

Programm

Februar - Juni 2025



Sektion Solothurn

Dritte Ausgabe des Programmhefts

Bei gefallen – bitte aufbewahren bis Ende Juni!

Liebes **FORUM** elle Mitglied

Nun hältst du bereits das 3. Programmbüchlein in den Händen.

Wir haben uns – nebst einigen Reprints – wieder ein paar Leckerbissen für dich ausgedacht!

Auch diesmal werden wir uns eine kurze Auszeit im Juli gönnen, bevor im August das neue Programm wieder starten wird.

Die nachstehenden Informationen sind **unbedingt zu beachten**:

Anmeldung zu den Veranstaltungen

- **Auf der Homepage:** www.forum-elle.ch, unter Sektion Solothurn. Danach erhältst du eine automatische **Eingangsbestätigung**. Die **definitive Teilnahmebestätigung** kommt von der Organisatorin.
- **Per E-Mail:** An die aufgeführte Organisatorin. Du erhältst danach eine Bestätigung.
- **Per Brief:** Den Anmeldetalon findest du am Schluss dieser Broschüre. Keine Bestätigung.

Verbindlichkeit

- Die Anmeldung ist verbindlich. Abmeldungen sind möglich bei der entsprechenden Organisatorin per E-Mail oder notfalls auch telefonisch.
- Bei Nichterscheinen oder zu später Abmeldung (**bis 5 Tage vor dem Anlass**) müssen die entstandenen Kosten verrechnet werden.

Einverständnis Fotos

Mit der Teilnahme am Anlass erklärt Ihr Euch einverstanden, dass Fotos von Euch vom jeweiligen Anlass auf der Website oder im Jahresbericht verwendet werden dürfen.

Versicherung

Versicherung ist Sache der teilnehmenden Person.

Herzlichen Dank für die Kenntnisnahme.

Vorstand, Auskunft und Information

Präsidium	Sandra Stutz	079 407 67 16 sandra.stutz@forum-elle.ch
Verwaltung/ Versand/ Mutationen/ Neuanmeldungen	Kathrin Stief	079 405 51 19 kathrin.stief@forum-elle.ch
Finanzen	Lilo Schütz	079 762 57 34 liselotte.schuetz@forum-elle.ch
Aktuarin	Rosmarie Schärli	079 624 60 66 rosmarie.schaerli@forum-elle.ch
Beisitzerin	Susanne Amacker	079 548 34 09 susanne.amacker@forum-elle.ch

Programm Februar – Juni 2025

Monat	Datum	Zeit	Anlass	Ort
Februar	Mittwoch, 26.	14:00 Uhr	Besichtigung Swatch und Omega Museum	Biel
März	Donnerstag, 06.	10:00 Uhr	Ausstellung Blumen für die Kunst	Kunsthaus Aarau
März	Mittwoch, 12.	14:30 Uhr	Generalversammlung	Konzertsaal
März	Donnerstag, 13.	09:30 Uhr	Stamm mit Peter Brotschi, Aviatikjournalist, Buchautor	Rest. Akropolis
März	Mittwoch, 19.	18:00 Uhr	Racletteplausch	Roseggghof Solothurn
April	Samstag, 05. + Samstag, 12.	jeweils 11:15 Uhr	Besichtigung Roche Türme	Basel
April	Donnerstag, 10.	09:30 Uhr	Stamm mit Patricia Klein (Pro Senectute)	Rest. Akropolis
April	Freitag, 25.	14:30 Uhr	Vortrag „guter Schlaf - wie geht das“ mit Dr. Martin Weber, Psychiater	Cucina Arte Solothurn
April	Mittwoch, 30.	14:00-15:30h	Besichtigung Fernsehstudio	Zürich
Mai	Donnerstag, 15.	10:00 Uhr	Besichtigung Firma Hess AG	Bellach
Juni	Montag, 02.	14:30 Uhr	Vortrag zum Thema Enkeltrickbetrüger	Tertianum Solothurn
Juni	Mittwoch, 04. + Donnerstag, 05.	Tagesausflug	Besichtigung Firma Kuhn	Rikon

STAMM im März und April 2025

- ❖ **Im März** freuen wir uns auf die spannenden Ausführungen von Aviatikexperte **Peter Brotschi** aus Grenchen, welcher uns aus seinem bewegten Leben erzählen wird.
- ❖ Was macht eigentlich die Pro Senectute? **Im April** wird uns **Patricia Klein**, dipl. Sozialarbeiterin von ihren Aufgaben zu diesen Themen berichten:
 - Ergänzungsleistungen
 - Hilfslosenentschädigung
 - Finanzierungen und weiteres mehr



Wie immer freuen wir uns auf interessante Informationen bei Kaffee und gemütlichem Beisammensein!

