der Gemeinnützige Familienverein (GFVO) eine der grössten Organisationen der Stadt Olten. Im August feierte der von Doris Meister geleitete Verein seinen 80. Geburtstag. Regierungsrätin Susanne Schaffner erinnerte in ihrer Gratulationsbotschaft an die Jahre des Zweiten Weltkriegs, in denen Frauen in der Sozialarbeit Grosses leisteten. Dies bewog 1946 Oltnerinnen, einen Verein zu gründen, um ihre gemeinnützige Tätigkeit fortzuführen. Stadtpräsident Thomas Marbet würdigte den Wert der vom GFVO geleisteten Freiwilligenarbeit.
Den GFVO zeichnet aus, dass er immer innovativ war. Mehrfach ist es in seiner Geschichte vorgekommen, dass von ihm aufgebaute Dienstleistungen in die Obhut von staatlichen Einrichtungen übergingen. Doch stets fand er neue Aufgaben, für die einzusetzen, es sich lohnte. Jana Fehrensen, Zentralpräsidentin des



Jana Fehrensen und Doris Meister

schweizerischen Dachverbandes, wünschte dem GFVO denn auch, dass er stets genügend Mitglieder finde, die bereit sind, sich zu engagieren, damit er seine Innovationskraft erhalten kann. Die Bereitschaft zum Neuen hat der GFVO im letzten Vereinsjahr bewiesen, als er seinen Namen von Frauen- in Familienverein umwandelte. ek.



Ein Besuch im Restaurant Kolpinghaus

Mehr als nur ein voller Teller

30 Jahre Restaurant Kolpinghaus – das sind nicht nur 30 Jahre gefüllte Teller, sondern vor allem 30 Jahre voller Begegnungen. Die Menschen, die hier zufällig oder regelmässig einkehren, bekommen nicht nur ein gutes Menü serviert, sondern immer auch ein paar freundliche Worte und ein offenes Ohr.



Elisabeth Andres freut sich auf das Mittagessen, das ihr von Fredy Kammermann an die Hochgasse in Trimbach geliefert wird.

Wenn sich am Telefon eine freundliche Stimme mit «Nadia» oder «Flavia» meldet, weiss man in Olten sofort, wohin die Reise geht: ins Restaurant Kolpinghaus an der Ringstrasse. Die beiden Vornamen gehören zu den Schwestern Nadia Thomann und Flavia Deschwanden. Seit 30 Jahren führen sie das beliebte Lokal – und sind längst weit mehr als bloss die Wirtinnen vom Kolpinghaus.

1996 übernahmen die damals erst 20- und 23-jährigen Schwestern das gemütliche Gastlokal. Nadia hatte ihre Kochlehre im Chäppeli in Trimbach abgeschlossen und anschliessend das Wirtepatent erworben. Flavia war gelernte Servicefachfrau. Beide hatten bereits in verschiedenen Gastrobetrieben gearbeitet und waren sich bald einig: Gemeinsam wollten sie den Schritt in die Selbstständigkeit wagen. Mit wenig Berufserfahrung, aber viel Mut, Tatkraft und der Unterstützung ihrer Eltern bewarben sie sich um die Führung des Restaurants. Und tatsächlich: Sie erhielten den Zuschlag.

«Die Beiz ist unser Baby»

«Wir leben Familie im wahrsten Sinne des Wortes, und die Beiz ist ganz klar unser Baby», sagt Flavia. Die beiden Schwestern sind ein eingespieltes Team. «Wir müssen weder über Ferien noch übers Geld diskutieren. Frauenpower eben.»

Das Kolpinghaus ist ein Ort, an dem man sich kennt – und wo man auch als Fremder schnell bekannt wird. Von Montag bis Samstag bleibt über Mittag kaum ein Tisch frei. Im Sommer kommen zusätzliche Plätze vor dem Haus dazu.

Die Gäste könnten unterschiedlicher kaum sein: Der Arbeiter sitzt neben dem Anwalt, die Zahnärztin plaudert mit einer zwölfjährigen Schülerin. Und wer nicht gerne alleine sitzt, findet einen Platz am langen «Familientisch». «Wenn man in unserem Restaurant seine Ruhe haben will, ist man am falschen Ort», meint Flavia augenzwinkernd. Denn im Kolpinghaus wird nicht nur gegessen, sondern auch geredet, gelacht und zugehört.

Auf den Teller kommt bodenständige Hausmannskost. Keine exotischen Kreationen, sondern Gerichte, die man kennt und die bei vielen Erinnerungen an früher wecken. Wenn Ghackets und Hörnli, Käse- oder Fotzelschnitten auf dem Menü stehen, leuchten so manche Augen. Und dann gibt es noch die legendären «Kuttel-Wochen». Wer dieses traditionelle Gericht liebt, trägt die entsprechenden Tage schon lange im Voraus im Kalender ein.

Mahlzeitendienst für Stammgäste

Während der Corona-Pandemie musste auch das Kolpinghaus seine Türen schliessen. Für Nadia und Flavia kam jedoch nicht infrage, ihre zum Teil hochbetagten Stammgäste einfach sich selbst zu überlassen. «Wir konnten unsere älteren Gäste doch nicht einfach im Stich lassen.» Kurzerhand bauten die beiden einen Hauslieferdienst auf. Frisch gekochte Menüs wurden direkt nach Hause gebracht. Aus dem anfänglichen Notbehelf wurde ein Angebot, das bis heute Bestand hat.

Während der Pandemie wurden täglich zwischen 40 und 73 Haushaltungen beliefert. Transportboxen mussten angeschafft werden, ebenso passendes Geschirr. «Kein Plastikgeschirr», betont Flavia. Und während viele andere Betriebe stillstanden, waren die beiden Schwes-





Die Schwestern Flavia (links) und Nadia sind im Restaurant Kolping sowohl für die wohlschmeckenden Speisen wie auch für die herzliche Atmosphäre verantwortlich.



Wirtshausschild des Restaurants «Kolpinghaus»

tern beschäftigt: «Wir waren während Corona keine einzige Stunde arbeitslos.»
Auch nach der Wiedereröffnung des Restaurants trauten manche älteren Menschen noch nicht, sich wieder in eine grössere Gesellschaft zu setzen. Sie hatten den Hauslieferdienst schätzen gelernt und wollten ihn nicht mehr missen. Heute werden eine grössere Firma sowie rund 35 Haushaltungen in Olten und Trimbach beliefert. Die älteste Kundin ist 101 Jahre alt und lebt noch selbstständig.
Doch die Lieferung besteht aus mehr als einem warmen Menü. «Selbstverständlich führen wir, wenn dies erwünscht ist, mit unseren Kundinnen und Kunden täglich ein kurzes Gespräch. Wir fragen nach ihrem Befinden und benachrichtigen Angehörige, wenn wir das Gefühl haben, dass etwas nicht stimmt. Für manche ältere Menschen sind wir die einzigen Personen, die an diesem Tag an der Haustür klingeln. Da gehört ein kleiner Schwatz einfach dazu. Und das alles zu einem erstaunlich bescheidenen Preis: Für Oltnerinnen und Oltner auf der linken Aareseite kostet das warme Menü inklusive Lieferung 17 Franken pro Tag. Wer auf der rechten Aareseite oder ausserhalb Oltens beliefert wird, bezahlt fünf Franken mehr.

Auch im Restaurant selbst spielt Gemeinschaft eine grosse Rolle. Alle drei Wochen wird ein grosser Tisch für die Kolpingsfamilie Olten & Umgebung reserviert. Vereinsmitglieder übernehmen den Service. Zwei, manchmal drei Männer treffen sich mit 25 bis 30 Frauen zum gemeinsamen Mittagessen. Es wird gegessen, erzählt, gelacht und diskutiert. Niemand muss allein am Tisch sitzen. Und wenn der Nachmittag zu Ende geht, freuen sich bereits alle auf das nächste Treffen.

Vom Geburtstag bis zur Abdankung
Das Angebot des Kolpinghauses beschränkt sich längst nicht auf den täglichen Mittags- und Abendbetrieb. Nadia und Flavia sind zur Stelle, wenn irgendwo eine Feier stattfindet, auch wenn ein Anlass weniger erfreulich ist. So arbeiten sie beispielsweise mit einem Oltner Bestattungsinstitut zusammen und übernehmen auf Wunsch das Catering nach einer Abdankung oder Beerdigung.
Ebenso gehören Geburtstagsfeiern, Firmenanlässe und andere Veranstaltungen zum Alltag. Im vergangenen Sommer bewirteten die beiden bei extremer Hitze im Klostergarten eine grosse Gästeschar. Erst morgens um vier Uhr kamen sie todmüde, aber glücklich ins Bett.
Zu den treuen Gästen zählen auch Feuerwehr und Polizei. Zweimal im Jahr laden Nadia und Flavia sie – ebenso wie ihre Lieferanten – zu einem gemeinsamen Essen ins Kolpinghaus ein. Denn wer tagtäglich dafür sorgt, dass Fleisch, Gemüse, Getränke und alles andere zuverlässig geliefert werden, soll nicht immer nur bringen. Er oder sie darf auch einmal Platz nehmen, essen, erzählen und lachen.

Text: Sibylle Scherer;
Fotos: Dieter Graf

An einem warmen Oktobertag geniessen die Kolping-Stammgäste ihren Aperitif noch an einem der Tische vor dem Restaurant in der Ringstrasse.



FOKUS-PLUS

Fachstelle Sehbehinderung

Beratung sowie Kurs- und Freizeitangebote für Menschen mit Seheinschränkungen

Fokus-plus
Fachstelle Sehbehinderung
Baslerstrasse 66
4600 Olten

Tel. 062 212 77 20
info@fokus-plus.ch
www.fokus-plus.ch

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO

FOKUS-PLUS

Fachstelle Sehbehinderung

Fokus-plus, die einzige Fachstelle für sehbeeinträchtigte Menschen im Kanton Solothurn mit Sitz in Olten, sucht:

Ehrenamtliche Vorstandsmitglieder

Der Vorstand braucht Verstärkung, damit auch in Zukunft die Aufgaben im Interesse unserer Klientinnen und Klienten auf strategischer Ebene bewältigt werden können.

