

EVA – Jahresprogramm

Liebe Mitglieder des GFVO

Liebe Interessierte

Erneut habe ich mit viel Freude ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Die ungewohnt lange Pause im Frühling hat damit zu tun, dass ich in dieser Zeit bei einem grossen Musicalprojekt in Egerkingen mitmache...

In der Hoffnung, dass euch das Programm motiviert mitzukommen, grüsse ich euch herzlich,

Ursula Rutschi-Probst



März Stepptanz – mit Leichtigkeit und Rhythmus

Samstag, 2. März, 9.30 - 11 Uhr

Ort: Studio Bifang, Alte Aarauerstrasse 25, Olten



Seit ihrer Kindheit ist Sonja Iff begeistert vom Stepptanzen. Wie man aus Bewegung, Rhythmik und Tanz Musik machen kann - mit den speziellen Steppanzschuhen - war für sie schon immer ein Highlight. Seit über 10 Jahren teilt sie durch die Steppanzschule TAP TAP ihre Passion mit anderen.

Stepptanz eignet sich für jedes Alter und jedes Fitnesslevel. Es gibt Film-aufnahmen von über 90-Jährigen, die in atemberaubender Geschwindigkeit steppen. Beim Stepptanz können

schnelle und langsame Rhythmen gesteppt werden, laute oder leise, manche werden spontan improvisiert, andere sind choreografiert. Es kann allein getanzt werden oder in der Gruppe. Alles ist möglich, solange es Spass macht.

Nutzen wir doch die Gelegenheit uns an diesem Schnuppermorgen von der Freude am Stepptanz anstecken zu lassen.



Kontaktperson:



Ursula Rutschi-Probst

aktiv@gfvo.ch

079 486 82 82



Kosten:

pro Anlass pauschal Fr. 15.-
für Nichtmitglieder Fr. 20.-

plus Fahrkosten für ÖV

(Billett individuell lösen)

und/oder ggf. Eintrittspreis

Anmeldeschluss:

jeweils 1 Tag vor dem Anlass



Während des ganzen Jahres: „Qi Gong“

Pro Lektion 5 Fr. für Mitglieder GFVO

Montag 14 – 15 Uhr

Dienstag 10 – 11 Uhr

Mittwoch 16.30 – 17.30 Uhr

Anmeldung:

Beatrice Engeli Giacomelli

Jurastrasse 17, Olten, info@qiart.ch

Tel: 076 / 391 38 27



Informiere dich über uns unter:

www.gfvo.ch

Mai Führung im Religionsgarten Aarburg

Donnerstag, 23. Mai

Treffpunkt: 13.45 Uhr Buskante B4 am Bahnhof Olten (Abfahrt Bus 508: 13.52 Uhr)

ÖV-Billet: bis Aarburg, Alter Friedhof – bitte selbst lösen

Im alten Friedhof in Aarburg ist der erste Schweizer «Garten der Religionen» angelegt worden. Er soll ein Ort der Begegnung zwischen Menschen mit verschiedener kultureller, religiöser und weltanschaulicher Herkunft sein.

Es gibt dort viel zu sehen und zu lernen: vor allem, wie nahe sich Judentum, Christentum und Islam stehen. Und wie einträchtig ihre Pflanzen wachsen und gedeihen. Der Religionsgarten in Aarburg ist ein konkretes Symbol für das friedliche Zusammenleben der Religionen.



Der Verein «Religionsgarten Aarburg» will damit einen Bezug schaffen zwischen den Religionen und den in den entsprechenden Heiligen Schriften erwähnten Pflanzen. Unter kundiger Führung des Vorstandsmitglied Regula Eichelberger entdecken wir den Religionsgarten und lassen uns die Pflanzenwelt der Religionen näherbringen.



Juni Woher kommen die Mahlzeiten für unseren Mahlzeitendienst? -

VEBO Genusswerkstatt in Oensingen

Donnerstag, 6. Juni

Treffpunkt: 9 Uhr unter der Glaskuppel (zwischen Gleis 4 und 7)
am Bahnhof Olten (Abfahrt Zug: 9.11 Uhr)

ÖV-Billet: bis Oensingen, Kreisschule – bitte selbst lösen



Auf einem geführten Rundgang dürfen wir hinter die Kulissen schauen und erfahren dabei, wie liebevoll die Mahlzeiten für unseren Mahlzeitendienst mit frischen Zutaten zubereitet werden.

VEBO Gastro umfasst aber viel mehr: eine Bäckerei, das Restaurant «Genusswerkstatt», einen Shop und eine Brauerei. So sieht gelungene berufliche und soziale Inklusion für Menschen mit einer gesundheitlichen Beeinträchtigung aus!



Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Mittagessen in der VEBO «Genusswerkstatt». → Bitte bei der Anmeldung vermerken, ob mit oder ohne Mittagessen.