Daten	Donnerstag, 13. März 2025 10. April 2025
Zeit	09.30 - 11.00 Uhr
Ort	Restaurant Akropolis in Solothurn
Kosten	Für Mitglieder kostenlos

Besichtigung Swatch und Omega Museum Biel

„Cité du Temps“. Dieser besondere Ort widmet sich gänzlich der Zeit und vereint den verspielten, fröhlichen Stil der Marke Swatch und den luxuriösen Charakter von Omega unter einem



Dach. Wir haben die Möglichkeit in zwei verschiedene Welten der Uhrmacherkunst einzutauchen, welche in zwei Museen präsentiert werden: Planet Swatch und Omega Museum.

Datum	Mittwoch, 26. Februar 2025
Zeit	14:00 Uhr
Ort	Planet Swatch, Nicolas G. Hayek Strasse 2, 2502 Biel
Zug ab Solothurn	12:59 ab Gleis 2. Ankunft Biel 13:15. Weiter 13:20 mit dem Bus 4 ab Kante A. 13:28 Ankunft Haltestelle Omega. 5 Min. zu Fuss bis Nicolas G. Hayek Strasse 2.
Anreise mit dem Auto	Es gibt zahlungspflichtige Parkplätze in der Nähe des Museums in Gurzelen und in der Falkenstrasse.
Kosten	Die Kosten für die Führung übernimmt Forum elle. Bahnbillett auf eigene Rechnung.
Anmeldung	Bis Freitag, 31. Januar 2025 Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.
im Internet	www.forum-elle.ch , Sektion Solothurn
per E-Mail	rosmarie.schaerli@forum-elle.ch
per Post	Rosmarie Schärli, Rainstrasse 2, 4557 Horriwil

Aargauer Kunsthaus: Blumen für die Kunst



Das Aargauer Kunsthaus und FLOWERS TO ARTS wählen jedes Jahr Kunstwerke aus, die mit Blüten, Blättern, Gräsern und Zweigen interpretiert werden, um sie in voller Pracht zu präsentieren. Ausgewählte Floristinnen und Floristen entwickeln Ideen, die später tausende von Menschen berühren.

Datum	Donnerstag, 6. März 2025
Ort	Aargauer Kunsthaus, Aargauerplatz, 5001 Aarau
Anreise mit ÖV	Solothurn ab 9.01, Aarau an 9.29, nach Ankunft zügig zu Fuss zum Museum Heimreise individuell, Aarau ab .30 ohne Umsteigen
Anreise individuell	ist möglich (bei Anmeldung vermerken)
Besammlung	vor dem Museum, 9.45 Uhr . Eine Mitarbeiterin des Museums holt uns ab, für Garderobe und Kasse. Raiffeisenkarte oder Museumspass bereithalten
Anmeldung bis im Internet per E-Mail per Post	21. Februar 2025 www.forum-elle.ch , Sektion Solothurn kathrin.stief@forum-elle.ch Kathrin Stief, Heidenhubelstrasse 15, 4500 Solothurn
Kosten	ÖV Billett selbst lösen Eintritt Gruppentarif CHF 15.– / Person Raiffeisenkarte oder Museumspass gültig Kosten Führung (Dauer 1 h) übernimmt Forum elle

Einladung

zur 63. Generalversammlung von FORUM elle

Traktanden

1. Begrüssung
2. Wahl der Stimmenzählerinnen
3. Protokoll der 62. GV vom 15. März 24
4. Jahresbericht (siehe Beilage)
5. Kassa- und Revisionsbericht
7. Decharge-Erteilung an den Vorstand
8. Mitgliederbeitrag 2026
9. Ausblick Anlässe 2025
10. Ehrungen von langjährigen, anwesenden Mitgliedern
11. Verschiedenes