Für mehrere Bereiche suchen wir engagierte Personen:

- Fundraising
- Medienarbeit
- Öffentlichkeitsarbeit
- Vernetzung
- Protokollführung

Auskunft erteilt Ihnen gerne:

Bernhard Süess, Präsident Fokus-plus
E-Mail: bernhard.sueess@bluewin.ch
Telefon: 079 215 85 63

Rathskeller Olten
Altschweizerische Trinkstube

Rathsstube & Bar

Klosterplatz 5, 4600 Olten
Tel. 062 212 21 60 www.rathskeller.ch

Das Restaurant im Herzen der Altstadt

HOTEL TAVERNE
ZUM KREUZ

Kreuz Olten GmbH
Hauptgasse 18, 4600 Olten
Tel. 062 212 78 18 www.kreuzolten.ch

Im Herzen der Altstadt



Tagesstätte Sonnegg erzielt Spitzenwerte

Wohlbefinden und Herzlichkeit sind angesagt

Die Tagesstätte Sonnegg im Alters- und Pflegeheim Brüggli Dulliken, welche täglich bis zu acht Gäste empfängt, unterzog sich einer Zufriedenheitsbefragung der terzStiftung. Diese ergab bei Gästen, deren Angehörigen und Mitarbeitenden hervorragende Bewertungen und bestätigte die hohe Qualität der Tagesbetreuung. Besonders beeindruckend ist die Gesamtbewertung der Tagesgäste mit 9,7 von 10 Punkten.

Die Rückmeldungen der Tagesgäste zeigen eindrücklich, weshalb die Tagesstätte Sonnegg so geschätzt wird. Besonders hervorgehoben werden die Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft der Mitarbeitenden, die abwechslungsreichen Aktivitäten sowie das Gefühl, gut aufgehoben zu sein. Die familiäre Atmosphäre prägt den Alltag und wird in zahlreichen persönlichen Rückmeldungen ausdrücklich erwähnt. Spaziergänge im Garten, Begegnungen mit den Tieren, Aktivitäten auf dem Balkon sowie die Möglichkeit, eigene Wünsche und Interessen einzubringen, tragen wesentlich zur hohen Zufriedenheit bei. Entsprechend würden sämtliche befragten Gäste die Tagesstätte uneingeschränkt weiterempfehlen.

Die Tagesstätte Sonnegg bietet seit 1988 alleinstehenden und betreuungsbedürftigen erwachsenen Menschen aus der Region Olten-Gösgen ein zweites Zuhause an. Sie war lange in Olten beheimatet und ist Mitglied der IG aktives alter olten und umgebung. pd.



Sie freuen sich über die ausgezeichnete Beurteilung der Tagesstätte Sonnegg: v.l.n.r. Danilo Fazari, Leitung Finanzen und Administration, Felix Häuser, Geschäftsleitung, Fabienne Sidler, Leitung HR, Lydia Schenker, Teamleitung Tagesstätte Sonnegg, Martin Gübeli, Pflegedienstleitung, Thomas Elias terzStiftung (Foto: pd.)



Spitex Region Olten

Überall für alle SPITEX Region Olten

Beratung • Hauspflege • Haushilfe

Ihr lokaler Partner für pflegerische und hauswirtschaftliche Leistungen seit 1903
• freundlich
• kompetent
• bedarfsorientiert

Werden Sie Mitglied (CHF 40 pro Jahr) und profitieren Sie von vergünstigten Hauswirtschaftsleistungen.

Spitex Region Olten
Baslerstrasse 150
4600 Olten
062 212 24 50

www.spitexregionolten.ch



HAUS ZUR HEIMAT

ALTERS- UND PFLEGEHEIM HAUS ZUR HEIMAT

Das Alters- und Pflegeheim "Haus zur Heimat" befindet sich als einziges Altersheim auf der rechten Aareseite der Stadt Olten. In unmittelbarer Nähe zum Vögeligarten und der Friedenskirche liegt es mitten in einem attraktiven Wohnquartier.

WARUM DAS HAUS ZUR HEIMAT?
- SCHÖNER JURABLICK
- EINZELZIMMER
- PAARZIMMER
- BUSHALTESTELLE VOR DEM HAUS
- MITTAGSTISCH FÜR EXTERNE GÄSTE
- VOLLPENSION
- COIFFURE, FUSSPFLEGE UND PODOLOGIE IM HAUS

RUFEN SIE DOCH EINFACH AN!
FÜR AUSKÜNFTE, BESICHTIGUNGEN UND INFORMATIONEN STEHT IHNEN FRAU VERA DUARTE GERNE ZUR VERFÜGUNG.

062 287 55 75 info@hauszurheimat.ch

WWW.HAUSZURHEIMAT.CH

Die Grauen Panther – ein Verein, der Spuren hinterlässt

Für mehr Tempo in der Alterspolitik

Der Verein Graue Panther Olten und Umgebung hat aktuell 160 Mitglieder. Er setzt sich auf politischer und gesellschaftlicher Ebene für die Rechte älterer Menschen ein und fordert mehr Tempo in der Alterspolitik. Es geht dabei in erster Linie um die Erhaltung der Würde und der Selbstbestimmung im Alter und um das Zusammenleben aller Generationen.



Erwartungsvoll besammeln sich die Teilnehmenden vor den Toren des Werkhofes.

Im Dezember 2009 wurde der Verein Graue Panther Olten und Umgebung gegründet. Damals wie heute ist Ruedi Fasnacht aus Kappel Präsident. Vizepräsidentin ist Yvonne Berner aus Oensingen.

Frauen waren bei den Grauen Panthern oft die Pionierinnen der ersten Stunde. Der Name Graue Panther stammt ursprünglich aus den USA, er ist eine bewusste Anlehnung an die afroamerikanische Bürgerrechtsbewegung Black Panthers. Maggie Kuhn gründete 1970 ein politisches Netzwerk gegen Altersdiskriminierung. Ein Fernsehmoderator nannte diese Gruppe scherzhaft Gray Panthers. Gray stand dabei für die grauhaarige ältere Generation. 1972 übernahm die Organisation diesen Namen.

In Deutschland gründete Trude Unruh 1975 unter dem Namen Graue Panther einen Senioren-Schutzbund, aus dem später eine kleine politische Partei werden sollte. Die erste Schweizer Gruppe wurde 1986 in Basel gegründet, nachdem Therese Zaugg dort bereits 1984 eine Selbsthilfegruppe für ein Projekt für selbstbestimmtes Wohnen im Alter ins Leben gerufen hatte. Das Wohnprojekt scheiterte, aber einige Gruppenmitglieder gründeten 1986 die Regionalgruppe Graue Panther Nordwestschweiz. In den folgenden Jahren bildeten sich ähnliche Vereine an verschiedenen Orten in der Schweiz, die jedoch parteipolitisch und konfessionell neutral waren.

Abwechslungsreiche Veranstaltungen

Die Mitglieder des Vereins Graue Panther Olten und Umgebung organisieren und besuchen regelmässig Veranstaltungen verschiedenster Art. Neben der jährlichen Generalversammlung handelt es sich beispielsweise um Referate, Podiumsdiskussionen, Lesungen oder um Besichtigungen mit fachkundiger Führung. Aber auch gemütliches Beisammensein findet Platz, zum Beispiel ein Grillnachmittag. Eine Fotogalerie mit Bildern von vergangenen Anlässen steht auf der Website grauepanther-olten.ch zur Verfügung.



Vorstandsmitglied Walter Stutz begrüsst die Gruppe und informiert über den Ablauf. Im Hintergrund das Vereinslogo.

Am 14. Oktober 2026 stand erneut ein Anlass auf dem Programm der Regionalgruppe Olten, nämlich die Besichtigung des Werkhofes. Gegen 15 Uhr versammelten sich die angemeldeten Personen, um Interessantes über diese für das öffentliche Leben in der Stadt äusserst wichtige Dienststelle zu erfahren.

Respekt für die Arbeit des Werkhofs

Walter Stutz, Vorstandsmitglied der Grauen Panther, begrüsste die Vereinsmitglieder. Der Leiter des Werkhofes, René Wernli, stellte anschliessend den Teilnehmenden in einem Referat die wichtigsten Aufgaben seines Betriebes vor, wie, die Reinigung und den Unterhalt von Maschinen, Fahrzeugen und Anlagen, den Winterdienst, die Beseitigung von Unwetterschäden und die



Eine saubere Sache: Alle Fahrzeuge werden regelmässig gewartet und gereinigt.

Pflege der öffentlichen Infrastruktur. Leider musste er auch von Unerfreulichem wie Vandalismus und Littering berichten. Beim anschliessenden Rundgang erhielten die Teilnehmenden einen direkten Einblick in verschiedene Bereiche.

Bestimmt haben der Respekt und die Wertschätzung für das Werkhof-Team, welches seine anstrengende Arbeit zugunsten der Bevölkerung bei jedem Wetter erledigen muss, bei den Teilnehmenden zugenommen.



Nach seinem Referat beantwortet Werkhofleiter René Wernli auf dem Rundgang viele Fragen zum Recycling.



Beim Apéro erhalten die Grauen Panther ein Geschenk: Mehrwegsäckli zum Einkaufen mit weiterem nützlichem Inhalt.

Lobbyarbeit statt Parteipolitik

Die Grauen Panther sehen sich als Sprachrohr der älteren Generation. In Bereichen wie Altersdiskriminierung, Steuern, Altersarmut und Pflegekosten bekämpfen sie offensichtliche Missstände und Ungerechtigkeiten. Sie fördern den Austausch und die Solidarität zwischen den Generationen und beschäftigen sich mit zukünftigen Lebens- und Wohnformen für ältere Menschen. Durch ihre aktive Teilnahme am Meinungsbildungsprozess setzen sie sich in Politik und Gesellschaft für die Interessen von Menschen über 60 ein, zum Beispiel indem sie an Podiumsdiskussionen teilnehmen oder Abstimmungsempfehlungen zu altersrelevanten Themen abgeben. Auch bei individuellen rechtlichen und alterspolitischen Fragen älterer Menschen bieten die Grauen Panther Beratung und Unterstützung an.

Die Regionalgruppe der Grauen Panther Olten und Umgebung ist sehr aktiv. Dem Verein ist es gelungen, Mitglieder als Delegierte in regionalen Gremien einzusetzen, zum Beispiel in der Arbeitsgruppe Alter, die für das kantonale Gesundheitsamt die Versorgungsplanung der Alters- und Langzeitpflege 2030 erarbeitet und an der Altersstrategie für die solothurnischen Einwohnergemeinden mitgewirkt hat. Der Präsident beteiligte sich auch am Spätsommerforum des Heim- und Spitex-Verbandes und zeigte sich enttäuscht über die Diskussion, da seit dem Inkrafttreten der Altersstrategie und der Versorgungsplanung bereits vier Jahre vergangen waren und noch kaum konkrete Massnahmen in Angriff genommen wurden. Bereits am Podium des Vorjahres hatte Ruedi Fasnacht mehr Tempo verlangt.

Neue Mitglieder willkommen

Die unterschiedlichen Veranstaltungen stossen stets auf grosses Interesse. Vereinsmitglieder dürfen auch selber Ideen und Vorschläge für Ausflüge, Besichtigungen und gesellige Anlässe einbringen.

Das Jahresprogramm und weitere Veranstaltungen, die im Lauf des Jahres dazukommen können, werden auf der Website grauepantherolten.ch publiziert. Vor jeder Veranstaltung erhalten die Mitglieder eine detaillierte Einladung mit den nötigen zusätzlichen Informationen. Wer eine Mitgliedschaft beantragen möchte, kann sich auf der oben erwähnten Website ins Kontaktformular eintragen. Der Mitgliederbeitrag beträgt aktuell 30 Franken pro Jahr.

