

arkadis

gemeinsam
lebensqualität
schaffen

Bildungsclub und Freizeitclub

Programm 2026, Juli bis September



arkadis

gemeinsam
lebensqualität
schaffen

Kontakt

Leiterin Bildungsclub und Freizeitclub

Nina Koopmann

Telefon: 079 360 73 52

Sekretariat Bildungsclub und Freizeitclub

Anita Lingg

Telefon: 062 287 72 50

beschaeftigung@arkadis.ch

www.arkadis.ch

Stiftung Arkadis

Bildungs- und Freizeitclub

Aarauerstrasse 10

4600 Olten

Gut zu wissen

Im Bildungsclub und Freizeitclub kannst du verschiedene Veranstaltungen besuchen.

Du lernst Dinge, die du im Alltag brauchen kannst.

Du lernst Personen kennen.

Alle Anlässe sind auch im Internet veröffentlicht:

www.arkadis.ch; Arbeit & Freizeit / Bildungsclub / Freizeitclub

Für wen ist der Bildungsclub und Freizeitclub

Das Angebot richtet sich an erwachsene Personen mit und ohne Beeinträchtigungen ab 18 Jahre.

Geschäfts-Bedingungen

Du musst dich schriftlich anmelden.

Schicke den ausgefüllten Anmeldetalon per Post oder E-Mail.

Eine Anmeldung ist verbindlich.

Die Plätze werden 10 Tage nach dem Erscheinen des Programms verteilt.

Kosten

Die Kosten sind auf der Ausschreibung ersichtlich.

Ist ein Anlass zu teuer? Dann rufe uns an.

Wir beraten dich gerne und versuchen, dir zu helfen.

Abmeldungen

Eine Abmeldung muss schriftlich oder telefonisch erfolgen.

Vor Anmeldeschluss ist die Abmeldung kostenlos.

Nach Anmeldeschluss müssen die Kosten bezahlt werden.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.



Geschlossen

Öffnungszeiten im Sommer

Vom 4. Juli bis 25. Juli ist Sommer-pause.

Das bedeutet es gibt vom 4. Juli bis 25. Juli **keine** Klub-abende, und auch **keine** Ausflüge und **keine** Kurse.

Am 26. Juli geht es wieder los mit verschiedenen Angeboten.

Am 11. August ist **kein** Klub-abend.

Da findet das Bräteln mit der Chlausen-zunft statt.

Wir wünschen dir einen schönen Sommer!

Dein Bildungs-klub-Team
und dein Freizeit-klub-Team.



Bräteln mit der Chlausen-zunft

Wann am Dienstag den 11. August um 18:30 Uhr bis 21:00 Uhr

Treff-Punkt Dach-terrasse der Stiftung Arkadis im 5. Stock an der Aarauer-strasse 10 in Olten

Programm Die Chlausen-zunft lädt zum Bräteln ein.
Für alle angemeldeten Personen gibt es:
Eine Wurst mit Brot und Salaten und ein Dessert.
Wir geniessen die Sommer-stimmung und das Essen.

Kosten keine

Leitung Team Freizeitklub

Anmelden bis spätestens am Dienstag den 14. Juli 2026



Schloss Lenzburg

Wann Samstag 15. August 2026 um 11:15 Uhr bis 16:25 Uhr

Treff-Punkt 11:15 Uhr vor dem Migrolino beim Bahn-hof Olten

Programm Wir fahren mit dem Zug nach Lenzburg.
Wir machen eine Führung im Schloss Lenzburg.
Danach gehen wir ins Schloss-bistro.
Wir essen eine Glace und trinken etwas.

Kosten 30 Franken mit dem GA
40 Franken mit dem Halb-tax oder der Begleit-karte

Leitung Team Freizeit-klub

Anmelden bis spätestens am Dienstag den 21. Juli 2026

Wichtig Wir laufen viel, es gibt auch Treppen im Schloss.
Du bezahlst das Geld bar am Ausflug.
Bringe Mittag-essen und Getränke selbst mit.



Yoga

Wann am Donnerstag 20. August und am 27. August
und am 3. September
um 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr.