Datum und Zeit

Mittwoch, 12. März 2025, 14.30 h
(Türöffnung 14.00 h)

Ort

Konzertsaal Langendorf

Generalversammlungen sind primär dazu da, um einen Einblick in den Stand des Vereins zu erhalten. Aber auch für das gesellige Zusammensein!
Wir werden darum ohne weiteres Rahmenprogramm, dafür mit einem feinen, reichhaltigen Zvieri den Anlass abrunden!

Einzahlung Mitgliederbeitrag

Bitte per **E-Banking Fr. 30.00** an IBAN Nr.
CH19 0900 0000 4500 4779 4 oder per **EZ Fr. 33.00**
Ausnahmsweise kann an der GV bar bezahlt werden.

Anmeldung bis

per E-Mail
im Internet
per Post

28. Februar 2024

Sandra.stutz@forum-elle.ch

www.forum-elle.ch, Sektion Solothurn

Sandra Stutz, Holzackerstr. 1, 4566 Kriegstetten

Racletteplausch

Weil es letztes Jahr so gemütlich war: feines Raclette und gute Gespräche, haben wir auch im neuen Jahr für euch einen Racletteabend im Rosegghof bei der Familie Riggenbach organisiert.



Datum	Mittwoch, 19. März 2025
Zeit	18.00 Uhr
Ort	Rosegghof Weissensteinstrasse 76, 4500 Solothurn
Anreise mit ÖV	Bus 1 Richtung Oberdorf bis «Solothurn, Roamer» von dort 50 m zurück und nach links zum Rosegghof
Anreise mit Auto	Parkplätze sind vorhanden
Anmeldung bis im Internet per E-Mail per Post	02. März 2025 (mit Angabe Salat ja/nein) www.forum-elle.ch , Sektion Solothurn kathrin.stief@forum-elle.ch Kathrin Stief, Heidenhubelstrasse 15, 4500 Solothurn
Raclette	Raclette à discretion Emmi mit Kartoffeln, div.Beilagen, Schwarztee Fr. 24.00/P. + Salatbuffet Fr. 28.00/P. Getränkete Karte mit Wein, Dessertkarte
Kosten	gehen zu Lasten der Teilnehmerin (bar/TWINT)

Besichtigung der Roche-Türme Basel



Die Roche Türme der Architekten Herzog und de Meuron dürfen mit Fug und Recht als modernes Wahrzeichen Basels bezeichnet werden, sind die höchsten bewohnbaren Gebäude der Schweiz doch bis weit über die Stadtgrenzen hinaus zu sehen. Die Hochhäuser beherbergen die Büroräumlichkeiten der «Roche». Der Bau 1 wurde 2015 fertig gestellt und war mit 178 Metern das höchste bewohnbare Gebäude der Schweiz, bis er 2022 von Bau 2 übertagt wurde.

Dieser ist 205 Meter hoch und hat insgesamt 50 Stockwerke. Er zählt zu den nachhaltigsten und energieeffizientesten Bürogebäuden der Welt.

Datum	Sa. 5. April und Sa. 12. April 2025, jeweils um 11.15 Uhr Bitte finde dich 20 Min. vor der Führung in der Lobby Bau 2 ein. Dauer der Führung 1 Stunde
Anfahrt	Solothurn ab IC5 09.01 via Olten Basel SBB Tram 2 bis Wettsteinplatz dann Bus 31 bis Hoffmann-La Roche oder 10 Min. zu Fuss.
Wichtig	<u>Unbedingt ID mitbringen!</u> Bei der Anmeldung Name, Vorname, Geburtsdatum und Telefonnummer angeben.
Kosten	Gratis. Die Kosten übernimmt die Firma Hofmann-La Roche
Anmeldung via Internet E-Mail Post	Bis 22. März 2025 www.forum-elle.ch Sektion Solothurn susanne.amacker@forum-elle.ch Susanne Amacker, Flurstrasse 4, 4573 Lohn-Ammannsegg

Guter Schlaf – wie funktioniert das

Schlafstörungen wie Einschlafstörungen oder Durchschlafprobleme nehmen dem Körper die Chance zur natürlichen Erholung.