Juni Lesung mit Claudia Dahinden - Abschluss der «Uhrmacherin» Trilogie

Donnerstag, 27. Juni, 19 Uhr

Ort: Buchhandlung Klosterplatz, Munzingerplatz 2, Olten



Die letztjährige Lesung der Bestsellerautorin ist auf grosses Interesse gestossen, daher wollen wir uns den Abschluss der Geschichte nicht entgehen lassen ;-)

Grenchen, 1874: Die angehende Uhrmacherin Sarah bekommt die Chance, ein vielversprechendes Praktikum in ihrer Heimatstadt Luzern anzutreten. Doch noch immer beschäftigt sie der Tod ihres Verlobten, besonders, seit die Polizei ihn mit anderen Todesfällen in Verbindung bringt...

Claudia Dahinden lebt mit ihrem Mann in Grenchen, wo sie auch aufgewachsen ist. Sie studierte Zeitgeschichte und arbeitet heute als freischaffende Autorin, Sängerin und Songwriterin.



September Führung zum Thema Frauenarmut in Zürich

Donnerstag, 5. September

Treffpunkt: 12.45 Uhr unter der Glaskuppel (zwischen Gleis 4 und 7) am Bahnhof Olten (Abfahrt Zug: 12.59 Uhr)

ÖV-Billet: bis Zürich Stauffacher (inkl. Tram) – bitte selbst lösen

Frauen sind überdurchschnittlich oft von Armut betroffen. Mit den Sozialen Stadtrundgängen zum

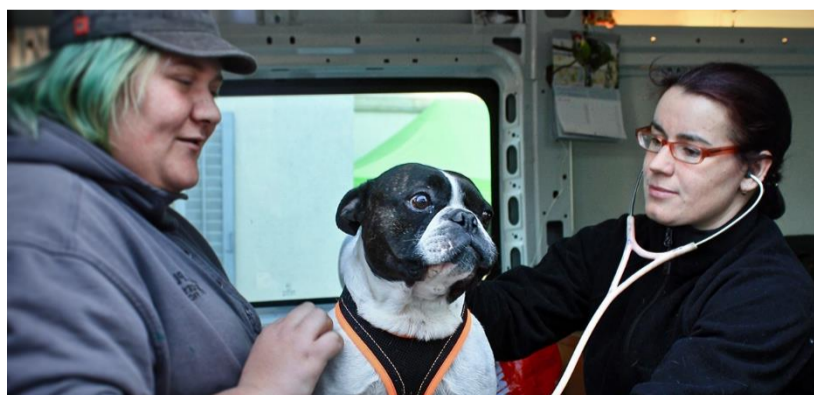


Thema Frauenarmut macht Surprise dieses Phänomen sichtbar. Erfahren Sie auf dieser Tour, was es für sie bedeutet, aus dem sozialen Netz zu fallen und warum insbesondere armutsbetroffene Frauen «unsichtbar» werden.

Wie (über-)leben Frauen auf der Gasse? Auf dieser Tour durch den Kreis 4 erhalten Sie Antworten von einer Betroffenen.

Sie zeigt anhand ihrer persönlichen Geschichte auf, wie schnell man aufgrund von Sucht und psychischer Erkrankung in eine Abwärtsspirale gerät. Aber auch, wie man durch starken Willen und wertschätzende Hilfe wieder in einen geregelten Alltag zurückfinden kann.

Wir lernen die Anlaufstellen und Einrichtungen kennen, wo Menschen wie sie Unterstützung finden.





Oktober Einblick in die Buchwerkstatt Alte Post, Lostorf

Donnerstag, 17. Oktober, 14 Uhr

Treffpunkt: 13.30 Uhr Buskante C1 am Bahnhof Olten (Abfahrt Bus 507: 13.38 Uhr)

ÖV-Billet: bis Lostorf, Mitte – bitte selbst lösen

In der Buchwerkstatt Alte Post, Lostorf kann Papier geschöpft, auf alten Pressen gedruckt, können Bücher gebunden und nötigenfalls auch Buchstaben für den Druck gegossen werden.

Markus Müller ist ausgewiesener Experte für alles, was damit zu tun hat. Nach einer kunstgewerblichen Ausbildung als Industrie- und Handbuchbinder hat er in einem eigenen Atelier gearbeitet, im Atelier Carl Stemmler den Prototyp der Gutenberg-Vollfaksimile-Ausgabe hergestellt, war 29 Jahre lang Mitglied der Geschäftsleitung sowie Leiter von Produktion und Technik der «Papiermühle», Basel und hatte einen Lehrauftrag an der Schule für Gestaltung in Basel.



2022 hat er die alte Post in Lostorf gekauft und darin die vermutlich vielseitigste Buchwerkstatt der Schweiz eingerichtet.



Wir besuchen ihn dort, lassen uns von seiner Freude am alten Kunsthandwerk anstecken und dürfen auch selbst auf einer alten Druckerpresse etwas drucken.