Text: Monique Pfefferli
Fotos: Dieter Graf

Wo wohnen im Alter?

Veränderung frühzeitig wagen

Mit den Lebensphasen wandeln sich auch die Ansprüche ans Wohnen. Es lohnt sich, Veränderungen rechtzeitig anzugehen und Entscheide nicht hinauszuschieben.



Stadtrat Raphael Schär-Sommer

Immer wieder im Leben stehen wir vor der Frage: Wie will ich leben? Wo soll ich wohnen? Auch bei der Umfrage in der letzten Ausgabe dieses Magazins empfahlen Leserinnen und Leser der Redaktion, das Thema «Wohnen im Alter» aufzugreifen. In den Medien ist die Wohnungsknappheit ein Dauerbrenner.

Oft wird gefordert, dass ältere Menschen, die alleine oder zu zweit in einem Einfamilienhaus wohnen oder eine Familienwohnung belegen, diese frühzeitig abgeben und in ein kleineres Logis umziehen. «aktives alter olten» fragte Stadtrat Raphael Schär-Sommer, ob er diese Forderung unterstütze und ob es in der Stadt kleinere Wohnungen gebe? «Ja, diese kleineren Wohneinheiten gibt es», erklärte Sozialdirektor Schär: «Insbesondere 2- bis 3,5-Zimmerwohnungen sind vorhanden. Mit der Rotation wird nicht nur die eigene Wohnsituation und die Möglichkeit verbessert, länger in den eigenen vier Wänden zu leben - z.B. dank einem Lift -, sondern auch Wohnraum für Familien geschaffen.»

Gutes Angebot an Mietwohnungen

Zwar ist auf der Website der Stadt Olten zu lesen, dass der Leerwohnungsbestand am 1. Juni gegenüber dem Jahr 2025 von 1,97 auf 1,67 Prozent gesunken sei. Eine Internetsuche Mitte September bestätigte aber die Aussage von Stadtrat Schär-Sommer. Wer nicht mehr gut zu Fuss ist und eine Parterrewohnung sucht, findet 14 Angebote in der Grösse von 2 bis 3,5 Zimmern. Wer auf einem höher gelegenen Stockwerk leben möchte und einen Lift erwartet, findet immerhin 24 Angebote. Weniger Angebote finden Leute, die in Olten eine Eigentumswohnung kaufen möchten.

Eher mager ist das Angebot an Wohnraum für diejenigen, die wechseln möchten, weil sie spüren, dass sie ins fragile, gebrechliche Alter kommen. Meist sind diese Seniorinnen und Senioren rund 80 Jahre alt. Sie suchen jetzt eine Bleibe, wo sie Hilfe bei der Körperpflege und bei der Verpflegung erhalten können und wo auch pflegerische Leistungen angeboten werden. Natürlich gibt es die Spitex und Mahlzeitendienste. Aber manche betagten Menschen würden sich in einer festen Institution besser aufgehoben fühlen; oft wünschen auch ihre Angehörigen eine solche Lösung.

In vielen Gemeinden gibt es Alterswohnungen. Diese oft als «Betreutes Wohnen» bezeichneten Wohneinheiten sind in der Regel einem Heim angeschlossen. Auf die Frage, ob es in Olten Alterswohnungen gebe, antwortet Raphael Schär-Sommer: «Ja, es gibt vereinzelt Wohnungen, die offiziell als Alterswohnungen ausgeschrieben werden. Dazu kommen Wohnungen, die sich aufgrund der Ausstattung ebenfalls dafür eignen. Wir versuchen die vorhandenen Angebote zu vernetzen und die Bevölkerung mittels unserer Leistungsvereinbarung mit Pro Senectute über diese Angebote zu informieren. Wir sind uns bewusst, dass es noch Luft nach oben hat. Gleichzeitig ist die Stadt aber auch auf Partner angewiesen, um solchen Wohnraum zu schaffen.»

Stadt prüft die Situation

«Wir wissen um die Wichtigkeit des Themas Wohnen im Alter und wollen es im Rahmen der vorhandenen Ressourcen Schritt für Schritt angehen»; betont Stadtrat Schär: «Gemäss unserer Strategie 2025–2033 ist als erster Schritt eine Analyse geplant – was wird konkret benötigt? Wo bestehen Lücken? Diese Fragen möchten wir fundiert geklärt haben. Gleichzeitig höre ich von verschiedenen Anbietern, dass etwas im Tun ist.»



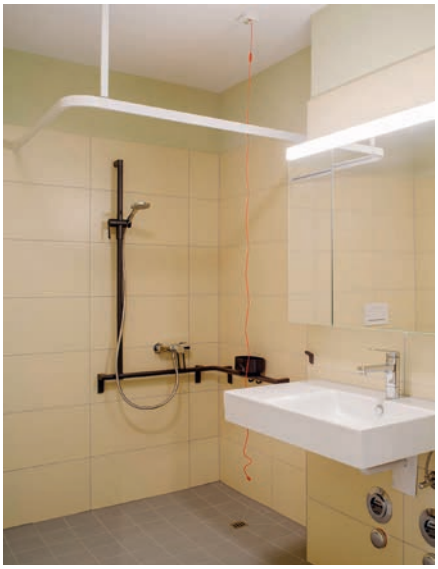
Ein Eingang ohne Stufen und Schwellen ist ideal für Menschen, die nicht gut zu Fuss sind. In der Residenz Bornblick kann Helen Moll mit dem Rollator sogar den Tee zur Sitzbank vor der Eingangstür transportieren. Foto: Eugen Kiener

Die fünf Oltner Alters- und Pflegeheime sind belegt. Hier bekommt nur einen Platz, wer wirklichen Pflegebedarf hat. Nicht anders sieht es bei den beiden privaten Altersresidenzen aus. Die 24 Wohnungen im «Tertianum Usegopark» seien derzeit voll

belegt, erklärt Eve Müggenburg, die Geschäftsführerin des Hauses. Es werde eine Warteliste geführt. Ähnlich sieht es im «Bornblick» aus, wo alle Zweizimmerwohnungen belegt sind und ebenfalls eine Warteliste existiert. «Bei uns sind nur noch drei 3,5-Zimmerwohnungen frei», berichtet Isabelle Fischbach, Leiterin Administration der Senevita Residenz Bornblick.

Wechsel nicht aufschieben

«Jüngere Menschen in der Erwerbs- und Familienphase sind aus Platzgründen oder wegen einem Stellenwechsel oft gezwungen, sich nach einer anderen Bleibe umzusehen. Bei den Älteren gibt es diesen Druck nicht, weshalb viele Entscheide hinauszögern und die Chance, eine für ihre Lebensphase geeignete Wohnform zu finden, verpassen», expliziert die Soziologin Joëlle Zimmerli Ende



Altersgerechtes Badezimmer im «Usegopark»: Foto: Tertianum

September in einem Interview mit der NZZ. Die Dozentin und Inhaberin eines Planungsbüros in Zürich rät: «Wer schlau ist, sorgt vor. Je älter die Leute werden, desto weniger sind sie bereit, sich auf ein neues Wohnumfeld einzulassen.» Sie kommt zum Schluss: «Veränderungen zu wagen, müsste beim Wohnen im Alter zur Normalität werden.»

Gemeinsam statt einsam

Mit Freunden unter einem Dach

Einen eigenen Weg beschritten einige Leute vor 15 Jahren als sie an der Sälistrasse gemeinsam eine Liegenschaft erwarben und darin fünf Wohnungen einbauten. Einer der Initianten war Beat Augsburger, Jahrgang 1965. Er führt in Olten die auf Innenausbau spezialisierte made by schreinerei ag.

«aktives alter olten»: Was war die Absicht bei der Errichtung Ihrer Alterswohngemeinschaft (AWG)?

Beat Augsburger: Ziel ist und bleibt es, dem hartnäckigsten Übel im Alter zu begegnen: der Vereinsamung. Ich muss aber auch betonen: Wir leben in fünf Eigentumswohnungen, jeder für sich und wie er will. Zusammen muss nichts, kann aber. Tradition sind unsere beiden Putztage, die Gartentage, das Marroni-Bräteln und einiges mehr. Dazu haben wir, was die AWG gegenüber einfachen Eigentumswohnungen ausmacht, den Gemeinschaftsraum mit Küche, WC und Feuerstelle im Aussenbereich.

Kurz und bündig; die AWG soll kleinen Wohnraum für ein älteres Paar oder eine ältere Person zur Verfügung stellen. So ist schnell geputzt, mit dem Lift ist alles gut zugänglich und mit wenig Aufwand ist die eigene Wohnung auch rollstuhlgängig. Der Gemeinschaftsraum erlaubt es, auch eine grössere Gästeschar einzuladen und macht gesellschaftliches Leben zu Hause möglich.

Welche Probleme stellten sich bei der Realisierung Ihres Projekts?

Schon der Kauf als Einfache Gesellschaft, der einzig möglichen Finanzierung, mit dem Rückkauf der Eigentümer, war sehr abenteuerlich und wollte vom Kanton doppelt besteuert werden. Dazu kamen die bekannten Probleme, von denen die Wohnbauknappheit trotz theoretisch hoher Rentabilität herrührt. Es war einfach sehr mühsam, das Bauprojekt umsetzen zu dürfen, obwohl wir ausschliesslich mit bekannten regionalen Unternehmern zusammengearbeitet haben.

Um aber auch uns selbst an der Nase zu nehmen, wir kamen alle aus unseren «Heimetli», nun wollten wir alle individuellen Wünsche umgesetzt haben. So wurde der



Beat Augsburger, zweiter von rechts im Gemeinschaftsraum zusammen mit v.l. Vreni Wüthrich, Kurt Bielser, Mariann Steinegger und Brigitte Bielser

Bau zur eierlegenden Wollmilchsau. Wenn ich zurück in die Jahre 2012 und 2013 könnte, würde ich das Projekt nicht mehr umsetzen. Heute möchte ich es aber nicht missen, wir fühlen uns jetzt wohl.

Haben Sie von ähnlichen Wohnprojekten gehört?

Nein, ich habe nichts von anderen Projekten gehört, bin aber sicher, es wird sie geben. Ein Hauptgrund, dass viele zwar mit Freunden darüber sprechen, es aber dann sein lassen, ist unser Wunsch nach Individualität. So brauchte es sehr viel Überzeugungskraft, bis wir uns auf den Einbau einer Waschküche einigen konnten, statt jede Wohneinheit mit einer Waschmaschine auszustatten. – Ein anderer Grund ist typisch schweizerisch, da müsste vom Geld gesprochen werden.

Text: Eugen Kiener

Eignet sich die eigene Wohnung auch zum Leben im gebrechlichen Alter?