Regelmässige Probleme mit dem Ein- oder Durchschlafen zu haben, ist für gesunde Menschen in keinem Alter normal.

Unser Referent, Hr. Dr. Martin Weber, Leitender Arzt Psychiatrie in der Klinik Selhofen Burgdorf erläutert die verschiedenen Arten von Schlafstörungen und gibt uns Tipps wie wir unsere Schlafprobleme in den Griff bekommen können.

Gerne beantwortet Hr. Dr. Weber im Anschluss Eure Fragen.

Datum	Freitag, 25. April 2025
Zeit	14:30 Uhr
Ort	Cucina Arte, Brüggmoosstrasse 13, Solothurn
Kosten	Die Kosten übernimmt Forum elle.
Anmeldung	Bis Freitag, 28. März 2025 Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.
im Internet	www.forum-elle.ch , Sektion Solothurn
per E-Mail	rosmarie.schaerli@forum-elle.ch
per Post	Rosmarie Schärli, Rainstrasse 2, 4557 Horriwil

Führung im Fernsehstudio SRF in Zürich Leutschenbach

Der Rundgang durch die Radio- und TV-Studios am Leutschenbach präsentiert sich uns informativ, unterhaltsam und überraschend.

Verschaffen wir uns einen Einblick ins journalistische Schaffen und den pulsierenden Betrieb unseres nationalen Fernseh- und Radiostudios.

Dauer der Führung: 1 ½ Std.

Bedingung: Gute Kondition, keine Sitzmöglichkeiten.



Datum	Mittwoch, 30. April 2025
Zeit	14:00 Uhr
Ort	Publikumseingang , Fernsehstrasse 1-4, 8052 Zürich Türöffnung 15 Min. vor dem Start der Führung. Anschliessend kleines Zvieri im Fernsehrestaurant.
Anfahrt	Solothurn HB 12.01 h Zürich Fernsehstudio an 13.27 h danach 7 Min. zu Fuss bis Fernsehstrasse 1-4
Kosten	Bahnbillett und Fr. 10.00 Unkostenbeitrag
Anmeldung im Internet per E-Mail per Post	Bis spätestens 31. März 2025 www.forum-elle.ch , Sektion Solothurn sandra.stutz@forum-elle.ch Sandra Stutz, Holzackerstrasse 1, 4566 Kriegstetten

Betriebsbesichtigung Firma Hess AG Bellach



Die Führung gibt dir einen Einblick über den Bau von E-Bussen und deren wichtigsten Technologieschritte. Bei einer Präsentation erfährst du spannende Zahlen und Fakten über die **140-jährige Geschichte der Firma Hess**, die Mitarbeitenden, das Unternehmen und die Produkte.

Im Museum siehst du wie das Unternehmen entstanden und wie es sich entwickelt hat.

Datum	Donnerstag, 15. Mai 2025
Zeit	10.00 Uhr
Ort	Vor dem Empfang Hess AG, Bielstrasse 7, Bellach
Bus/Zug ab Solothurn	Kante B Bus 2 09.37 bis Bellach Tell Gleis 5 Zug S20 09.39 bis Bellach
Kosten	Die Kosten übernimmt Forum elle
Anmeldung via Internet E-Mail Post	bis 13. April 2025 www.forum-elle.ch Sektion Solothurn susanne.amacker@forum-elle.ch Susanne Amacker, Flurstrasse 4, 4573 Lohn-Ammannsegg

Vortrag Sicherheit für Senioren

Das individuelle Sicherheitsbedürfnis steigt mit zunehmendem Alter. Manche Ängste sind eher begründet, andere sehr berechtigt. Die Polizei erläutert uns, wo die Gefahren im Alter lauern. Herr Jürg Tschanz (Sicherheitsabteilung) wird uns über folgenden Inhalt Einblick geben.