Treff-Punkt Atelier Mühletal, Mühletal-weg 2 in Olten

Programm Du bewegst und kräftigst deinen Körper.
Du entspannst mit Yoga-übungen und einer Meditation.

Kosten 30 Franken

Leitung Daniela Hürzeler

Anmelden bis spätestens am Dienstag den 14. Juli 2026

Wichtig Du bekommst eine Rechnung für den Kurs.
Zieh dir bequeme Sport-kleidung an.



Fit sein

Wann

am Samstag 29. August
und am 12. September und am 19. September
um 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr

Treff-Punkt

Vor der Tages-stätte Hardfeld-strasse 33 in Olten.
Wir gehen zum Sport-platz in Olten.

Programm

Wir machen Sport draussen in der Natur.
Wir trainieren auch an Geräten.
Der Spass am gemeinsamen Fit sein steht im Mittel-punkt.

Kosten

15 Franken – Du bringst das Geld am ersten Kurs-tag mit.

Leitung

Tenzin Tethong

Anmelden

bis am Dienstag den 4. August 2026

Wichtig

Du brauchst Sport-schuhe und Sport-kleidung.
Nimm ein Getränk mit.



Rettungs-hunde (Redog) und Kies-werk

Wann Samstag 5. September 2026 um 9:25 Uhr bis 15:40 Uhr

Treff-Punkt 9:25 Uhr vor dem Migrolino beim Bahn-hof Olten

Programm Wir besuchen das Kies-werk in Gunzgen.
Dort ist ein Tag der offenen Tür.
Wir schauen eine Vor-führung der Rettungs-hunde an.
Es gibt viele Angebote. Zum Beispiel: Bagger fahren.
Am Mittag essen wir eine Brat-wurst.

Kosten 5 Franken für alle

Leitung Team Freizeit-klub

Anmelden bis spätestens am Dienstag den 11. August 2026

Wichtig Wir stehen und laufen viel.
Du bezahlst das Geld bar am Ausflug.



Mal-kurs

Wann am Donnerstag 10. September und am 17. September
um 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr

Treff-Punkt Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten

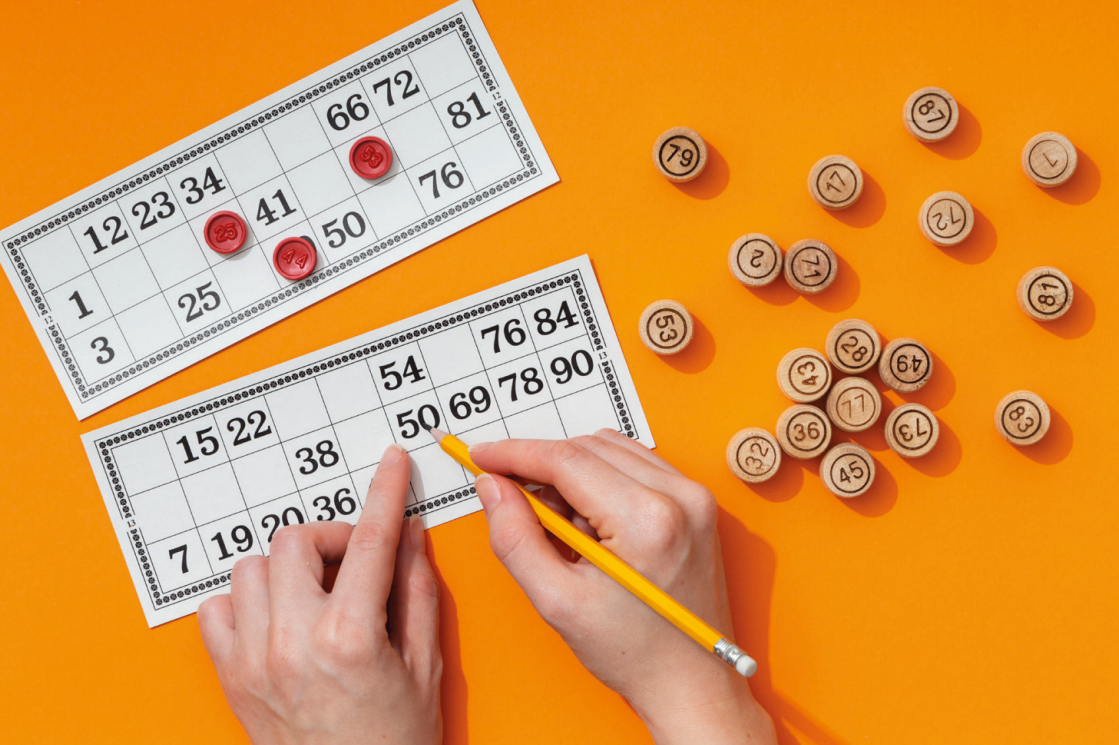
Programm Du malst mit Acryl-farbe ein Bild.
Du malst auch mit anderen Farben.
Dein Bild kannst du mit nach Hause nehmen.