«Für einen Rollator genügt der Platz»

Dusche statt Badewanne, Lift statt Treppen, Nähe zur Bushaltestelle: Jüngere Rentnerinnen und Rentner sind sich durchaus bewusst, wie eine ideale Wohnung aussehen müsste, um im gebrechlichen Alter darin bequem zu leben. Manche haben schon vorgesorgt und andere suchen noch nach geeignetem Wohnraum.

Renate Neff, 71



Mein Mann und ich leben in Dulliken in einer Wohnung im Parterre eines alten Bauernhauses mit einer schönen Terrasse. Zu jedem Zimmer führen ein paar wenige Stufen. Es hat eine Dusche, leider mit einem kleinen Rand. Ideal wäre es, wenn die Stufen weg wären. Einen Rollator könnten wir einsetzen.

Im Rollstuhl könnten wir die oberen Schränke nicht mehr brauchen. Auch gibt es von Zimmer zu Zimmer niedrige Schwellen. Im Moment sind wir aber zufrieden; wir haben ein hohes Bett, auch im Wohnzimmer ist die Couch genügend hoch, die Fenster sind niedrig. Direkt vor dem Haus haben wir eine Busstation.

So lange als möglich selbstständig zu bleiben, ist unser Ziel, denn wir möchten nicht wegziehen. Dazu kommt, dass die Wohnung bezahlbar ist. Vorderhand bleiben wir hier.

Markus Dietler, 66



Wir wohnen in einem Haus und es ist bereits klar, dass es für uns im Alter, falls gesundheitliche Probleme auftauchen, nicht ideal ist. Störend ist für uns, dass wir abhängig von fossilen Brennstoffen sind. Bei der grossen Hitze diesen Sommer haben wir gemerkt, dass wir auch zu wenig gegen hohe Temperaturen geschützt sind. Falls nötig, könnte man im unteren Teil einen Treppenlift einbauen, aber es wäre dann eben nur der untere Teil des Hauses versorgt. Wir möchten nicht plötzlich zum Notfall werden und die ganze Last des Wohnungswechsels unseren Nachkommen überlassen.

Um im Alter wohnen zu können, gibt es für uns nur eine Möglichkeit – wir müssen eine andere Wohngelegenheit finden. Natürlich haben wir uns schon umgeschaut und nach einer Wohnung gesucht, die für uns folgende Kriterien erfüllen müsste: Natürlich ist ein Lift vorhanden, alles auf einer Ebene, behindertengerecht erschlossen, rollstuhlgängig. Dazu müsste die Wohnung noch eine gewisse Grösse aufweisen. Aber das Angebot in Olten ist sehr begrenzt und eigentlich gibt es nichts Bezahlbares. – Wir suchen also weiter.

Hanspeter Bühler, 80



Als ich vor ungefähr dreissig Jahren mein Elternhaus übernahm, habe ich direkt so gebaut, dass es auch im gebrechlichen Alter gut nutzbar sein würde. So war ich glücklich und zufrieden.

Vor drei Jahren ist dann meine Frau verstorben und ich wollte etwas Kleineres. Ich habe zuerst an ein Tiny-Haus gedacht - aber mein Umfeld hat mir aufgezeigt, dass ein solches Haus doch wirklich sehr, sehr klein wäre und wenig Platz aufweisen würde.

So habe ich den Schopf, der bei meinem Haus steht, in eine Wohnung umgebaut. Unten im Parterre findet Kochen, Essen und grösstenteils das Leben tagsüber statt. Im oberen Stockwerk hat es einen grossen Raum. Dort habe ich ein Büro, eine Dusche und ein Bett. Ich kann auch einen Treppenlift einbauen.

Jetzt wohnt mein Sohn direkt nebenan, seine Frau arbeitet als technische OP-Assistentin und ist Pflegefachfrau. Verständlicherweise bin ich wieder sehr glücklich mit meiner Wohnsituation.

Brigitta Gubler, 67



Ursprünglich wollte ich meine Eigentumswohnung verkaufen, aber dann habe ich gemerkt, dass sie für das Alter sehr gut geeignet ist. Es hat einen Lift und in der Nähe gibt es Haltestellen von zwei verschiedenen Buslinien; das Naherholungsgebiet, das mir schöne Waldspaziergänge ermöglicht, ist ebenfalls ganz in der Nähe; auch ein Rollator könnte eingesetzt werden.

Meine Wohnung habe ich altersgerecht renoviert. Zum einen habe ich zwei Zimmer zu einem grossen Raum erweitern lassen, weil ich kein Büro mehr brauche und die Badewanne durch eine bodengleiche Dusche ersetzt. Im Bad kann man sich nun, auch wenn man körperliche Probleme hat, gut zurechtfinden. Leider ist die Wohnung nicht rollstuhlgängig, die Türöffnung zum Bad ist zu schmal.

Bis zu einem gewissen Behinderungsgrad ist das Leben in meiner Wohnung gut selbständig möglich. Ich könnte deshalb recht lange da wohnen bleiben.

Roland Näf, 66



Meine Frau und ich wohnen in einem Haus, das leider ganz klar nicht altersgerecht ist. Es ist auf vier Stockwerke verteilt und für meine Frau, welche gehbehindert ist, nicht einfach zu bewältigen. Dazu haben wir eine Badewanne anstelle einer Dusche und auch die einzelnen Etagen sind nicht rollstuhlgängig.

Wir sind auf der Suche nach einer geeigneten Wohnung. Aber bezahlbare, altersgerechte Wohnungen hier in Olten sind selten. Was wir uns vorstellen: Der Wohnraum sollte auf einer Ebene sein, breite Türen, eine bodenebene Dusche ohne Umrandung, genügend Haltegriffe an den entscheidenden Stellen; wenn auf einem Stockwerk gelegen, dann unbedingt ein Lift und beim Eingang nicht zu viele Treppen, dazu wenn möglich eine kleine Rampe.

Bis wir eine geeignete Wohnung finden, bleiben wir hier – das Haus ist immerhin sehr gut gelegen. In 5 bis 10 Minuten sind wir in der Migros oder am Bahnhof und die Naherholungsgebiete sind ebenfalls rasch erreichbar.

Brigitta Reist, 73



Ich wohne in einer Mietwohnung. Schön gelegen im Grünen, in der Nähe eines Naherholungsgebiets!

Das Mietshaus wird sorgfältig bewirtschaftet und betreut. Das Haus verfügt über einen Lift; meine Wohnung gefällt mir sehr gut! Rollstuhlgängig ist sie leider nicht. Mit dem Rollator kommt man aber überall hin. Leider hat sie keine Dusche.

Text: Monique Rudolf von Rohr
Fotos: Dieter Graf

Fragen zum Wohnen im Alter

Ende September stellte Monique Rudolf von Rohr von der Redaktion «aktives alter olten» beim Sälipark Passantinnen und Passanten die folgenden Fragen:

1. Wohnen Sie in einer Mietwohnung oder in einem Haus?
2. Stört Sie aktuell etwas an Ihrer Wohnlage, in Ihrer Wohnung?
3. Haben Sie sich schon mit der Frage befasst, wie Sie wohnen würden, wenn Sie viel älter und vor allem, wenn Sie gebrechlich wären?

Quelle: Oltner Neujahrsblätter

Damals in Olten

Vor 70 Jahren

18. November 1956
Erster autofreier Sonntag auf Verfügung der eidgenössischen Behörden zur Einsparung von Benzin und Öl.

25. November
Wahl von Redaktor Dr. Hans Derendinger zum Stadtammann von Olten. Er vereinigt 2805 Stimmen auf sich, während sein Gegenkandidat, Gewerbelehrer Hermann Berger, 1619 Stimmen erhält. Die Stimmbeteiligung beträgt 84 Prozent.

1. Dezember 1956
Die Sälizunft Olten beschliesst wegen der Niederschlagung des Aufstandes der Ungarn durch die Sowjetunion an der Fastnacht 1957 nicht mitzuwirken.

4. Dezember 1956
Am Elternabend im Stadttheater, veranstaltet vom Rektorat, sprechen Dr.



1956, vor 70 Jahren eroberte Hans Derendinger das Amt des Stadtpräsidenten, das er dann bis 1983 bekleidete. Quelle: Oltner Neujahrsblätter 2001

med. Erika Zschokke, Basel, und Jugendanwalt Hans Kunz, Solothurn, über sexuelle Aufklärung.

6. April 1957
Auf Einladung der Solothurner Arbeitsgemeinschaft für Regional- und Landesplanung spricht im «Schweizerhof» Polizeihauptmann A. Ramseyer, Basel, über das Problem der Autoparkplätze.

2. Mai 1957
In einem öffentlichen Vortrag spricht Dr. Ida Somazzi, Bern, zur «Botschaft des Bundesrates über die Einführung des Frauenstimmrechts in eidgenössischen Angelegenheiten».

Vor 60 Jahren

16. November 1966
Die Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde bewilligt einen Kredit von fast 3 Millionen Franken zum Bau der Pauluskirche an der Grundstrasse.

26. Januar 1967
Das neugegründete Kellertheater eröffnet am Zielemp einen Theaterraum mit 84 Plätzen

Vor 50 Jahren

1. Januar 1977
Zum Jahresbeginn wohnen in Olten 20065 Einwohner oder 429 Personen weniger als im Vorjahr.

9. März 1977
Das Warenhaus Nordmann wird eröffnet.



Das Theater am Zielemp war nach seiner Gründung vor 60 Jahren eine Bühne für die damals boomende Kleinkunstszene. Viele Künstlerinnen und Künstler, die dort auftraten, machten später gross Karriere. So auch der Liedermacher Reinhard Mey, der 1973 im Zielemp auftrat. Foto: Thomas Ledergerber, in: «Olten 1798–1991»

Lösung Rätsel Seite 21

	R	E	T	L	A	H	M	M	A	T	S		N
N	E	G	E	I	L	N	A			S	I	S	I
E	I	N		E	L		R	E	T	O	B	O	R
G	N	U	T	T	E	R			S	P		T	E
N	A	L	E		N	E	N	U	R		N	U	N
I	P		T			T	E		E	B	U	A	T
	S	O	S		M	E	T	I		B	A		N
N		S	O	L	M	M	I	T	S		Z	R	E
E	T	U	K	A			E		E	N	N	E	R
T		J		R	E	I	B			R	E	M	
T	F		M	O	T	I	R		N	E	T	M	A
E	F	L	E		S		A	K	I	T	T	A	
B	O		T	F	I	E	R		E	S	A	L	B
	Z	T	A	L	P	R	E	T	S	O	L	K	



Vor 60 Jahren starb der Oltner Architekt Arnold von Arx

Das Stadtbild geprägt

Arnold von Arx und Walter Real, Studienkollegen an der ETH und später Büropartner, erarbeiteten sich um die 1930er Jahre im neu sich formenden urbanen Raum der Oltner Innenstadt, einen ausgezeichneten Namen als Architekten. Einige zeitlose Entwürfe von Wohn- und Geschäftshäusern belegen dies.



Das Kaufhaus von Felbert 1934 ist in moderner Architektur errichtet worden, hält sich aber an den Jahrhunderte alten Verlauf der Hauptgasse.

Um 1930 gab es in Olten eine Szene begabter Architekten und Baumeister. Dazu zählten der aus Olten stammende Arnold von Arx, Walter Real ebenso wie Fritz von Niederhäusern und später die junge Avantgarde à la Corbusier mit Hermann Frey und Ernst Schindler. Der liberale Geist der damaligen Eliten trug ebenfalls zur fortschrittlichen Baukultur dieser Epoche bei.
Die ersten Bauten des Büros von Arx und Real sind noch im historisierenden Stil gehalten, wie die Kantonalbank am Amthausquai (heute Aarhof), oder das alte Stadthaus an der Froburgstrasse. Dann aber wagten die beiden einen radikalen Umbruch hin zur sachlichen und funktionalen Moderne mit der abgebrochenen Ringgarage, dem Kino Capitol und dem 1934 erstellten Erweiterungsbau des Kaufhaues von Felbert.

Manifestation des neuen Zeitgeistes
Das von-Felbert-Gebäude setzte sich besonders in der Grösse und Machart zur Nachbarschaft deutlich ab. Der imposante Bau, nun an die Ecke Haupt- und Marktgasse vorgerückt, stand im Widerspruch zur pittoresken Altstadt. Das war gewollt, einem neuen Zeitgeist sollte Platz verschaffen werden. Dem Mut zu solchen architektonischen Pionierleistungen, wie ihn von Arx und Real wagten, begegnet man heute selten.
Das Fassadenkonzept des Kaufhauses von Felbert basiert auf den vier bandartigen Geschossen, vorne mit einem Viertelkreis als Akzent. Die horizontale Betonung des Baus mit Simsen wirkte sehr dynamisch und widerspricht dem stehenden Charakter der schmalen Altstadthäuser. Eine Ähnlichkeit mit den mondänen Kaufhäusern um Berlin, ist offensichtlich. Ein Zugangsgeschoss mit grossen, raumhohen Schaufenstern, nur durch Stützen voneinander getrennt, zeigt die Auslagen im besten Licht. Über dem schmalen, wenig auskragenden Vordach, entdeckt noch heute der aufmerksame Betrachter ein fein gegliedertes Band mit dunklen, kleinformatigen Glasbausteinen.
Der Betonskelettbau mit wenigen Stützen ermöglicht eine offene Nutzung der riesigen Verkaufsflächen. In der Diagonalen zum Eingang findet sich ein grosszügig dimensionierter Lift in Glas gefasst und ein freundlicher Liftboy stand da stets bereit, den bequemen Weg in die oberen Geschosse anzubieten. Zuoberst im Dach sitzt folgerichtig eine halbrunde Lukarne mit stark überhöhter Fahnenstange. All das wurde als selbstbewusste Manifestation des neuen Lebensgefühls und des aufkommenden Konsums wahrgenommen.

Text: Klaus Schmuziger, Architekt ETH;
Fotos: Dieter Graf

Was überdauert
Der in Olten aufgewachsene Architekt Klaus Schmuziger erinnert sich: «In meiner Jugendzeit, in den 50er Jahren war die Hauptgasse in der Altstadt noch eine pulsierende Geschäftsstrasse. An Samstagen musste man beinahe über die Köpfe der Leute gehen, um vom Oberen Graben bis zur Alten Brücke hinunter zu gelangen. All die aufgereihten Häuser bildeten lediglich eine Kulisse im öffentlichen Raum.
Genauso wichtig wie die Häuser selbst sind auch die Form sowie die Raumfolge der Gassen und Plätze. Das Bild des überschaubaren historischen Stadtkerns in Olten ist, dank den über Jahrhunderte fast unveränderten Gebäudefluchten, strikte erhalten geblieben. Das ist es, was zählt und was die Jahrhunderte überdauert.»



Die älteren Bauten des Architekturbüros von Arx-Real sind noch im historisierenden Stil gehalten; so auch das alte Stadthaus (heute Bürgerhaus) an der Froburgstrasse.

KINOKONI

Cineor Kaffee & Kuchen Kino

Jeden ersten Dienstag im Monat

Der gemütliche Kinonachmittag. Zu ausgewählten Filmen gibt es in der Pause Kaffee und Kuchen (im Eintrittspreis inbegriffen).

Cineor-Termine in Olten und Basel

DI 01. Dezember
DI 05. Januar
DI 02. Februar
DI 02. März
DI 06. April
DI 04. Mai

JEWEILS 14:00 UHR · RESERVATION UNTER KINOKONI.CH

KINOKONI OLTEN · AARAUERSTRASSE 51
KINOKONI BASEL · STEINENVORSTADT 36

Laufgut® Lerch
GUTE SCHUHE · GESUNDE FÜSSE

Solothurnerstrasse 17, 4600 Olten

info@laufgut-lerch.ch
www.laufgut-lerch.ch
Telefon 062 213 94 44

Klassik hautnah



stadttheaterolten
kultur und tagung

GERBER
BESTATTUNGEN

WIR SIND FÜR SIE DA

Baslerstrasse 57 | CH-4600 Olten
+41 62 213 99 44
info@gerber-bestattungen.ch
www.gerber-bestattungen.ch

CENTRAL APOTHEKE
SANITÄTSGESCHÄFT

Baslerstr. 72, 4600 Olten, Tel 062 212 90 80

10% Rabatt
erhalten Sie für Ihren Einkauf bei uns, wenn Sie uns diesen Bon abgeben. Ausgenommen sind rezeptpflichtige Medikamente und Aktionen. Gültig bis 30.03.2027

BORN REISEN
born to travel

NEUER REISEKATALOG 2027
Tagesausflüge und Ferienreisen
in guter Gesellschaft.

Jetzt kostenlos nach Hause bestellen
www.born-reisen.ch | 062 296 12 61

Umfrage in der Mai-Ausgabe von «aktives alter olten»

Gedrucktes ist nach wie vor gefragt

Das zweimal pro Jahr erscheinende Magazin «aktives alter olten» ist beim Zielpublikum sehr beliebt. Dies ergab die Umfrage, die mit der letzten Ausgabe des Heftes verschickt worden war.

Zweimal im Jahr erhalten alle Oltnerinnen und Oltner, die das 60. Altersjahr überschritten haben, das Magazin «aktives alter olten». Herausgeben wird das Heft von der IG aktives alter olten und umgebung, in welcher alle in der Stadt tätigen Alterseinrichtungen vertreten sind. Mit einer Umfrage wollte der Vorstand der IG in Erfahrung bringen, ob das Magazin beim Publikum ankommt und auf welchem Weg er in Zukunft informieren sollte. Von den 3400 Adressen, die mit Heft und Fragebogen bedient wurden, gingen im Frühsommer 311 Antworten ein, die von Pro Senectute ausgewertet wurden.

Mitte September nahmen die IG-Vorstandsmitglieder an einer Sitzung die Resultate zur Kenntnis. Sie zeigten sich erfreut über die breite, wohlwollende Unterstützung aus dem Publikum. Erfreulich ist auch, dass zwei Dutzend der Antwortenden ihr Interesse an einer Mitarbeit im Vorstand oder in der Redaktion bezeugten.

Nur wenige bevorzugen einen Newsletter

Das Magazin «aktives alter olten» in seiner heutigen Form gefällt den Leserinnen und Lesern ausgezeichnet. Diese hatten das Heft nach Inhalt, Verständlichkeit, Gestaltung und Umfang zu beurteilen. Alle vier Aspekte erhielten von 90 Prozent der Antwortenden die Noten «gut» oder «sehr gut». Zwei Drittel der Antwortenden wären sogar bereit, das Magazin mit mindestens zehn Franken pro Jahr zu unterstützen.

Überraschend ist es eine nur eine kleine Minderheit (8.3 %), welche das gedruckte Heft zugunsten eines digitalen Newsletters aufgeben möchte. Ein Drittel sieht einen Newsletter als mögliche Ergänzung zum jetzigen Magazin. Das gedruckte Heft bleibt für mehr als die Hälfte (54.7 %) der ideale Informationsträger. Dies ist auch die Meinung der jüngeren Antwortenden (60- bis 69-Jährige), wie die Auswertung nach Altersgruppen zeigte.

Strauss von Themenvorschlägen

134 Personen äusserten sich mit Kommentaren zu den Themen, die «aktives alter olten» in den letzten Ausgaben beschrieben hat oder noch aufgreifen sollte. Mehrere lobten ausdrücklich die Vielfalt der von der Redaktion behandelten Inhalte. Die Durchsicht der Themenvorschläge zeigt, dass die Leserinnen und Leser sich durchaus bewusst sind, was von den paar ehrenamtlich tätigen Mitarbeitenden verlangt werden kann. Auf jeden Fall hat das Redaktionsteam einen Strauss von Ideen für künftige Artikel erhalten. Mehrmals gewünscht wurden folgende Themen: «Wohnen im Alter», «Wie kommt man zur Verbilligung der Krankenkassenprämien?», «Umgang mit der digitalen Welt».

Einzelne Vorschläge aus dem Publikum sind bereits in die vorliegende Ausgabe eingeflossen. Auch dem oft geäusserten Wunsch nach Unterhaltendem (Rätsel, Comic) wird entsprochen. Dabei ist aus Sicht der IG festzuhalten, die erfreulichen und weniger erfreulichen Aspekte des Alters und die Präsentation der Dienstleistungen ihrer Mitgliedsorganisationen müssen im Magazin im Vordergrund stehen: Das ist sein Auftrag.

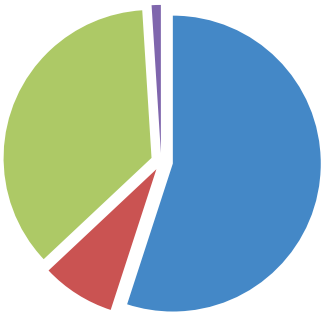
Ein gutes Drittel der Antwortenden glaubt, genügend über Angebote und Dienstleistungen für ältere Menschen in Olten zu wissen und die Hälfte sagt, dass sie wüssten, wo sie entsprechende Informationen erhalten könnten. Trotzdem zeigt sich die Hälfte (47.5 %) interessiert, einmal im Jahr eine Tagung über Altersthemen zu besuchen.

Aufgrund der Umfrage hat nun der Vorstand der IG aktives alter olten und umgebung beschlossen, vorläufig seine Informationstätigkeit mit dem gedruckten Magazin fortzusetzen und, auch aus Kapazitätsgründen, auf einen Newsletter zu verzichten. Er ist sich aber bewusst, dass es stets neue Anstrengungen braucht, um möglichst alle älteren Oltnerinnen und Oltner zu erreichen.

Anlass zum Thema Einsamkeit im Juni 2027

Am Nachmittag des 17. Juni 2027 wird die IG im Saal des Alters- und Pflegeheims Haus zur Heimat zum Besuch des Theaters «Einsamkeit im Alter – Wege aus der Einsamkeit» einladen. Vier Seniorinnen und Senioren werden in einem 20-minütigen Theaterstück ins Thema einführen. Das Theater dient als Türöffner für eine anschliessende Diskussion mit dem Publikum. *Eugen Kiener*

Bevorzugter Informationskanal	%
gedrucktes Magazin	55
digitaler Newsletter	8
Magazin und Newsletter	36
weiss nicht	1



Die Preise

Unter den Leserinnen und Lesern, welche sich an der Umfrage der IG aktives alter beteiligten, wurden einige Preise verlost. Diese gingen an:

ein Gutschein der Centralapotheke an Martin Kaderli und Marlise Studer;

ein Kinoeintritt von Kinokoni an Roland Fürst und Beatrix Wasser;

ein Gutschein für ein Mittagessen im Restaurant Tertianum Usego Park an Ursula Bütikofer und Madeleine Christen;

ein Gutschein von Gewerbe Olten an Monika Danz, Sylvia Henzen-Grasmück, Peter Luginbühl, Franziska Meyer und Marianne Widmer.

Die Missione Cattolica Italiana, eine lebendige Gemeinschaft

Mit den Wurzeln verbunden bleiben

Für viele, die in der Region Olten leben, aber Wurzeln in Italien haben, ist die Missione Cattolica Italiana (MCI) eine wichtige Institution, die sie mit der Kultur ihrer Herkunft verbindet.



Die Missione Cattolica Italiana (MCI) organisierte im unteren Kantonsteil nicht nur Gottesdienste in verschiedenen Kirchen, sondern auch gesellschaftliche Anlässe. Die im Bild Versammelten zählen zu den «amici del giovedí», sie treffen sich jeweils donnerstags in Dulliken. Im Vordergrund Don Giuseppe.

Von den 3500 Seniorinnen und Senioren, welche das Magazin «aktives alter olten» erhalten, sind viele nicht in der Schweiz geboren, sondern im Laufe des Lebens hierher gezogen. Die Italienerinnen und Italiener bilden nach wie vor die grösste Migrantengruppe in Olten.
In mehreren Wellen kamen Italiener zum Arbeiten in die Schweiz. In der Region Olten gab es eine grosse Zuwanderung aus dem Süden mit dem Bau des Hauenstein Basistunnels von 1912 bis 1916. Wiederum viele kamen in der Nachkriegszeit, in den Jahren des Wirtschaftsbooms. Willkommen waren vor allem Männer, die im Baugewerbe zupacken konnten. Die damaligen Gesetze erschwerten es den Zugewanderten, ihre Familien mitzunehmen. Vielen älteren Italienerinnen und Italienern sind die schwierigen Anfangszeiten in der Schweiz nach wie vor in schmerzhafter Erinnerung.

Initiative des Bistums Basel

So sehr die MCI für Aussenstehende als italienische Organisation erscheinen mag, sie ist eine schweizerische Gründung. Entstanden ist sie vor über 100 Jahren aus dem Bedürfnis des Bistums Basel, den aus dem Süden einwandernden Katholiken eine religiöse Heimat zu bieten, berichtet Don Giuseppe Manfreda. Anfänglich waren es hiesige Geistliche, welche die italienische Sprache erlernten, um die zugewanderten Gläubigen zu betreuen. Später waren es dann Italiener, welche in die Dienste des Bistums traten und sich um die Sorgen ihrer Landsleute kümmerten. Don Giuseppe selbst ist in Kalabrien aufgewachsen. Er lebt seit 15 Jahren in der Schweiz, hat in Luzern Theologie studiert und dann als Priester der Missione in Zug gearbeitet. Er spricht perfekt Schriftdeutsch und versteht auch Mundart.
Seit vier Jahren ist Don Giuseppe Priester der MCI des Kantons Solothurn. Diese hat zwei Hauptsitze, einen in Solothurn und einen in Olten. Aber er hält auch Gottesdienste in Grenchen, Schönenwerd und anderen Orten. Für die Gläubigen ist es zentral, dass wichtige religiöse Zeremonien wie Messen, Taufen, Hochzeiten und Beerdigungen in der ihnen vertrauten Form durchgeführt werden. Diese sakramentalen Aufgaben machen nur einen Teil der priesterlichen Tätigkeit aus. Den grösseren Teil seiner Zeit setzt der

Priester aber für die Betreuung der Gemeinschaft und einzelner Personen ein.
Die 57-jährige Lella Crea führt das Sekretariat der MCI in Olten. Sie ist in der Region aufgewachsen und fühlt sich hier wohl. Sie ist nicht nur für die MCI tätig, in einem Teil ihres Pensums ist sie auch in der römisch-katholischen Kirchgemeinde Olten-Starrkirch tätig.

Kirchenchor und Jugendband
Treffpunkte der italienischen Katholiken sind die regelmässigen heiligen



Don Giuseppe bei der Messe in St. Martin.

Messen; beliebt bei Familien ist vor allem der Sonntagsgottesdienst um 11.30 in der Oltner Kirche St. Martin. Daneben veranstaltet die MCI Pfarreifeste, Ende August zur Eröffnung und im Juni zum Abschluss des Pastoraljahres. Die kirchlichen und gesellschaftlichen Anlässe werden von einem Kirchenchor, einem Kinderchor und einer Jugendband bereichert. Zweimal im Monat gibt es in Dulliken einen Treff, zum Plaudern, zum Austausch von Informationen oder zum Lottospiel. Gemeinsam geben die italienischen Pfarrämter der Kantone Bern und Solothurn das Pfarrblatt «insieme» heraus, das jeden Monat erscheint.
«Wie zufrieden sind denn die älteren Italienerinnen und Italiener mit ihrem Leben?», fragten die Mitglieder der Redaktion aktives alter olten beim Besuch im Büro der MCI. Heute seien es nur noch wenige italienische Paare, die als Pensionierte in die alte Heimat zurückkehren, berichten Lella Crea und Don Giuseppe. Manche verbringen die Sommermonate im Süden, wo sie vielleicht noch ein Haus besitzen. Aber im Herbst kommen sie zurück in die Schweiz, wo ihre Kinder und Enkel leben und wo sie oft auch Hütepflichten übernehmen.

Traditionelle Werte verschwinden
Und natürlich haben die älteren Italienerinnen und Italiener die gleichen Sorgen, wie ihre schweizerischen Altersgenossen. Sie sagen etwa: «Das ist nicht mehr die Schweiz, die wir kennen.» Aber eigentlich meinen sie die digitale Welt, die ihnen Mühe bereitet, oder den gesellschaftlichen Wandel allgemein: Plötzlich gibt es im eigenen Umfeld Scheidungen. Die jungen Erwachsenen wohnen schon vor der Ehe zusammen. Dies sind Dinge, die sie früher nicht kannten.
Im Alter haben viele Italienerinnen und Italiener nach wie vor grosse Erwartungen an ihre Kinder. Sie verstehen nicht, dass beide Teile eines Paares arbeiten und nicht zu den gebrechlich werdenden Eltern schauen können. Nur ungern lassen sie sich ins Altersheim einweisen, obschon natürlich auch in Italien in den letzten Jahrzehnten entsprechende Institutionen entstanden sind. Leben sie schliesslich doch in einem Alters- und Pflegeheim, bemängeln sie oft das ungewohnte Essen.

Weniger Begegnungsorte
Manche Italienerinnen und Italiener beklagen, dass in den letzten Jahren die Kontaktmöglichkeiten innerhalb der Gemeinschaft seltener geworden sind. Einst trafen sie Landsleute auch in verschiedenen Circoli und Vereinen, von denen die meisten verschwunden sind. In Olten existiert einzig noch der Fussballclub US Oltenese als Organisation mit explizit italienischen Wurzeln. Diese Entwicklung widerspiegelt die Tatsache, dass sich die jüngere Generation stark in die hiesige Gesellschaft integriert hat.
Anfang Oktober hat die Missione Cattolica Italiana ihr langjähriges Zuhause am Fusse des Hausmattrains verlassen und ist in ihr neues Lokal im Pfarrhaus St. Martin eingezogen. Damit ist sie ebenfalls ein Stück näher zur schweizerischen Mutterkirche gerückt.

Text: Eugen Kiener
Fotos: Dieter Graf



Der monatliche Mittagstisch im Josefsaal zu St. Martin ist für viele ältere Italienerinnen und Italiener ein Anlass, den sie sich nie entgehen lassen.



Buchtipps

von Sibylle Scherer

Sattler, Seraina; Six, Anna
Anders alt: 10 Menschen erzählen
Basel, Christian Merian Verlag, 2026
978-3-03969-068-8

Sieben Frauen und drei Männer im Alter von 58 bis 83 Jahren berichten über ihre Lebensträume, die sie erst spät umsetzen konnten, von Verlusten, neuen Beziehungen und der eigenen Endlichkeit. Die spannenden Lebensgeschichten der zehn porträtierten Menschen regen an, sich eigene Gedanken zum Älterwerden zu machen. Wunderschön sind auch die Fotografien von Gabi Vogt und interessant, was jüngere und ältere Generationen verbindet.



Cline, Emma
In die Schweiz
München,Hanser, 2026
978-3-446-28837-9

Die amerikanische Schriftstellerin Emma Cline schreibt in ihrem neusten Roman über Liebe, Krankheit und Tod. – Der 70-jährige, reiche Geschäftsmann David Hastings ist an Demenz erkrankt und will in Zürich durch begleiteten Suizid einen würdigen Tod sterben. Im Privatjet eines Freundes wird er von New York über London in die Schweiz geflogen. Nur noch bruchstückhaft erinnert er sich an seine Kindheit, an alte Freunde und an Episoden aus seinem bisherigen Leben. Er beschäftigt sich auch mit der Frage, ob er ein gefühlvoller Mensch gewesen ist oder eher nicht. «Ein grandioser Roman», so die NZZ über den für den Booker Prize nominierten Titel.



Fletcher, Susan
Die brillante Florence Butterfield
Hamburg, Rowohlt Taschenbuchverlag, 2026
978-3-499-01284-6

Zum Schluss noch ein cozy crime, ein sogenannter Kuschelkrimi, der im Altersheim spielt. Die weitgereiste, Florence Butterfield lebt im hohen Alter in einer wunderschönen Altersresidenz, wo sie sich rundum wohlfühlt. Solange, bis ein Todesfall geschieht, der sie nicht mehr loslässt. Mit anderen Bewohnern zusammen beginnt sie zu recherchieren, denn sie glaubt keine Sekunde an einen Selbstmord.