Inhalt:

- Taschen-/Trickdiebstahl
- aktuelle Betrugsarten
- Verhaltensprävention



Datum	Montag, 2. Juni 2025
Zeit	14.30 Uhr
Ort	Tertianum Residenz Sphinxmatte Walther Schnyder-Str. 5, Solothurn
Kosten	Die Kosten übernimmt Forum-elle
Anmeldung bis per E-Mail an im Internet per Post an	Montag, 5. Mai Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. liselotte.schuetz@forum-elle.ch www.forum-elle.ch Liselotte Schütz, Chutzenweg 1, 4513 Langendorf

Tagesausflug 2025



Seit 1899 begeistert der Schweizer Markenhersteller mit innovativen Produkten die Kochwelt rund ums Zubereiten, Servieren und Geniessen. Wir freuen uns sehr auf einen abwechslungsreichen Ausflug ins Tösstal und Umgebung.

Datum	Mittwoch, 4. Juni 2025 und Donnerstag 5. Juni 2025
Abfahrt	07.00 Uhr Langendorf, Schneider Reisen 07.15 Uhr Carparkplatz, Niklaus-Konradstrasse, Solothurn
Programm	Bei Ankunft in Rikon Kaffee und Gipfeli Firmenpräsentation, Besichtigung Produktion, Besuch Fabrikladen. Dauer ca. 3 Std. Danach Fahrt zum Mittagessen. Falls Vegi oder Allergien vorhanden bitte bei der Anmeldung erwähnen, resp. auf dem Anmeldetalon ankreuzen. Bevor wir uns wieder auf den Heimweg machen, liegt ein Verdauungsspaziergang in herrlicher Umgebung drin.
Kosten	CHF 85.00 Inbegriffen: Carfahrt, Kaffee und Gipfeli, Mittagessen, Betriebsführung, Trinkgeld Chauffeur
Anmeldung via Internet E-Mail Post	bis 18. Mai 2025 www.forum-elle.ch Sektion Solothurn susanne.amacker@forum-elle.ch Susanne Amacker, Flurstrasse 4, Lohn- Ammannsegg

Besuch Swatch-/Omega-Museum in Biel am 26. Februar 2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 31.01.25** an:

Rosmarie Schärli, Rainstrasse 2, 4557 Horriwil

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:

Besuch Aargauer Kunsthaus «Blumen für die Kunst» am 06. März 2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 21.02.25** an:

Kathrin Stief, Heidenhubelstrasse 15, 4500 Solothurn

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:

Generalversammlung am 12. März 2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 28.02.25** an:

Sandra Stutz, Holzackerstrasse 1, 4566 Kriegstetten

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:

Racletteplausch am 19.03.2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 02.03.25** an:

Kathrin Stief, Heidenhubelstrasse 15, 4500 Solothurn

ohne Salat

mit Salat

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:

Besichtigung Roche-Türme Basel am 05. oder 12. April 2025

Samstag, 05.04.2025 Samstag, 12.04.2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 22.03.25** an:

Susanne Amacker, Flurstrasse 4, 4573 Lohn-Ammannsegg

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.: Geburtsdatum:

Datum und Unterschrift:

Anmeldetalons



Anmeldetalons

Vortrag «Guter Schlaf» am 25. April 2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 28.03.25** an:

Rosmarie Schärli, Rainstrasse 2, 4557 Horriwil

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:



Führung im TV-Studio SRF am 30 April 2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 31.03.25** an:

Sandra Stutz, Holzackerstrasse 1, 4566 Kriegstetten

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:



Besichtigung Firma «Hess» am 15. Mai 2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 13.04.25** an:

Susanne Amacker, Flurstrasse 4, 4573 Lohn-Ammannsegg

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:



Vortrag «Sicherheit für Senioren» am 02. Juni 2025

Anmeldung per Post bis **spätestens 05.05.25** an:

Liselotte Schütz, Chutzenweg 1, 4513 Lommiswil

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:



Jahresausflug am 04. oder 05. Juni 2025

Mittwoch, 04.06.2025 **Donnerstag, 05.06.2025**

Anmeldung per Post bis **spätestens 18.05.25** an:

Susanne Amacker, Flurstrasse 4, 4573 Lohn-Ammannsegg

Name und Vorname:

Adresse:

Telefon Nr.:

Datum und Unterschrift:



