

arkadis

gemeinsam
lebensqualität
schaffen

Bildungsclub und Freizeitclub

Programm 2026, Oktober bis Dezember



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.



Dekoration für Halloween machen

- Wann** Am Samstag, den 3. Oktober von 12 Uhr bis 16 Uhr.
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten.
- Programm** Du bastelst eine Dekoration für Halloween.
Du gestaltest eine Lichter-kette.
Du gestaltest Gespenster-Gläser.
Die Sachen darfst du mit nach Hause nehmen.
- Kosten** 40 CHF
- Leitung** Annina Stauber
- Anmelden** Bis spätestens am Dienstag, den 15. September 2026.



Kleider tauschen

- Wann** Am Samstag, den 10. Oktober von 13 Uhr bis 17 Uhr.
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten.
- Programm** Möchtest du neue Kleider? Oder Kleider von dir ab-geben?
Wir beraten dich bei der Kleider-auswahl.
Du kannst die Kleider an-probieren.
Du kannst Kleider mit nach Hause nehmen.
Es gibt Kaffee und Kuchen.
- Kosten** Wenn du Kleider tauschst, ist es gratis.
Ohne Tausch kostet das Kleidungs-stück 1 Franken.
- Leitung** Team Freizeit-klub
- Anmelden** Offen für Alle. Komm einfach vorbei!
- Wichtig** Die Annahme der Kleider ist am 10. Oktober ab 11.30 Uhr.
Bitte bringe gute Kleider für den Herbst oder Winter mit.
Keine Sommer-kleider.



Tier-park Bern

- Wann** Am Samstag, den 17. Oktober 2026 um 10.10 Uhr bis 17.05 Uhr.
- Treff-Punkt** Um 10.10 Uhr vor dem Migrolino beim Bahn-hof Olten.
- Programm** Wir fahren mit dem Zug nach Bern.
Wir besuchen den Tier-park Bern.
Wir sehen Hirsche, Wölfe, Wild-schweine und viele andere Tiere.
- Kosten** 10 Franken mit dem GA.
40 Franken mit dem Halb-tax oder der Begleit-karte.
- Leitung** Team Freizeit-klub
- Anmelden** Bis spätestens am Dienstag, den 29. September 2026.
- Wichtig** Wir laufen viel im Tier-park.
Du bezahlst das Geld bar am Aus-flug.
Essen und Getränk mit-nehmen für das Mittag-essen.



Mit-bestimmung beim Programm Bildungs-klub und Freizeit-klub

- Wann** Am Montag, den 26. Oktober um 18.30 Uhr bis 20 Uhr.
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten.
- Programm** Wir besprechen das Kurs-programm.
Welche Ideen oder Wünsche hast du für den Bildungs-klub und Freizeit-klub?
Wir essen ein Dessert.
- Kosten** keine
- Leitung** Nina Koopmann
- Anmelden** Bis spätestens am Dienstag den 13. Oktober 2026.



Entspannung und Meditation

- Wann** Immer am Donnerstag von 19 Uhr bis 20.30 Uhr.
Jeweils am 5. November, am 12. November
und am 19. November.
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hardfeld-strasse 33 in Olten.
- Programm** Du kommst zur Ruhe.
Du lernst Atem-übungen.
Du lernst, wie du dich entspannen kannst.
- Kosten** 30 Franken
- Leitung** Daniela Ankli Otter
- Anmelden** Bis spätestens am Dienstag, den 13. Oktober 2026.
- Wichtig** Du bekommst eine Rechnung für den Kurs.



Paket-zentrum Härkingen

- Wann** Am Freitag, den 6. November 17.15 Uhr bis 21.25 Uhr.
- Treff-Punkt** Um 17.15 Uhr vor dem Migrolino beim Bahnhof Olten.
- Programm** Wir fahren nach Härkingen.
Wir bekommen eine Führung im Paket-zentrum.
Es gibt ein Getränk und ein Süss-gebäck.
- Kosten** 5 Franken mit dem GA.
10 Franken mit dem Halb-tax oder der Begleit-karte.
- Leitung** Team Freizeit-klub
- Anmelden** Bis spätestens am Dienstag, den 6. Oktober 2026.
- Wichtig** Wir laufen viel.
Du bezahlst das Geld bar am Ausflug.
Nimm Essen und Getränk mit.



Herz-Treff

Wann Am Samstag, den 21. November um 14 Uhr bis 16.30 Uhr.

Treff-Punkt Cafeteria 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.
Ein Steck-brief enthält die wichtigsten Informationen zu dir.
Mit dem Steck-brief kannst du dich vorstellen.
Du kannst auch Sachen fragen.
Es gibt ein kleines Dessert.

Kosten keine

Leitung Arbeits-Gruppe «Herz-Sachen»

Anmelden Bis spätestens am Dienstag, den 3. November 2026.



Weihnachts-gesteck machen

Wann Am Donnerstag, den 26. November von 19 Uhr bis 21 Uhr.

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

Programm Wir machen ein Weihnachts-gesteck.
Wir arbeiten mit Weihnachts-material.
Die Dekoration ist für die Advents-zeit.
Es ist auch schön als Geschenk.

Kosten 50 Franken

Leitung Nicole Schmid

Anmelden Bis spätestens am Dienstag, den 27. Oktober 2026.

Wichtig Du bekommst eine Rechnung für den Kurs.



Arkadis Sternen·markt

- Wann** Am Samstag, den 28. November um 10 Uhr bis 16 Uhr.
- Treff·Punkt** Vor und hinter dem Gebäude der Stiftung Arkadis an der Aarauer-strasse 10 und am Wartburg-weg.
- Programm** Es gibt verschiedene Weihnachts-stände.
Du kannst Leb-kuchen verzieren.
Du kannst Geschenke kaufen.
Du kannst Punsch trinken und etwas essen.
Es gibt Advents-singen und vieles mehr.
- Kosten** Du bezahlst deine Einkäufe.
Lebkuchen verzieren 5 CHF.
- Leitung** Stiftung Arkadis, Team Freizeit-klub und andere.
- Anmelden** Offen für alle. Komm einfach vorbei!