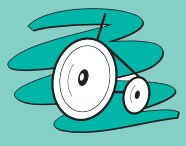
HILFSMITTEL-MARKT
Praktische Hilfsmittel für mehr Lebensqualität



Wir freuen uns, Sie zu beraten!

Im Hilfsmittel-Markt Niederbipp finden Sie eine grosse Auswahl an praktischen Alltagshilfen für mehr Lebensqualität:

- Rollatoren und Rollstühle
- Betten und Matratzen
- Aufsteh- und Ruhesessel
- Notrufsysteme
- Und viele weitere Alltagshelfer



Leenrütimattweg 7, 4704 Niederbipp, 032 941 42 52
www.hilfsmittelmarkt.ch

REST. KOLPING OLTEN
Ringstrasse 27 | 4600 Olten | 062/212 24 27
muller.flavia@bluewin.ch
www.kolpingrest.ch



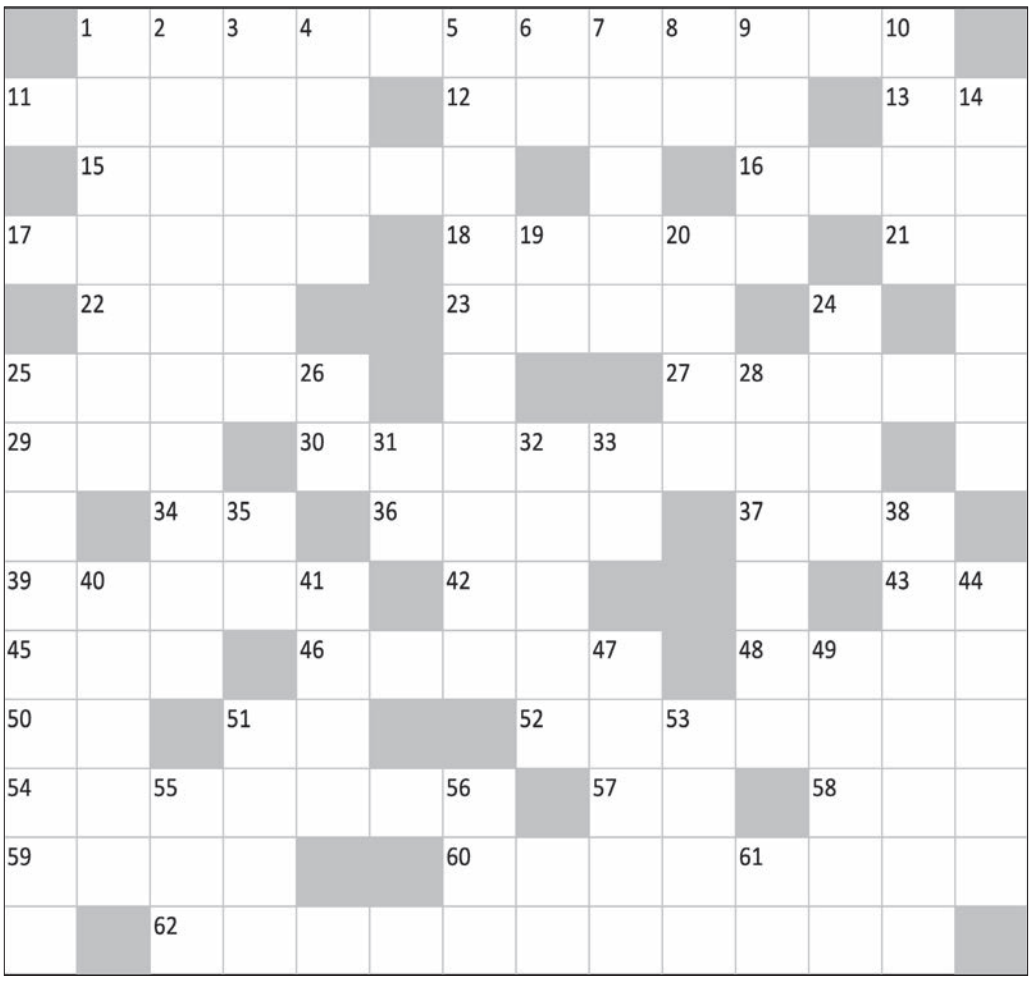
Ihr gemütliches Lokal für diverse Anlässe
25 – 50 Plätze im Restaurant
40 Plätze im Säli – Keller mit Beameranlage

Kreuzworträtsel

Rätsel von Eugen Kiener; Auflösung Seite 14.

Waagrecht: 1. Oltens schönste Parkfläche; 11. oft Folge einer Wanderung; 12. der Apfel tut es am Baum; 13. Fluss in Sibirien; 15. in Hitzesommern weniger tolle Wohnlage; 16. Fabelwesen; 17. alte Bezeichnung für Tätigkeit im Stadthaus; 18. Stausee ob Airolo; 21. Abk. engl. Längenmass; 22. franz.: grosses Gewässer; 23. Lager, Amber, Pils; 25. beeil dich; 27. aktuell vorhandene; 29. Metall; 30. Pech, wenn die Sängerin so ist; 34. von da an; 36. aus dem Latein stammendes Adverb; 37. Notruf; 39. Friedenssymbol; 42. ausserirdische Filmfigur; 43. 3,415926…; 45. jetzt; 46. Schriftzeichen der Germanen; 48. Schwung, Begeisterung; 50. lat. und; 51. folgt manchmal einer Botschaft; 52. Befreiung aus Not; 54. Automat; 57. Artikel im Franz.; 58. Gegenteil von immer; 59. Göttin im alten Ägypten; 60. Wunsch; 62. in vorfeministischer Zeit ersehnter Nachwuchs.

Senkrecht: 1. an Wäscheleine oder Briefpapier, als Franz auf der Skipiste; 2. hat Zwischenraum, hindurchzuschaun; 3. christlicher Festtag; 4. (Hilfs-) Verb; 5. entwickeln; 6. Tonstufe; 7. befahrbare Fläche; 8. Abk. für Lernforum; 9. stockt bei Erregung; 10. Streit; 14. Schlafstellen; 19. Doppelvokal; 20. mit dem Mund; 24. Jungpartei; 25. sie erhält die AHV; 26. Fürwort; 28. Unangenehmes … Nerven, anderes Geld; 31. Abk. eines Kantons; 32. Längenmass; 33. viel kleiner als 32, in Abk.; 35. Kurzname der 2025 verstorbenen franz. Schauspielerin; 38. Iberer; 40. stehen in der Garage oder im Stau; 41. kürzlich; 44. Bon-, Härk-, Zof-; 47. Vorname einer Sängerin aus 31; 49. versorgt den Körper mit Sauerstoff; 51. davon gibt's in Olten immer noch zwei; 53. nicht das Ganze; 55. Präposition, die einen Endpunkt anzeigt; 56. Arbeitsspeicher des Computers; 61. urbi .. orbi.



Angaben ohne Gewähr.
Kein Anspruch auf Vollständigkeit.
Details entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

gemeinsam… essen, wandern, tanzen, ins Museum…

Mittagsclub Pro Audito Region Olten
Immer am zweiten Donnerstag im Monat im Altersheim Ruttiger.
Anmeldung und Information:
sekretariat@proaudito-olten.ch,
062 213 88 44,
www.proaudito-olten.ch

Mittagstisch Kolping
Die Pfarreien der Katholischen Kirche Olten und die Kolpingfamilie laden Alleinstehende und Verwitwete zum Mittagstisch ein. Restaurant Kolping, Ringstrasse 27, Olten. Kosten CHF 10.–
Jeweils Mittwoch ab 11.30 Uhr:
18.11.26 / 9.12.26 / 6.1.27 / 27.1. / 17.2. / 10.3. / 31.3. / 21.4./12.5. / 2.6. / 23.6.
Anmeldung erwünscht: 062 212 24 27

CULTIBO Zmittag
Gemeinsames Mittagessen an gewählten Freitagen – siehe www.cultibo.ch
Begegnungszentrum CULTIBO, Aarauerstrasse 72, Olten.
Kosten CHF 10.–
Anmeldung am vorherigen Mittwoch: 062 296 44 46, kontakt@cultibo.ch
Daten: 6.11. / 20.11 / 4.12. / 18.12.26 / 15.1.27 / 29.1. / 26.2. / 12.3. / 2.4. / 30.4./14.5. / 4.6. / 18.6.

Historisches Museum Olten
Das Historische Museum Olten lädt Seniorinnen und Senioren zu verschiedenen Veranstaltungen wie den «Museumstreff» ein. Jeden letzten Dienstag im Monat ist ausserdem das «Kreativatelier» von 13–17 Uhr offen. Stöbern Sie durch die Agenda unter www.hausdermuseen.ch/agenda.
Infos/Auskünfte unter 062 206 18 00 oder hausdermuseen@olten.ch

Kunstmuseum Olten
lädt Seniorinnen und Senioren zu verschiedenen Veranstaltungen z.B. Freies Zeichnen, Kunst-Stadt-Spaziergang, Kunst zum Zmittag, Offenes Atelier im KMO, hingeschaut. Kunst, Kaffee, Kuchen, Erzählabend. Märchen und Geschichten für Junggebliebene, Regardez! Guardate! – Führungen in Französisch und Italienisch mit Apéro von «für Margrit», Konzertmatineen.
Auskunft unter 062 212 86 76,
info@kunstmuseumolten.ch,
www.kunstmuseumolten.ch

aktiv 66+ Angebot der Evangelisch-Reformierten Kirchgemeinde Olten
Einmal im Monat treffen wir uns im Saal der Pauluskirche, Grundstrasse 18, Olten zu unterschiedlichen Themen: Glaubensfragen, Vorträge, Theater etc. ***Auskunft und Anmeldung:*** Pfarrer Uwe Kaiser, 062 296 22 60,
uwe.kaiser@ref-olten.ch
Daten: 18.11. / 12.12. / 27.1.27 / 26.2. / 19.3. / 28.4. / 21.5. / 2.7.

aktiv 66+ Wandergruppe
Wir treffen uns einmal im Monat am Dienstag für Wanderungen in der Region. ***Anmeldung und Auskunft:***
Margrit Gürel 079 503 67 61,
Jürg Schlegel 062 297 05 10.
Daten: 10.11. / 1.12.26 / 12.1.27 / 9.2. / 9.3. / 13.4. / 11.5. / 8.6. / 15.6.

aktiv66+ Treffpunkt Chörli
Im Treffpunkt Chörli wird die Freude am gemeinsamen Singen gepflegt. Dazu kommen regelmässige Auftritte in Altersheimen und an anderen Anlässen. Auskunft und Anmeldung:
Röbi Theler, 062 216 19 33
Singproben jeweils samstags um 14 Uhr in der Calvinstube, Pauluskirche.
Daten: 21.11. / 19.12.26 / 16.1.27 / 20.2. / 20.3. / 17.4. / 15.5. / 19.6.

aktiv66+ Spielgruppe
Monatliches Treffen für eine Jassrunde oder andere Spiele am letzten Mittwoch im Monat.
Kontakt: Ursula Kämpf, 062 296 10 23 und Edith Lang, 062 296 13 83

ZÄMEGOLAUFE
Gemeinsames Spazierwandern für alle ab 60. Jeden Mittwochnachmittag und zweimal monatlich am Montagvormittag. Von gemächlich bis zügig, von 2 bis 10 km, kostenlos und ohne Anmeldung.
Alle Infos und Treffpunkte auf:
https://www.zämegolaufe.ch/olten

Humor-Dessert
Einmal im Monat am Dienstagnachmittag findet in der Calvinstube der Pauluskirche in Olten das Humor-Dessert statt. Eingeladen sind Menschen mit Demenz und deren Angehörige. Zwischen 14.30 und 17.00 Uhr kann man vorbeikommen wie es am besten passt. Es gibt Kaffee und Kuchen mit einer Prise Humor. Daten: 24.11.26 / 26.1.27 / 23.2. / 23.3. / 27.4. / 25.05. / 29.06.

