



Loslassen.

Was mir am Herzen liegt

Loslassen

BRIGITTE STOFFEL, GESCHÄFTSLEITUNG

Will man einen Pfeil in der Zielscheibe platzieren, muss man den Bogen spannen und loslassen! Tut man das nicht, fliegt kein Pfeil und kein Ziel wird erreicht. Je krampfhafter man an einem Ziel festhält, desto weniger erreicht man es. Was festgehalten wird, kann sich nicht bewegen, nicht wachsen, es verkümmert. Wer sich verzweifelt bemüht, Gefühle, Menschen, vorgefasste Meinungen und Ziele festzuhalten, wird feststellen, dass er dadurch nichts gewinnt – im Gegenteil, er wird scheitern. Ich bin selbst in einer Phase des Loslassens. Je mehr ich mich bemühe, das zu bewahren, was ich hatte und nicht loslassen möchte, umso mehr entfernt es sich von mir.

Loslassen ist etwas, was wir immer wieder lernen müssen. Zu unserem eigenen Wohl; es schenkt uns die Möglichkeit eines Perspektivenwechsels. Prioritäten in unserem Leben neu setzen, festgefahrene Meinungen revidieren, sich wieder vermehrt den eigenen Bedürfnissen zuwenden: Es kann wie ein Befreiungsschlag sein, wenn einem das Loslassen gelingt. Wir verändern uns. Unsere Bedürfnisse verändern sich. Unsere Werte, unsere Wünsche und unsere Vorstellungen vom Leben können sich verändern. Trotzdem halten wir oft an Dingen fest, nur weil wir so viel Zeit, Energie oder Gefühle hineingesteckt haben. Doch nicht alles, was einmal richtig war, muss für immer richtig bleiben.

Manchmal braucht es Mut, ein Ziel aufzugeben, das man jahrelang verfolgt hat. Nicht weil man gescheitert ist, sondern weil man erkannt hat, dass man eigentlich in eine andere Richtung möchte.

Manchmal braucht es Mut, ein altes Verhaltensmuster loszulassen. Denn selbst etwas, was uns nicht guttut, kann sich vertraut und sicher anfühlen.

Vielleicht ist Loslassen deshalb weniger ein Abschied als eine Form von Selbstachtung. Zu erkennen, was nicht mehr zu einem gehört. Zu akzeptieren, was sich nicht erzwingen lässt. Und den Mut zu haben, Raum für etwas Neues zu schaffen. Denn solange wir an dem festhalten, was war, bleibt wenig Platz für das, was werden könnte.

Loslassen heisst nicht, die Vergangenheit zu verleugnen. Es heisst, ihr ihren Platz zu geben – aber nicht mehr zu erlauben, die eigene Zukunft zu bestimmen. Und vielleicht ist genau das der Moment, in dem Veränderung beginnt: Stellen wir uns doch bildlich vor, dass wir alte Verhaltensmuster, unerreichte Ziele, unerfüllte Sehnsüchte in einen Sack packen und diesen über eine Klippe ins Meer werfen. So öffnen sich uns neue Wege, es entstehen neue Hoffnungen, und neue Kraft kann in uns wachsen. Bist du bereit, diesen Weg zu gehen und festzustellen, dass alles, was du nicht mehr festhältst, gelingen kann?

«Wir wissen aber, dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Besten dienen.»

Römer 8, 28a

Am Ort des Grauens

Ein Konzentrationslager als Anschauungsobjekt im Religionsunterricht: Der Dulliker Pfarrer Sascha Thiel besuchte mit Jugendlichen das Lager Natzweiler-Struthof. DANIEL GÖRING

Der Himmel ist verhangen, die Sonne scheint milchig durch die dünne, grauweisse Wolkenschicht. Eine kühle Böe fegt zwischen der Baracke und dem Wachturm hindurch. Die Atmosphäre hat etwas Gespenstisches, scheint sich an den Ort anzupassen, das ehemalige Konzentrationslager Nazideutschlands in Natzweiler-Struthof im Elsass.

Auf dem rötlichen Schotterplatz steht Sascha Thiel, vor sich eine Schar von 40 Personen, hinter sich den einfach gezimmerten Galgen aus Holz. Der Dulliker Pfarrer erklärt, wie das Hängegerät funktionierte, wer damit umgebracht wurde und warum erhängte Häftlinge dort eine Woche lang baumeln gelassen wurden – alleiniger Zweck war die Abschreckung.

Anderes Gottesbild entwickeln

Der Besuch im Konzentrationslager Natzweiler-Struthof ist eines von rund 30 Modulen der «Spurensuche», zwischen denen Schülerinnen und Schüler der Oberstufe wählen können. «Spurensuche» ist der neue Name für den Religionsunterricht der Evangelisch-Reformierten Kirchgemeinde Region Olten. 22 Jugendliche haben sich entschieden, den Ort des Grauens, an dem Menschen systematisch entmenslicht und vernichtet wurden, mit eigenen Augen sehen zu wollen. Die meisten haben eine Begleitperson an ihrer Seite, mehrheitlich ist es die Mutter oder der Vater.

«Die Eindrücke sollen den Jugendlichen bewusst machen, dass auch ein Konzentrationslager mit ihrer Spiritualität zusammenhängt», nennt Sascha Thiel einen Grund, warum er die Reise ins Elsass organisiert hat. Für ihn haben die Kirchen nach den Weltkriegen an der Aufgabe versagt, ein realistisches Gottesbild zu entwickeln. «Es gibt keinen Gott, der Millionen Menschen in Folter und Gaskammern gehen lässt, aber dem kleinen Peter hilft, eine gute Klassenarbeit zu schreiben, wenn er am Vorabend darum bittet», erklärt der Pfarrer. Wollten sie den Zeichen der Zeit und der wissenschaftlichen Theologie entsprechen, müssten die Kirchen endlich zu nicht personalen Gottesbildern kommen, folgert Thiel.

Sieben Schweizer inhaftiert

Von den 15 Baracken, in denen die Häftlinge untergebracht waren, misshandelt, gefoltert, getötet und zu Asche verbrannt wurden, sind vier erhalten geblieben. In der ersten erleben



Pfarrer Sascha Thiel zeigt den Jugendlichen und ihren Angehörigen die Baracken im Konzentrationslager Natzweiler-Struthof.

«Die Eindrücke sollen den Jugendlichen bewusst machen, dass auch ein Konzentrationslager mit ihrer Spiritualität zusammenhängt.»

Pfarrer Sascha Thiel

Besucherinnen und Besucher, wie die Menschen zusammengepfercht auf primitiven dreistöckigen Holzpritschen die Nächte verbringen und sich tagsüber zu Tode schuften mussten – zuerst in einem Steinbruch, um Granit abzubauen, später in der deutschen Rüstungsindustrie. Die Ausstellung gibt auch Einblick in die Systematik, mit denen die Nazis die Gefangenen einteilen und kennzeichnen. Es gab «Abzeichen» für politische Häftlinge, Verbrecher, Angehörige der Zeugen Jehovas, Homosexuelle und Juden.

Ins Lager Natzweiler-Struthof steckten die Nazis hauptsächlich Widerstandskämpfer, Kriegsgefangene und Oppositionelle. Frauen befanden sich nur wenige darunter. Neben Polen bildeten Russen und Franzosen die gröss-

ten Gruppen. Die offizielle Statistik führt auch sieben Schweizer auf, die dort inhaftiert waren. Von den 52 000 Menschen, die in Natzweiler-Struthof und seinen Aussenlagern einsassen, überlebten 17 000 das Martyrium nicht.

Kontrast zur Natur

Während des Rundgangs weist Sascha Thiel die Jugendlichen und ihre Angehörigen auch auf den Kontrast hin zwischen dem Lager, in dem Schrecken und Horror geherrscht hatten, und der Schönheit der Natur. Sie hat mit dem Lauf der Zeit ihren Raum bis an den Stacheldrahtzaun heran zurückerobert und viele Narben überdeckt. Es ist ein Gegensatz, der mit den Augen von Besuchenden nur schwer auszuhalten ist.

Den Eindruck bestätigen die Jugendlichen, die bereit sind, direkt ausserhalb der Anlage über ihre Gefühle zu sprechen. Luan bekennt, das Gesehene als verstörend empfunden zu haben, und Maeve hat sich immer wieder gefragt, woraus die Insassen in einem so grausamen Umfeld Hoffnung geschöpft haben, dass das Leiden eines Tages vielleicht doch ein gutes Ende haben könnte.

Weitere Informationen unter: www.struthof.fr/de/

Gottesdienste

Gesamtkirchgemeinde

Sonntag, 4. Oktober
10 Uhr, Kirche Hägendorf:
zentraler Gottesdienst, Pfarrer Alfred Aebersold
Sonntag, 11. Oktober
10 Uhr, Johanneskirche Trimbach:
zentraler Gottesdienst, Pfarrer Andreas Haag

Olten-Stadt

Sonntag, 18. Oktober
10 Uhr, Friedenskirche:
PfarrerIn Melanie Ludwig, Musik: Christoph Mauerhofer, Kinderhüte
Sonntag, 25. Oktober, Winterzeit
10 Uhr, Friedenskirche:
Gottesdienst, Liturgie Priscilla Wahlen, Predigt Uwe Kaiser. Musik: Brigitte Salvisberg, Kinderhüte
Ökumenisches Gebet für den Frieden zur Marktzeit.
Jeden Donnerstag um 10 Uhr in der Klosterkirche

In den Altersheimen

Bürgerheim Weingarten:
Donnerstag, 1. und 15. Oktober, 10 Uhr
Haus zur Heimat:
Donnerstag, 8. und 22. Oktober, 9.45 Uhr

Ruttiger:
Dienstag, 6. und 20. Oktober, 10.15 Uhr
Seniorenresidenz Bornblick:
Freitag, 9. und 23. Oktober, 10 Uhr
Stadtspark:
Freitag, 2. und 16. Oktober, 10.15 Uhr
St. Martin:
Mittwoch, 7. und 21. Oktober, 10 Uhr
Usego-Park:
Donnerstag, 15. Oktober, 10.15 Uhr

Dulliken, Starrkirch-Wil, Walterswil

Shuttleservice: von Dulliken nach Walterswil oder umgekehrt. Bitte melden bei Frau Huber, 079 318 04 13
Neue Gottesdienstzeiten ab 2027:
Liebe Gemeindemitglieder, ab Januar 2027 werden wir, wie auch die römisch-katholische Kirche Dulliken, von der bisherigen Gottesdienstzeit 9.45 Uhr Abstand nehmen und künftig unsere regulären Gottesdienste um 10 Uhr beginnen, die Generationengottesdienste beginnen wie bis anhin um 11 Uhr.
Sonntag, 18. Oktober
17 Uhr, Zwinglikirche:
Salbungs- und Heilungsgottesdienst, Pfarrer Sascha Thiel

Sonntag, 25. Oktober, Winterzeit
11 Uhr, Zwinglikirche:
Generationengottesdienst, Halloween
«Frau Holle», Pfarrer Sascha Thiel, anschliessend Mittagessen im Saal Zwinglikirche

Friedensgebet Zwinglikirche.
Kein Friedensgebet im Oktober
Meditation. Jeden Montag in der Zwinglikirche, 18 Uhr. Andacht, Besinnung und Stille. Ab Montag, 19. Oktober, findet die Meditation neu um 19 Uhr statt

Brüggli-Park Dulliken.
Jeweils dienstags, 9.30–10 Uhr, 6. und 27. Oktober, reformiert
13. und 20. Oktober, katholisch

Trimbach

Johanneskirche
Fahrdienst: Anmeldung bis zwei Tage vorher bei Familie Rutschi, 062 293 30 62, Telefonbeantworter
Sonntag, 18. Oktober
10 Uhr, Crea-Gottesdienst mit dem Crea-Team, der Musikgruppe unter Leitung von Caesar Oetterli und Pfarrer Andreas Haag

Sonntag, 25. Oktober, Winterzeit
10 Uhr, Erntedankgottesdienst mit Pfarrer Andreas Haag, Musik: Christoph Hermann, Trompete, und Julia Voigt, Orgel. Anschliessend Chilekafi und Kirchenkreisversammlung. Siehe Tipp, Seite 10

Untergäu

Sonntag, 18. Oktober
10 Uhr, Kirche Wangen:
Gottesdienst zum Erntedank, Pfarrer Thierry Wey, es singt der Männerchor Wangen,
19 Uhr, Bruder-Klaus-Kirche Boningen:
liturgischer Abendgottesdienst zum Erntedank, Pfarrer Thierry Wey
Sonntag, 25. Oktober, Winterzeit
10 Uhr, Kirche Hägendorf:
Godi am Morge, mit Sozialdiakon Andreas Schindelholz, im Anschluss Teilete

Seniorenandachten

Jeweils am Donnerstagmorgen
Seniorenzentrum Untergäu:
10.30 Uhr
Marientheim Wangen:
8. und 22. Oktober, jeweils 9.45 Uhr

Musik

«Blütenzauber» –
Abendmusik-Saison
in der Pauluskirche

Gesamtkirchgemeinde Am letzten Sonntag im Oktober starten die Abendmusiken in der Oltner Pauluskirche in die neue Saison. Zu Gast ist das Dora-Piano-Trio mit den drei jungen Musikerinnen Sofia De Falco, Violine, Axelle Richez, Violoncello, und Rocco Michela, Klavier. Das junge Ensemble wurde im Jahre 2024 am Orpheus-Kammermusikwettbewerb mit dem ersten Preis ausgezeichnet. Darauf folgte die Möglichkeit, bei renommierten Kammermusikfestivals in der ganzen Schweiz aufzutreten. Im Mai 2025 war das Trio zudem Finalist beim Internationalen Brahms-Kammermusikwettbewerb in Danzig.

Für diese Abendmusik haben die drei Musikerinnen Werke von Joseph Haydn, Paul Juon und Ernest Chausson ausgesucht. Sie stellen den Abend unter den Titel «Sommerliches Mosaik», da in allen Werken der Sommer noch etwas nachklingen wird. Die ganze Abendmusik-Saison 2026/2027 steht unter dem Motto «Blütenzauber» und bietet einen äusserst bunten Blumenstrauss an vielseitigen Konzerten an.

Die weiteren Daten sind: 22. November, 10. Januar, 28. Februar und 2. Mai, jeweils sonntags um 17 Uhr. Gesamtprogramm kann per E-Mail über folgende Adresse bestellt werden: brsalvisberg@bluewin.ch. Vorverkauf über eventfrog.ch
Sonntag, 25. Oktober, 17 Uhr, Pauluskirche Olten

Christmas Carols –
Do you sing English?

Gesamtkirchgemeinde Join the Christmas carol choir or participate in other ways! Celebrate Olten’s Christmas carol service on 6th December.

Menschen aus verschiedenen Kulturen und Kirchen versammeln sich zu diesem einzigartigen Erlebnis. Gemeinsam singen und hören wir traditionelle englische Weihnachtslieder. Dazu wird extra ein Projektchor zusammengestellt, der unter der Leitung von Hiram Santos einige Carols einstudieren wird. Olten feiert einen englischen Weihnachtsgottesdienst am 6. Dezember, 17 Uhr in der Pauluskirche. Anmeldung: www.ref-olten.ch/carolservice
Proben: Samstag, 14., Freitag, 20., Samstag, 28. November, sowie Freitag, 4. Dezember, englischer Weihnachtsgottesdienst: Sonntag, 6. Dezember, 17 Uhr, Pauluskirche Olten



Scooterbahn wird Kirche: ökumenischer Kilbi-Gottesdienst in Hägendorf.

Kilbi-Gottesdienst auf der Scooterbahn

Rückblick Hägendorf Jung und Alt versammelten sich zum ökumenischen Kilbi-Gottesdienst auf der Scooterbahn in Hägendorf. Pfarrer Thierry Wey, Kaplan Konrad Mair und Zirkuspfarrer Adrian Bolzern konnten eine erwartungsvolle Gemeinde begrüßen.
Die Predigt stand unter dem Thema «Garten». Adrian Bolzern verglich verschiedene Blumen mit menschlichen Eigenschaften, so z. B. Sonnenblume,

Rose, Kaktus, Lilie, Vergissmeinnicht und weitere. Zu jeder Blume fand er unter den Anwesenden einen passenden Menschen. Diese Personen durften die Blumen mit nach Hause nehmen. Musikalisch gestaltet wurde der Gottesdienst von Elian Frei, Jazzsängerin und Gesangslehrerin in Olten. Maya Hauri, die Betreiberin der Scooter-Anlage, und die Kirchgemeinden luden anschliessend zum gemeinsamen Apéro ein.



Willkommensgottesdienst zum neuen Konfirmationsjahr.

Gospels und Farben für neuen Konfjahrgang

Rückblick Trimbach Am 6. September fand in Trimbach der Begrüssungsgottesdienst für den neuen Konfjahrgang statt. Der Rahmen wurde vom Gospel-workshop und vom Einsatz des Chores bestimmt. Die Rhythmen der Spirituals nehmen mit, obwohl die Wurzeln dieser Musik in einem düsteren Kapitel der Geschichte sind: der Sklaverei in Amerika. Jene unterdrückten Menschen schöpften Kraft aus dieser Musik, denn sie wussten, dass durch den Glauben etwas Grösseres in ihr Herz gelegt ist. Im Kurzimpuls von Pfarrer Uwe Kaiser stand der Vers aus dem Lukasevangelium – «Das Reich Gottes ist mitten unter euch» aus Lukas 17 – im Zentrum.
Bevor die Jugendlichen zum Zug kamen, wurde das ganze Team der Mitwirkenden im Konfirmationsprogramm vorgestellt. Dazu gehört neu auch Brenda Bosshard, die seit September als als Sozial-

pädagogin in Ausbildung in der Kirchgemeinde angestellt ist. Sie wurde von Andreas Wurzer seitens der Geschäftsleitung und Manuela Schällmann als Praxisbegleiterin mit einem Blumenstrauss herzlich willkommen geheissen.
Die Konfirmandinnen und Konfirmanden wurden in Gruppen vorgestellt und mit einem Applaus begrüsst. Um den persönlichen Austausch zu fördern, wurden sechs Kleingruppen gebildet, die sich für den Gottesdienst auf eine Kleiderfarbe einigen mussten. Farbigkeit und Vielfalt kamen auch so zum Ausdruck. Die Jugendlichen werden in den Herbstferien im Konflager eine intensive Zeit erleben. Immer wieder sehen sie sich in den gewählten Kursmodulen, bis sie sich alle zusammen nächsten Frühling im Schlussteil auf die Konfirmation im Juni vorbereiten. PFARRER UWE KAISER

Kinder, Jugend und Familie

«Kamel Kemailj» –
ein Weihnachts-
musical mit Kindern
und Jugendlichen

Proben ab Ende Oktober Auch in diesem Jahr wird kirchenkreisübergreifend ein Weihnachts-musical (Krippenspiel) aufgeführt. Die Proben für «Kamel Kemailj» beginnen am Freitag, 30. Oktober, und werden hauptsächlich in der Pauluskirche Olten durchgeführt. Die Aufführungen finden am Freitag, 18. Dezember, 18 Uhr, Pauluskirche; Samstag, 19. Dezember,

14 Uhr, Hägendorf, und am Sonntag, 20. Dezember, 17 Uhr, Hägendorf statt. Anmeldungen für Kinder ab 7 Jahre online via ref-olten.ch bis Montag, 19. Oktober. Jugendliche ab der Oberstufe können beim Musical mithelfen. Infos: Beat Bachmann, beat.bachmann@ref-olten.ch, 076 522 41 89.

Untergäu

Fiire mit Chind. Überkonfessioneller Familiengottesdienst für alle Kinder mit ihren Eltern, Grosseltern oder Begleitpersonen. Nächster Treff: Sonntag, 15. November. Kontakt: Kathrin Hunn, 079 771 09 31
Chrabbelträff Hägendorf. Für Mütter und Väter mit ihren kleinen Kindern. Dienstag, 20. Oktober, 9–11 Uhr, im Kirchgemeindehaus Hägendorf. Kontakt: Patricia Wyss, 076 540 19 64
Mittwoch-Spielträff in Wangen. Ein Treffpunkt für Kinder vom Kindergarten bis zur 5. Klasse. Die Kinder spielen drinnen und draussen, sie hören Geschichten aus der Bibel, es ist für alle eine handyfreie Zone. Mittwoch, 21. Oktober, 14–16.30 Uhr, Kirchgemeindesaal Wangen. Kontakt: Marlis Schöni, 062 216 45 89
Jungschi OmG in Wangen. Für Kinder von der 1. bis zur 6. Klasse. Onderwägs mit Gott: ein erlebnisreicher Samstagnachmittag mit Spiel und Spass, einem feinen Zvieri, mit Aktivitäten draussen und mit Geschichten aus der Bibel. Samstag, 31. Oktober, 14–17 Uhr. Treffpunkt Pausenplatz Hinterbüelschulhaus. Kontakt: Manuela Schällmann, 076 524 33 70
Jugendtreff in Wangen. Für Teens von der 6. bis zur 9. Klasse. Freitag, 30. Oktober, 18–21 Uhr, Kirchgemeindesaal Wangen. Kontakt: Andreas Schindelholz, 076 268 38 60

«Pop-up» in Hägendorf. Für Teenager im Alter von der 5. bis zur 9. Klasse. Freitag, 23. Oktober, 18–21 Uhr im Jugendkeller in Hägendorf. Gemeinschaft und Action erleben, Znacht essen, spielen und Spass haben. Kontakt: Andreas Schindelholz, 076 268 38 60
«young&free». Für junge Leute von 16 bis 30 Jahren. Freitag, 16. Oktober, 18 Uhr, Jugendkeller in Hägendorf. Kontakt: Andreas Schindelholz, 076 268 38 60

Olten-Stadt

Fiire für Gross und Chlii. Samstag, 31. Oktober, 10 Uhr, Pauluskirche. Mit Schnecke Kunigunde, spannenden Geschichten, schönem Bhaltis, Znüni und Spiel. Kontakt: Melanie Ludwig, 062 212 48 84
Weihnachtspäckli-Aktion. Samstag, 7. November, Pauluskirche. Schülerinnen und Schüler der 5./6. Klasse und aus der Oberstufe stellen von 9 bis 12 Uhr Päckli für Menschen in Osteuropa zusammen. Geldspenden und eventuell Mithilfe beim Einkaufen und Verpacken mit den Kindern sind erwünscht. Kontakt: Beat Bachmann, beat.bachmann@ref-olten.ch, 062 212 89 18



Ein Paket reist von Olten nach Osteuropa.

Informationen

Workshop «100 Jahre
Friedenskirche»

Gesamtkirchgemeinde 2029 feiert die Friedenskirche ihr 100-Jahr-Jubiläum. Um ein schönes und breit abgestütztes Fest machen zu können, wollen wir in einem Workshop Ideen und Ressourcen zusammentragen. Wir bitten um eine Anmeldung an Pfarrer Uwe Kaiser. Kernteam: Johan Post, Reinhold Lückhardt, Uwe Kaiser.
Samstag, 31. Oktober, Saal der Pauluskirche, 9.30–12 Uhr, anschliessend Mittagessen

Informationen und
Austausch an der Kirchen-
kreisversammlung

Trimbach Der Kirchenvorstand Trimbach lädt zur Kirchenkreisversammlung ein. Im Anschluss an den Erntedankgottesdienst wird auf das Kirchenjahr zurückgeschaut. Christa Baumgartner gestaltet dazu einen Kurzfilm mit den Höhepunkten der vergangenen Monate. Ausserdem schauen wir voraus und stellen das Jahresprogramm 2027 vor. Es besteht auch die Möglichkeit, Ideen und Wünsche einzubringen, sowie für Fragen und Anregungen.
Sonntag, 25. Oktober, 10 Uhr, Johanneskirche

Bildung und Gesundheit

Die Bibel als Kochbuch?
Essen ist mehr

Untergäu Wangen Ein Vortrag zum Thema «Ernährung aus christlicher Perspektive». Was ist eine gesunde Ernährung? Und was ist eine gute Esskultur? Wie esse ich mit einem guten Gewissen? Fair, bio, vegan? Mit solchen Fragen hat sich das Ehepaar Peter und Gabriele Prock auseinandergesetzt. Sie sind die Autoren von «Essen ist mehr – Ernährung aus biblischer, wissenschaftlicher und praktischer Sicht». Peter, aus der Sicht des Mediziners und Theologen, und Gabriele, aus der Sicht der Hauswirtschaftslehrerin, Mutter und Grossmutter, wollen sich dem Thema ganzheitlich nähern und die Freude und Dankbarkeit für das Essen neu in uns wecken. Vortrag mit anschliessender Fragerunde und Apéro. Eintritt frei.
Montag, 26. Oktober, 19.30 Uhr, Kirche Wangen

Herbstfasten
in der Zwinglikirche

Dulliken Ruhe – loslassen – still werden – bei mir ankommen. Wie die Natur im Herbst loslässt, dürfen auch wir loslassen und in der Stille entdecken, was bleibt. Fünf Tage Fasten, Meditation und bewusste Stille: eine Einladung, dem Körper Raum und der Seele Ruhe zu schenken. Dein Weg – dein Rhythmus. Beginn und Ende des Fastens sind selbst bestimmt. Du kannst kürzer oder länger fasten und deinen eigenen Weg durch diese Tage finden. Anmeldung und Info: peter.brandt@ref-olten.ch oder www.ref-olten.ch/fasten
Montag, 26., bis Freitag, 30. Oktober, 19.30 Uhr im Saal der Zwinglikirche

Experiment Stille

Gesamtkirchgemeinde Eine Lesung mit Barbara Dietz-Stilli. Musikalische Mitgestaltung: Stefania Rizzo, Harfe. Barbara Dietz-Stilli, seit 2008 auf dem kontemplativen Weg, nimmt uns mit auf eine Reise in die Geheimnisse der Stille, die sie in ihrem neusten Buch beschreibt. Die seit 2017 in Olten wohnhafte Autorin lädt dazu ein, den Schatz der Stille zu entdecken, der sich jedem anders öffnet. Eintritt frei, Kollekte. Veranstalter: Verein der Freundinnen und Freunde des Klosters Olten.
Mittwoch, 30. September, 19.30 Uhr, Klosterkirche Olten

Special

Herbst-Kleidertausch für Frauen

Trimbach, Ladies-Night Hast du gut erhaltene Kleider und Accessoires, z.B. Gürtel, Foulards, Hüte, Modeschmuck, und möchtest diese gegen andere Artikel tauschen? Du kannst auch Sachen abgeben, ohne dass du etwas mitnimmst, oder ohne Sachen kommen und trotzdem etwas mitnehmen. Kontakt: Corinne Etter, 062 293 12 75. **Freitag, 23. Oktober, 18–20 Uhr, Johannessaal**

Zu Fuss vom Bodensee zum Lac Léman

Olten-Stadt, Senioren Der Fotograf Christof Sonderegger berichtet bildintensiv und humorvoll von seinem sportlichen Abenteuer. Anschliessend Beisammensein bei Kaffee und Dessert. **Mittwoch, 14. Oktober, 14 Uhr, Saal Pauluskirche**

Ökum. Seniorennachmittag in Hägendorf

Untergäu Auch dieses Jahr herzliche Einladung zum Seniorennachmittag mit einem feinen Mittagessen und einem kurzweiligen, unterhaltsamen Rahmenprogramm. Anmeldung bis Dienstag, 20. Oktober, an Raphaela Imhof, 062 212 29 85, raphaela.imhof@gmx.ch. **Donnerstag, 29. Oktober, 12 Uhr, reformiertes Kirchgemeindehaus Hägendorf**

Sicherheit im Alter – häufige Opfer von Betrügern

Seniorentreff Wangen Es ist eine Tatsache, dass vor allem Seniorinnen und Senioren immer wieder von Betrügern angegangen werden. Ob am Telefon oder auf der Strasse – Senioren können sich weniger energisch zur Wehr setzen als junge Erwachsene. Auch im Internet und in den neuen Medien sind die Senioren in der Regel weniger vertraut somit die einfacheren Opfer. Deshalb informiert an diesem Nachmittag die Polizei über Telefonkriminalität, Schockanrufen, Cybergefahren. Im Anschluss gibt es Kaffee und etwas Süsses. **Mittwoch, 28. Oktober, 14 Uhr, Saal der Kirche Wangen**

Palliative Care: Vom Aushalten und Weitergehen in schwierigen Zeiten



Bildungsverantwortliche Martina Holder-Franz.

Referat von Pfarrerin Martina Holder mit Impulsen aus der Palliative Care. «Ich halte das fast nicht mehr aus»: Dieser Satz eines pflegenden Angehörigen zeigt, wie schnell uns das Leben an Grenzen bringt. Er war am Ende seiner Kräfte und wollte mit dieser Bemerkung nicht seine schwer kranke Frau verletzen. Erst im Gespräch wurde ihm klar: Er brauchte dringend eine Auszeit – und Menschen, die einfach da sind und ihn entlasten. Aushalten ist oftmals nur möglich, wenn wir Hoffnung schöpfen und erfahren, dass wir in Krisen und schwierigen Situationen nicht allein gelassen werden. An diesem Abend denken wir darüber nach, was uns Kraft gibt, wenn wir Schwieriges aushalten müssen, und was uns half, unseren eigenen Lebensweg weiterzugehen.

Was Sie an diesem Abend erwartet

Neue Perspektiven: Wie finden wir den Mut, unseren Weg in schwierigen Zeiten weiterzugehen? Wertvolle Impulse: Wie könnten Wege aus der Ohnmacht zurück zu neuer Energie aussehen? Gemeinsamer Austausch: Was gibt uns Kraft, wenn das Leben schwer wird? Die Referentin Pfarrerin Martina Holder-Franz arbeitet als Bildungsverantwortliche für Palliative Care für die drei Landeskirchen im Kanton Aargau und ist Pfarrerin in Riehen.

Die Palliative-Care-Regionalgruppe der Kirchgemeinde Olten lädt freundlich ein. Kontakt für Fragen: Pfarrer Andreas Haag, 062 293 32 42. **Dienstag, 3. November, 19.30 Uhr, Saal der Pauluskirche Olten, Grundstrasse 18**



Heidi Lanz – 33 Jahre Blumenpracht in der Johanneskirche Trimbach

Trimbach Heidi Lanz sorgt seit 33 Jahren Sonntag für Sonntag für die schöne Blumendekoration in der Johanneskirche. Mit ihren prächtigen Gestecken bereitete sie in etwa 1300 Gottesdiensten unzähligen Menschen Freude und verschönerte den Kirchenraum mit ihren Blumenkunstwerken. In der Adventszeit gestaltete sie mit einem Team von Freiwilligen den grossen Adventskranz, der die Kirchenbesucher erfreute. Auch die kleinen Kränze, welche bei den Bankreihen angebracht wurden, gestaltete sie liebe- und kunstvoll. Im Erntedankgottesdienst am 25. Oktober wollen wir «unserer Blueme-Heidi» herzlich danken für ihren grossen Einsatz und ihr eindrückliches Engagement würdigen. In dieser Feier werden wir Ruth Iseli willkommen heissen, die zukünftig unsere Johanneskirche mit Blumen verschönern wird.

Agenda		
Olten-Stadt		
Gesprächsangebot. Ein Spaziergang in der Natur, auf dem wir uns Zeit nehmen für ein Gespräch über Glaubensfragen oder über Ihre Anliegen. Pfarrerin Melanie Ludwig, 062 212 48 84, melanie.ludwig@ref-olten.ch Trauercafé. Freitag, 16. Oktober, 18–19.30 Uhr, Calvinstube, Pauluskirche. Kontakt: Pfarrerin Melanie Ludwig, 062 212 48 84, melanie.ludwig@ref-olten.ch Welthospiz- und Palliative-Care-Tag. Vom Samstag, 10., bis Samstag, 17. Oktober, findet die erste kantonale Palliative-Care-Woche im Kanton Solothurn statt. Weitere Informationen finden Sie unter: www.palliative-so.ch Zäme ässe – machsch mit? Mittwoch, 14. Oktober, 12–13 Uhr, Calvinstube, Pauluskirche. Du bringst dein Essen oder Picknickmit, für Getränke ist gesorgt. Infos bei Esther Graf, esther.graf@ref-olten.ch , 079 485 78 09 Volkstänze, Kontakt: Ursula Rutschi-Probst, ursula.rutschi@livenet.ch , 062 293 30 62 Taizé-Feier, Samstag, 24. Oktober, 18 Uhr, Kirche St. Martin Olten		
Senioren/aktiv 66+ Kontakt: Pfarrer Uwe Kaiser, 062 296 22 60, uwe.kaiser@ref-olten.ch		
Gemeinsame Anlässe. Mittwoch, 14. Oktober, 14 Uhr. Christof Sonderegger erzählt von seinem sportlichen Abenteuer, Saal Pauluskirche. Siehe Tipp, Seite 10 Treffpunkt-Chörl. Samstag, 17. Oktober, 14 Uhr, Calvinstube, Singprobe Spielgruppe. Jassrunde oder andere Spiele am letzten Mittwoch im Monat. Kontakt: Ursula Kämpf, 062 296 10 23, oder Edith Lang, 062 296 13 83 Wandergruppe. Dienstag, 13. Oktober. Kontakt: Jürg Schlegel, 062 297 05 10 oder Margrit Gürel, 079 503 67 61 Zwischenhalt. Kaffee und Gespräche über aktuellen Themen aus biblischer Perspektive. Donnerstag, 22. Oktober, 14.30 Uhr,	Zehndersaal, Friedenskirche. Kontakt: Pfarrer Uwe Kaiser, 062 296 22 60, uwe.kaiser@ref-olten.ch	Dulliken, Starrkirch-Wil, Walterswil
Ökumenische Frauengemeinschaft Lotto-Nachmittag. Montag, 5. Oktober, 14 Uhr, katholisches Pfarreizentrum, separate Einladung, margrit.guerel@ref-olten.ch Zäme ässe. Mittwoch, 14. Oktober, 12 Uhr, reformierte Zwinglikirche. Menü Surprise. Anmeldung bis Montag, 12. Oktober an Bernadette Bärtschi, 062 295 22 82, auf Telefonbeantworter sprechen. Unkostenbeitrag 20 Franken Zmorgeträff. Mittwoch, 21. Oktober, 8.30 Uhr, Unkostenbeitrag 5 Franken, Saal Zwinglikirche, ohne Anmeldung, ursula.bodmer@ref-olten.ch Seniorentreff. Dienstag, 13. Oktober, 14.30 Uhr, Treffpunktchörl, mit Kaffee und Gebäck, Saal Zwinglikirche, anita.luescher@ref-olten.ch Älteste christliche Literatur Dulliken. In unserer Online-Lektüregruppe nehmen wir die christliche Literatur der ersten beiden Jahrhunderte in den Blick. Donnerstag, 22. Oktober: «Benediktregel», Pfarrer Sascha Thiel, sascha.thiel@ref-olten.ch Herbstfasten. Montag, 26. bis 30. Oktober, siehe Tipp Seite11 Streiflichter der Mystik. Freitag, 30. Oktober, 19.15 Uhr, in dieser Gruppe lesen und erschliessen wir gemeinsam Klassiker der mystischen Literatur sowohl der Christentums als auch anderer Religionen und probieren die darin beschriebenen Wege der Verbindung mit dem Göttlichen aus, sascha.thiel@ref-olten.ch Migrations- und Integrationsangebote in Dulliken. Jeweils 19–20 Uhr mit Kinderbetreuung. Dieses Angebot in der Zwinglikirche Dulliken ist kostenlos, erfordert jeweils eine verbindliche Anmeldung bei: sascha.thiel@ref-olten.ch .	Mittwoch, 14. und 21. Oktober, internationaler Treff mit Kaffee und Gebäck, Saal Zwinglikirche Mittwoch, 28. Oktober, Training Deutsch im Saal Zwinglikirche Femmes Tisch. Donnerstag, 15. Oktober, 18–20 Uhr, Zwinglikirche Dulliken. Kostenlos, keine Anmeldung. Femmes Tische sind Gesprächsrunden unter Frauen. Wir sprechen über wichtige Themen aus dem Alltag. Wir tauschen Erfahrungen aus und lernen voneinander. Informationen bei Roken Shiko, 078 979 28 29. Der Femmes Tisch International ist ein Kooperationsprojekt mit dem SRK Solothurn	
Trimbach		
Büchertauschbörse. Samstag, 24. Oktober, 9.30 bis 13 Uhr, im Matthäusraum in der Johanneskirche Bibel im Gespräch. Offene Gesprächsrunde zum Danielbuch im Lukassaal. Mittwoch, 21. Oktober, 9.30–10.45 Uhr. Infos: Andreas Haag, 062 293 32 42 Gospelchor Trimbach. Donnerstag, 15., 22. und 29. Oktober, 19.45–21.15 Uhr. Weitere Infos: Andreas Haag, 062 293 32 42 Jassnachmittag. Donnerstag, 8. und 22. Oktober, im Lukassaal 14–17 Uhr. Infos: Ursula Brechbühler, 062 293 28 24 Frühgebet. Das halbstündige Gebet enthält eine Lesung, Lieder, einen Psalm im Wechsel, das «Unser Vater», Stille und Zeit für freies Gebet. Freitag, 23. und 30. Oktober, 7–7.30 Uhr, Johanneskirche Trimbach. Infos: Ursula Rutschi, 062 293 30 62 Stricktreff. Montag, 19. Oktober, 19.30–21.30 und Dienstag, 27. Oktober, 14–16 Uhr im Matthäusraum in der Johanneskirche Männergruppe. Dienstag, 27. Oktober, 19.30–21.30 Uhr, Lukassaal. Grosse Gefühle beim Filmabend Ladies-Night. Freitag, 23. Oktober, 18–20 Uhr.		

Frauen Kleidertauschbörse im Johannessaal. Siehe Tipp, Seite 10
Ökum. Frauengemeinschaft. 14 Uhr, St. Mauritiuskirche, Trimbach. Vortrag über Effektive Mikroorganismen (EM), Claudia Bucher, 079 371 95 60

Senioren
Sidemätteli-Stubete Winznau. Treffen für ältere Menschen. Montag, 5. Oktober, 14.30 Uhr, im katholischen Pfarreisaal in Winznau. Fahrdienst: Gerhard Eglin, 062 295 45 34
Silberdistel Trimbach: Dienstag, 20. Oktober, 14.15–16.15 Uhr, Johannessaal. Herbstnachmittag mit musikalischem Überraschungsgast. Bevor wir eine feine Wurst mit Brot und Wein geniessen können, kommt ein Überraschungsgast zu Besuch. Wir sind gespannt auf seine Musik und seine Lieder. Kontakt: Pfarrer Andreas Haag, 062 293 32 42

Untergäu

Männerstamm. Jeweils Montagabend um 19.30 Uhr, Pfarrhaus in Hägendorf. Austausch, Bibellesen und Gebet. Kontakt: Daniel Hug, 079 582 74 04
Gemeindegebet. Mittwoch, 7. und 21. Oktober, 19.30 Uhr, Kirche Hägendorf
Runder Tisch. Donnerstag, 1., 15. und 29. Oktober, 9 Uhr, Pfarrhaus Hägendorf
Kirchenchor Untergäu. Probe jeweils am Mittwoch, 20.15 Uhr, Kirche Wangen
Bibelabend. Gemeinsam die Bibel entdecken, jeweils am Donnerstag, 20–21 Uhr, Kirche Wangen. Kontakt: Pfarrer Thierry Wey, 077 437 21 60

Senioren
Seniorennachmittag Hägendorf. Donnerstag, 8. Oktober, Rosenlotto. Kontakt: Andreas Schindelholz, 076 268 38 60
Seniorentreff Wangen. Mittwoch, 28. Oktober, 14 Uhr. Sicherheit im Alter, Besuch von der Polizei. Kontakt: Lisbeth Walder, 079 613 91 17
Stricknachmittag Wangen. Donnerstag, 8. Oktober, 14–16 Uhr, Unterrichtszimmer reformierte Kirche. Kontakt: Irene Affolter, 079 680 71 18

Kasualien

Olten-Stadt
Abschied: Marie Nägeli-Fuhrer, geb. 1944; Willy Bruderer, geb. 1925, Andrea Blum-Lüscher, geb. 1975; Judith Heiniger, geb. 1970; Laura Bischof-Grütter, geb. 1931

Dulliken
Taufe: Elisa Kreuter, geb. 16. Juni 2026, Tochter der Tanja und Jesse Kreuter-Walther, Starrkirch-Wil
Abschied: Marie-Louise Mühethaler, geb. 1939, Dulliken

Untergäu
Abschied: Ruth Meyer-Schär, geb. 1932, Wangen

Kontakt

Olten-Stadt
Pfarramt Friedenskirche: Pfarrer Uwe Kaiser, 062 296 22 60, uwe.kaiser@ref-olten.ch
Pfarramt Pauluskirche: Pfarrerin Melanie Ludwig, 062 212 48 84, melanie.ludwig@ref-olten.ch
Sekretariat: Friedenskirche Olten, Reiserstrasse 89, Susanne Gysin, 062 212 76 17, susanne.gysin@ref-olten.ch, Di, 7.30–14 Uhr, Do, 7.30–10.30 Uhr, oder nach Vereinbarung
Raumvermietung: Susanne Gysin, 062 212 76 17, susanne.gysin@ref-olten.ch
Sozialdiakonie: Kathrin Salvisberg, 079 448 72 25, kathrin.salvisberg@ref-olten.ch
Beat Bachmann, 076 522 41 89, beat.bachmann@ref-olten.ch

Trimbach
Pfarramt: Pfarrer Andreas Haag, 062 293 32 42, andreas.haag@ref-olten.ch
Sekretariat: Karin Durand Stalder, karin.durand@ref-olten.ch, 062 293 65 41, Di und Do, 9–11 Uhr
Diakonische Mitarbeiterin: Siân Surer, 062 295 42 12, sian.surer@ref-olten.ch

Dulliken
Pfarramt: Pfarrer Sascha Thiel, 062 295 43 53, sascha.thiel@ref-olten.ch
Sekretariat: Marlise Vogt, 062 295 22 87, marlise.vogt@ref-olten.ch, Di und Do, 14–16 Uhr
Diakonischer Jugendmitarbeiter: Beat Bachman, 076 522 41 89, beat.bachmann@ref-olten.ch

Untergäu
Pfarramt Untergäu: Pfarrer Thierry Wey, 062 212 67 08, 077 437 21 60, thierry.vey@ref-olten.ch
Pfarrerin Melanie Ludwig, 062 212 48 84, melanie.ludwig@ref-olten.ch
Sekretariat: Nicole Stuber, 079 842 73 18, nicole.stuber@ref-olten.ch, Dienstag- bis Freitagmorgen
Sozialdiakonie: Andreas Schindelholz, 076 268 38 60, andreas.schindelholz@ref-olten.ch
Manuela Schällmann, 078 228 38 84, manuela.schaellmann@ref-olten.ch

Gesamtkirchgemeinde
Verwaltung Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Region Olten, 4600 Olten, Mo–Do, 9–11 Uhr, 13.30–16 Uhr, 062 212 16 26, info@ref-olten.ch
Bereich Kinder und Jugend: Doris Bürgi, 062 213 07 86, doris.buergi@ref-olten.ch
Andreas Wurzer, 062 212 76 18, andreas.wurzer@ref-olten.ch

Zur Website

www.ref-olten.ch

Infos zu Gottesdiensten und Veranstaltungen