Weihnachts-karten basteln

Wann Am Montag, den 30. November und am 7. Dezember.
Immer von 19 Uhr bis 21 Uhr.

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

Programm Du bastelst Weihnachts-karten.
Du kannst Unterstützung beim Schreiben der Karten bekommen.

Kosten 30 Franken

Leitung Annina Stauber

Anmelden Bis spätestens am Dienstag, den 3. November 2026.

Wichtig Du bekommst eine Rechnung für den Kurs.
Bring dein Adress-buch mit.
Bring Geld für Briefmarken mit.



Weihnachts-singen

Wann Am Mittwoch, 2. Dezember von 18.45 Uhr bis 20.45 Uhr.

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

Programm Wir stimmen uns auf Weihnachten ein.
Wir singen Weihnachts-lieder und Winter-lieder.
Wir hören eine Weihnachts-geschichte.
Wir trinken einen warmen Punsch und geniessen ein kleines
Weihnachts-gebäck.

Kosten keine

Leitung Team Freizeit-klub

Anmelden Bis spätestens am Dienstag, den 10. November 2026.

Wichtig Der Anlass ist offen für alle Menschen.
Am Mittwoch, den 9. Dezember haben wir einen kleinen
Auftritt im Arkadis-Laden (Teilnahme ist frei-willig).



Samichlaus-einzug

Wann Am Samstag, den 5. Dezember von 16.45 Uhr bis ca. 19.30 Uhr.

Treff-Punkt 16.45 Uhr vor dem Migrolino beim Bahnhof in Olten.

Programm Wir fahren mit dem Bus und dem Zug nach Wangen bei Olten.
Wir spazieren mit Kutten und Glocken mit dem Samichlaus.
Danach gibt es einen heissen Chlaus-tee.
Du bekommst am Ende ein Chlaus-säckli.
Das Essen nimmst du selbst mit.

Kosten keine

Leitung Team Freizeit-klub

Anmelden Bis spätestens am Dienstag, den 3. November 2026.

Wichtig Der Anlass findet bei jedem Wetter statt.
Bitte zieh zum Wetter passende Kleider an.



Weihnachts·märkte in Luzern

- Wann** Am Samstag, den 12. Dezember von 11.30 Uhr bis 17.30 Uhr.
- Treff·Punkt** Um 11.30 Uhr vor dem Migrolino beim Bahn·hof Olten.
- Programm** Wir fahren mit dem Zug nach Luzern.
Wir schauen uns verschiedene Weihnachts·märkte an.
Wir können auch in die Läden gehen und ein·kaufen.
Oder wir trinken einen Kaffee.
- Kosten** 5 Franken mit dem GA.
20 Franken mit dem Halb·tax oder der Begleit·karte.
- Leitung** Team Freizeit·klub
- Anmelden** Bis spätestens am Dienstag, den 17. November 2026.
- Wichtig** Du bezahlst das Geld bar am Ausflug.
Wir laufen viel.
Essen, Getränk und Geld zum Einkaufen nimmst du selbst mit.



Klub-quiz und Fragen über das Handy

- Wann** Immer am Dienstag von 19 Uhr bis 21 Uhr.
Jeweils am 20. Oktober, am 17. November
und am 8. Dezember.
- Treff-Punkt** Tages-stätte an der Hard-feld-strasse 33 in Olten.
- Programm** Um 19 Uhr spielen wir ein Quiz.
Du brauchst dafür ein Handy oder ein Tablet.
Ab 19.30 Uhr kannst du Fragen zu deinem Handy stellen.
Wir helfen dir.
- Kosten** keine
- Leitung** Lea Lingg
- Anmelden** Offen für alle. Komm einfach vorbei!
- Wichtig** Es ist zur gleichen Zeit auch Klub-abend.



Stricken und Weben

- Wann** Immer am Dienstag von 19 Uhr bis 21 Uhr.
Jeweils am 6. Oktober, am 27. Oktober,
am 10. November, am 24. November
und am 15. Dezember.
- 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** Offen für alle. Komm einfach vorbei!
- Wichtig** Es ist zur gleichen Zeit auch Klub-abend.



Brunch

Wann

Immer am Sonntag von 11 Uhr bis 14 Uhr.
Jeweils am 18. Oktober,
am 8. November, am 22. November
und am 13. Dezember.

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!

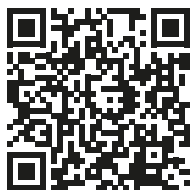


Foto-Quellen

Titelbild	Stiftung Arkadis, Robert Hansen
Dekoration für Halloween	KI generiert
Kleider tauschen	freepik.com
Tierpark Bern	Tierpark Bern
Mitbestimmung Programm Bildungsklub und Freizeitklub	freepik.com
Entspannung und Meditation	freepik.com
Paketzentrum Härkingen	Paketzentrum Härkingen
Herz-Treff	freepik.com
Weihnachtsgesteck	magnific.com
Arkadis-Sternenmarkt	Stiftung Arkadis
Weihnachtskarten basteln	magnific.com
Weihnachtssingen	freepik.com
Samichlauseinzug	Chlausenzunft Olten
Weihnachtsmärkte in Luzern	Margrit Stocker, 2. Semester M-Art Luzern
Klubquiz und Fragen über das Handy	KI generiert
Stricken und Weben	freepik.com
Brunch	freepik.com
Klubabend	Stiftung Arkadis

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