Angebote von Pro Senectute Olten-Gösgen

www.so.prosenectute.ch

Auskunft, Anmeldung und Unterlagen bei Pro Senectute Olten-Gösgen, 062 287 10 20, info@so.prosenectute.ch

Velotouren und Wandergruppen
Verlangen Sie das Outdoorprogramm mit detaillierten Programmangaben.
Weitere Informationen:
Susanne Tollardo, 062 287 10 20

Internationale Tänze
Im Christkatholischen Kirchgemeindesaal, Kirchgasse 15, Olten. Mittwochs von 9.30 bis 11 Uhr. Verlangen Sie den Flyer «Internationale Tänze Olten».

Café Balance – Bewegen & Begegnen
Jeden Montag von 14.00–15.00 Uhr, im Christkatholischen Kirchgemeindesaal, Kirchgasse 15, Olten.

Fitness & Gymnastik
Verschiedene Gruppen in Olten und umliegenden Gemeinden, verlangen Sie das Kursprogramm.
Weitere Informationen:
Susanne Tollardo, 062 287 10 20

Kulturkreis – gemeinsam Kultur geniessen
Monatl. Ausflüge zu Ausstellungen, ins Museum usw. Infos 062 287 10 20

Pétanque Jeden Dienstag, 13.45–16.00 Uhr, Pétanque Halle Trimbach, Feldliweg (hinter Schulhaus Gerbrunnen), Auch Anfänger sind herzlich willkommen. Auskunft 079 277 54 22, www.pc-trimbach.ch

Jassen Einmal im Monat am Dienstagnachmittag in Dulliken, einmal im Monat am Mittwochnachmittag in Kappel. Verlangen Sie den Flyer mit den Daten und weiteren Informationen.

Kaffeetreff Wöchentlicher Kaffeetreff im Rest. Cabana Olten jeweils am Dienstag von 14 – 16 Uhr. Weitere Informationen erhalten Sie von Susanne Tollardo, Telefon 062 287 10 20

Angaben ohne Gewähr.
Kein Anspruch auf Vollständigkeit.
Details entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Dienstleistungen und Angebote

Pro Senectute Olten-Gösgen
Fachstelle für Altersfragen
www.so.prosenectute.ch, 062 287 10 20
E-Mail: info@so.prosenectute.ch

- **Koordinationsstelle Alter:** Informationen und Auskunft, Online-Anfragen, Newsletter, Fachvorträge, Kursprogramm usw.
- **Sozialberatung:** Finanzen, Vorsorge, Lebensgestaltung, Wohnen, Gesundheit, Soziale Themen
- **Kurse:** Fitness und Gymnastik, Tanzen, Velotouren, Wanderungen, Englisch, Spanisch, Schach, Malen, Café Balance, Vogelkunde
- **Online im Alltag:** Beratung und Begleitung im digitalen Alltag
- **Aktivitäten:** Jassen, Kulturkreis, Pétanque, Kaffeetreff
- **Hilfen zu Hause:** Aktiv Haushilfedienst, Administrativdienst, Treuhanddienst, Steuererklärungsdienst
- **Generationenarbeit:** Bewegungspatenschaft, Seniorinnen und Senioren in Klassenzimmern

Tierdörfli Olten – Tierschutzverein Mittelland, www.tierdoerfli.ch, 062 207 90 00, info@tierdoerfli.ch
Sofortige Hilfe und Schutz für in Not geratene Tiere, Tiervermittlung, Tierferienheim, umfassende Beratung zu Haltung, Pflege und Fütterung.

Alzheimer Solothurn, Beratungs- und Geschäftsstelle Kt. Solothurn, www.alz.ch/so, 062 212 00 80
Beratung und umfassende Hilfestellung für alle Menschen mit Demenz, ihre Angehörigen und andere Betreuende: Angehörigengruppe, medizinische Hotline, zugehende Beratung, etc.

CineOr, www.youcinema.ch
Jeden ersten Dienstag (14.00 Uhr) des Monats im KinoKoni, Aarauerstrasse 51 in Olten: interessanter Film mit Kaffee und Kuchen, Kosten CHF 19.–

Fokus-plus – Fachstelle Sehbehinderung, www.fokus-plus.ch, 062 212 77 20
Diverse Angebote für Menschen mit einer Seheinschränkung: Beratung und Rehabilitation, Ausflüge, Wanderungen, Veranstaltungen, Kurse sowie Kontaktgruppen

Gemeinnütziger Familienverein Olten, www.gfvo.ch
Mahlzeitendienst 079 568 19 66
EVA Entspannen-Verwöhnen-Aktivsein 062 293 30 62
Qi Gong 076 391 38 27

INVA MOBIL, www.invamobil.ch, 032 622 88 50
Anerkannter Fahrdienst für vorübergehend oder dauernd mobilitätsbehinderte Menschen, die nur unter erschwerten Bedingungen oder gar nicht mit den öffentlichen Verkehrsmitteln reisen können

Pro Audito Region Olten, 062 213 88 44, sekretariat@proaudito-olten.ch www.proaudito-olten.ch,
Verein für Menschen mit Hörproblemen: Beratungsstelle, Rehabilitationskurse, Höranlagentest, gesellige und kulturelle Anlässe

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Solothurn, www.srk-solothurn.ch, 032 622 37 20
Besuchs- und Begleitdienst, Entlastungsdienst für pflegende Angehörige, Rotkreuz-Notruf, Ergotherapie, Kursangebot, Dementia Care, Helpdesk Entlastung, Rotkreuz-Fahrdienst für in der Mobilität eingeschränkte Menschen:
Tel. 0848 0848 99
(Mo–Fr von 08.30 – 11.30 Uhr).

Senevita Casa Region Solothurn, www.senevitacasa.ch, 032 661 00 93
Private Betreuung und Spitex: in jeder Lebensphase die passende Unterstützung aus einer Hand

Spitex Region Olten, www.spitexregionolten.ch, 062 212 24 50
Die Spitex Region Olten bietet ambulante Pflege, Betreuung, Haushilfe sowie psychiatrische Unterstützung zu Hause an, damit Menschen trotz gesundheitlicher Einschränkungen selbstständig in ihrer gewohnten Umgebung leben können.

Tagesstätte Sonnegg im Brüggli Park Dulliken, brueggli-dulliken.ch, 062 296 46 45
Tagesbetreuung für alleinstehende, betreuungs- oder pflegebedürftige erwachsene Menschen

Spendenkonto
IG aktives alter olten
PC 40-491482-0
CH75 0900 0000 4049 1482 0

Herausgeberin
IG aktives alter olten und umgebung
Interessengemeinschaft «aktives alter olten»

In Zusammenarbeit mit
Pro Senectute Kanton Solothurn,
Fachstelle für Altersfragen
Olten-Gösgen, Jurastrasse 20,
4600 Olten
Telefon 062 287 10 20
info@so.prosenectute.ch
www.so.prosenectute.ch

Redaktion
Eugen Kiener, Präsident
Dieter Graf, Fotos
Claudia Graf, Fokus-plus
Jörg Schluep, Comic
Susanne Tollardo, Pro Senectute Kanton Solothurn
Susanne Liniger
Monique Pfefferli
Monique Rudolf von Rohr
Sibylle Scherer

Produktion
Layout:
Grafikmeier.ch,
René Meier, Olten

Druck:
Dietschi Print&Design AG, Olten

Auflage:
4'200 Exemplare

Mitglieder IG aktives alter olten und umgebung

ADZ St. Martin	062 205 52 52	www.st-martin-olten.ch
APH Stadtpark	062 206 78 78	www.stadtpark-olten.ch
APH Haus zur Heimat	062 287 55 75	www.hauszurheimat.ch
APH Ruttiger	062 207 33 00	www.ruttigen.ch
APH Weingarten	062 205 13 00	www.weingarten-olten.ch
Alzheimer Solothurn	062 212 00 80	www.alz.ch/so
Cineor	062 788 50 00	www.youcinema.ch
Dovida	062 516 31 07	www.dovida.ch
Fokus-plus	062 212 77 20	www.fokus-plus.ch
Gemeinnütziger Familienverein Olten	079 461 38 63	www.gfvo.ch
INVA Mobil	062 391 37 87	www.invamobil.ch
Katholische Kirche	062 287 23 11	www.katholten.ch
Kirchgemeinde Evang. Ref.	062 212 76 17	www.ref-olten.ch
Kirchgemeinde Christkath.	062 212 23 49	www.christkatholisch.ch/regionolten
Pro Audito Region Olten	062 213 88 44	www.proaudito-olten.ch
Pro Senectute Kanton Solothurn	062 287 10 20	www.so.prosenectute.ch
SRK Schweizerisches Rotes Kreuz	032 622 37 20	www.srk-solothurn.ch
Senevita Bornblick	062 311 00 00	www.senevita.ch
Senevita Casa Region Solothurn	032 661 00 93	www.senevitacasa.ch
Stadt Olten	062 206 12 16	www.olten.ch
Spitex Region Olten	062 212 24 50	www.spitexregionolten.ch
Tagesstätte Sonnegg im Brüggli Park	062 296 46 45	www.brueggli-dulliken.ch
Tierdörfli Olten	062 207 90 00	www.tierdoerfli.ch
Tertianum Usego-Park	062 545 70 70	www.tertianum.ch

WEIL ES IM INTERNET AUCH SINNVOLLES GIBT.

Mit HEBSORG.CH Angebote und Anbietende zu verschiedenen Präventionsthemen wie körperliche und psychische Gesundheit, Ernährung, Bewegung, Sucht, Gewalt und Schulden/Budget suchen und finden. Für Privat- und Fachpersonen aus dem Gesundheits-, Sozial- und Bildungsbereich.

HEBSORG.CH