Kosten 55 Franken

Leitung Nicole Schmid

Anmelden bis spätestens am Dienstag den 4. August 2026

Wichtig Du bekommst eine Rechnung für den Kurs.



Lotto

Wann am Dienstag den 15. September um 18:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Treff-Punkt um 18:00 Uhr im Josef-saal der Kirche St. Martin in Olten

Programm Die Frauen-gemeinschaft St. Martin organisiert den Abend.
Es gibt ein Abend-essen.
Nach dem Essen spielen wir Lotto.
Danach gibt es ein Dessert.

Kosten gratis

Leitung Frauen-gemeinschaft St. Martin und Team Freizeit-klub

Anmelden bis spätestens am Dienstag den 11. August 2026

Wichtig Treffpunkt ist im Josef-saal der Kirche St. Martin in Olten



Herz-Treff

Wann am Freitag den 18. September um 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr

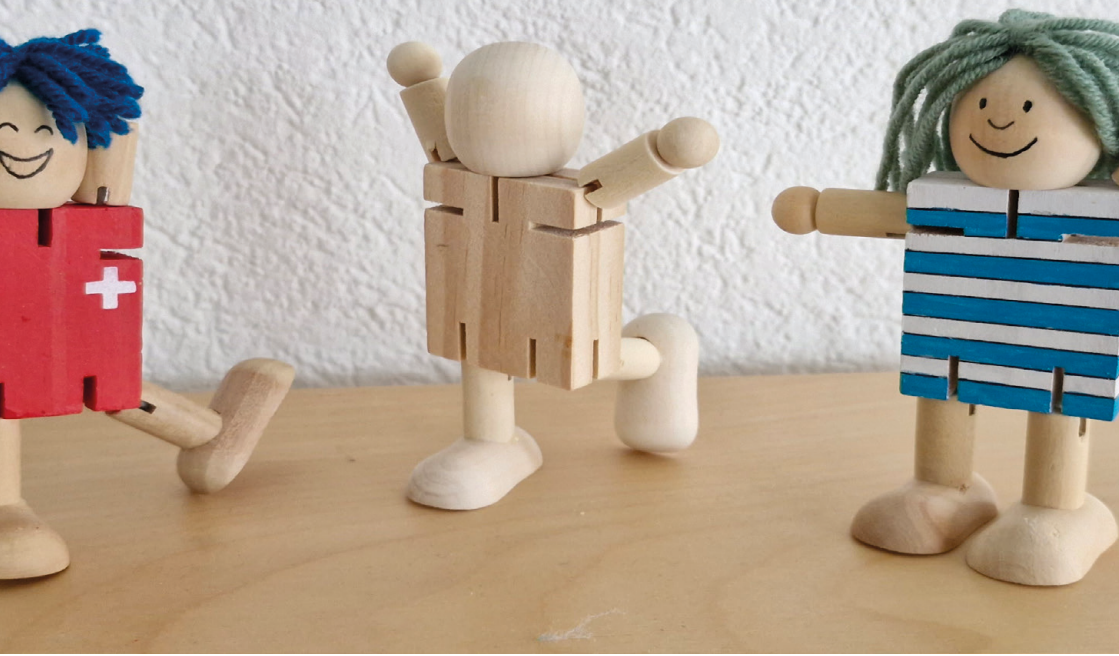
Treff-Punkt Cafeteria und Dach-terrasse der Stiftung Arkadis im 5. Stock an der Aarauer-strasse 10 in Olten

Programm Du möchtest andere Menschen kennen-lernen?
Am Herz-Treff treffen sich Menschen zum Kennen-lernen.
Du kannst einen Steck-brief vorbereiten.
Mit einem Steck-brief kannst du dich vorstellen.
Du kannst auch Sachen fragen.
Es gibt ein kleines Dessert.

Kosten keine

Leitung Arbeits-Gruppe «Herz-Sachen» und Team Freizeitklub

Anmelden bis am Dienstag den 25. August 2026



Holzfiguren

- Wann** am Samstag den 26. September
um 13:30 Uhr bis 16:30 Uhr
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten
- Programm** Wir gestalten zwei kleine Holzfiguren.
Du kannst die Figuren bemalen.
Du kannst Haare aus Wolle ankleben.
Du kannst die Figuren mit nach Hause nehmen.
- Kosten** 20 Franken
- Leitung** Othmar Kreuzer
- Anmelden** bis spätestens am Dienstag den 25. August 2026
- Wichtig** Du erhältst eine Rechnung für den Kurs.



Klub-quiz und Fragen über das Handy

- Wann** Dienstag 25. August
Dienstag 22. September
um 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr am Klub-abend
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hard-feld-strasse 33 in Olten
- Programm** Um 19:00 Uhr spielen wir ein Quiz.
Du brauchst dafür ein Handy oder ein Tablet.
Ab 19:30 Uhr kannst du Fragen zu deinem Handy stellen.
Komm vorbei! Wir helfen dir.
- Kosten** keine
- Leitung** Lea Lingg
- Anmelden** Du musst dich nicht anmelden.
Es ist zur gleichen Zeit auch Klub-abend.



Stricken und Weben

- Wann** 28. Juli
18. August
1. September und 29. September
um 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr während dem Klub-abend
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten
- Programm** Für Personen die gerne stricken und weben.
Oder Personen die stricken lernen wollen.
Oder Personen die weben lernen wollen.
- Kosten** keine
- Leitung** Team Freizeit-klub
- Anmelden** Du musst dich nicht anmelden.
Es ist zur gleichen Zeit auch Klub-abend.



Brunch

Wann

26. Juli
9. August und 23. August
13. September und 27. September
am Sonntag um 11:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Treff-Punkt

Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten

Programm

Wir geniessen einen feinen Brunch in gemütlicher Stimmung.
Wir plaudern und erzählen von Erlebnissen.
Oder wir machen Spiele.

Kosten

15 Franken

Leitung

Team Freizeit-klub

Anmelden

so schnell wie möglich

Wichtig

Das Geld bezahlst du bar am Brunch.



Klub-abend

- Wann** jeden Dienstag von 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr
(nicht in den Weihnachts-ferien und in der Sommer-pause)
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten
- Programm** Offener Treff.
Du kannst Spiele spielen, malen oder einfach da sein und mit anderen reden.
- Kosten** Der Klub-abend kostet nichts.
Getränke, Süsses oder Salziges am Kiosk bezahlst du selbst.
- Leitung** Team Freizeit-klub
- Anmelden** Du musst dich nicht anmelden.

Unterstützen Sie unseren Bildungs- und Freizeitklub mit einer Spende

Der Bildungs- und Freizeitklub der **Stiftung Arkadis** bietet ein vielseitiges Angebot an Freizeitaktivitäten und Bildungskursen für Erwachsene mit Behinderungen – insbesondere mit kognitiver Beeinträchtigung.

Unser Ziel ist es, die **soziale Integration** zu fördern, die **aktive Teilhabe** am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen und die **individuellen Fähigkeiten** unserer Teilnehmenden zu stärken. Dabei leisten wir auch einen wichtigen Beitrag zur **körperlichen und geistigen Gesundheit**.

Ein zentraler Aspekt: Unsere Angebote schaffen Räume für **Begegnung, Austausch und Freundschaft** – etwas, das im Leben vieler Menschen mit Behinderungen oft zu kurz kommt.

Allein im vergangenen Jahr haben rund 2'000 Personen (Mehrfachnennungen) an einer unserer Aktivitäten teilgenommen. Ein Teil der entstehenden Kosten wird von der öffentlichen Hand getragen, ein weiterer Teil von den Teilnehmenden selbst – trotz sehr knapper finanzieller Mittel.

Trotzdem entsteht uns jährlich ein **Defizit von rund CHF 50'000**.

Ihre Spende hilft uns, diesen Fehlbetrag zu reduzieren und unser Angebot auch weiterhin in diesem Umfang aufrechterhalten zu können.

Sie können spenden via:

Postkonto: 46-5000-6

IBAN: CH32 0900 0000 3600 5000 6

Empfänger: Stiftung Arkadis, Aarauerstrasse 10, 4600 Olten

Oder bequem online – einfach den QR-Code unten scannen.

Bitte geben Sie bei der Überweisung den Vermerk „BKFK“ an.

Vielen herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!



Foto-Quellen

Titelbild	Stiftung Arkadis, Robert Hansen
Öffnungszeiten im Sommer	freepik.com
Bräteln mit der Chlausenzunft	freepik.com
Schloss Lenzburg	Museum Aargau
Yoga	magnific.com
Fit sein	KI generiert
Rettungshunde und Kieswerk	Baustoffzentrum magnific.com
Malkurs	magnific.com
Lotto	freepik.com
Herz-Treff	freepik.com
Holzfiguren	Othmar Kreuzer
Klubquiz und Fragen über das Handy	KI generiert
Stricken und Weben	freepik.com
Brunch	freepik.com

arkadis

gemeinsam
lebensqualität
schaffen

Die Stiftung Arkadis ist ein Dienstleistungs- und Kompetenzzentrum für Erwachsene mit einer Behinderung, primär mit einer kognitiven Beeinträchtigung und/oder cerebralen Bewegungsstörung sowie für Kinder und Jugendliche inklusive ihres sozialen Umfelds mit einer Behinderung, Entwicklungsbeeinträchtigung oder -gefährdung und/oder mit einem besonderen gesundheitlichen oder sozialen Unterstützungsbedarf.

Rund 270 Mitarbeitende begleiten, betreuen und fördern unsere Klientinnen und Klienten mit einem breiten Dienstleistungsangebot. In den Bereichen Schärenmatte sowie Sonnenblick bieten wir rund 100 Wohnplätze an. Zusätzliche neun Plätze stehen in unserer Wohnschule zur Verfügung. Des Weiteren bieten wir rund 100 Tagesstätten- und Werkstättenplätze an.

Jährlich führen wir Therapien für über 1000 Kinder und Jugendliche im Bereich Therapie und Beratung und rund 2000 Beratungen in der Mütter- und Väterberatung durch. Veranstaltungen unseres Freizeitklubs werden von rund 1600 Teilnehmenden (einschliesslich Mehrfachnennungen) und Kurse im Rahmen unseres Bildungsklubs von rund 175 Teilnehmenden pro Jahr besucht.

Unsere Leistungen sind nicht vollumfänglich von der öffentlichen Hand gedeckt. Mit einer Spende erweisen Sie uns einen wichtigen und wertvollen Dienst. Sie können uns auch mit einem Legat unterstützen. Gerne senden wir Ihnen die entsprechenden Informationen zu.

Sämtliche Details zur Stiftung Arkadis finden Sie auch unter www.arkadis.ch oder in der barrierefreien Version unter www.arkadis-plus.ch.

Stiftung Arkadis
Aarauerstrasse 10
4600 Olten
Telefon 062 287 00 00
Fax 062 287 00 16
arkadis@arkadis.ch
www.arkadis.ch

Spendenkonto 46-5000-6