



Schweizerischer
Gemeinnütziger
Frauenverein
Solothurn



Liebes Vereinsmitglied

Die Natur streift in diesen Tagen ihr Winterkleid ab und verzaubert uns zusehends mit ihren bunten Farben. Auch der SGF Solothurn wird in den kommenden Wochen einige Farbtupfer setzen. Gerne informieren wir dich über unsere geplanten Aktivitäten. Wir freuen uns, wenn du auch dabei bist!

Frohes Frühlingserwachen wünschen dir

Nicole, Denise, Theres, Désirée und Regula
Vorstand SGF Solothurn

AKTUELLES

Unser Sekretariat hat neue Öffnungszeiten

Unser Sekretariat im Haus Hirschen hat neue Öffnungszeiten: Am **Dienstag** und am **Donnerstag** jeweils von **9.00 bis 11.00 Uhr** nimmt Simone Borer eure Anliegen und Fragen gerne entgegen. Ansonsten könnt ihr uns wie bisher per E-Mail info@sgf-solothurn.ch oder über unsere Website sgf-solothurn.ch erreichen. Auch unsere Telefonnummer lautet unverändert 032 622 28 64.

AKTIVITÄTEN

Letzte Gelegenheit melde dich jetzt an:

Reise durch 150 Jahre Modegeschichte

Am Donnerstagnachmittag, 21. März 2024, besuchen wir im Rahmen unseres Diagonal-Programms die Modesammlung in Uerkheim (AG). Es erwartet dich eine spannende Zeitreise durch 150 Jahre Modegeschichte: vom Cul de Paris bis zu den aufsehenerregenden Hot Pants. Das neu eröffnete Museum präsentiert eine umfangreiche Palette an Roben, Kostümen, Unterwäsche, Schuhen und Hüten – garniert mit allerlei Accessoires aus vielen Jahrzehnten.

Donnerstag, 21. März 2024, 14.00 bis ca. 17.00 Uhr. Treffpunkt: City-Parkplatz, Solothurn. Wir fahren gemeinsam mit dem Auto.

Kosten: Mitglieder SGF Solothurn CHF 15.00 Uhr / Übrige CHF 20.00

Anmeldung: Bitte melde dich **bis 14. März 2024** [hier](#) an oder per E-Mail an diagonal@sgf-solothurn.ch.

Neues Datum Digi-Treff

Letzten Januar mussten wir den Digi-Treff leider kurzfristig absagen. Jetzt steht das neue Datum fest: **Donnerstag, 18. April 2024**.

Am Digi-Treff wird dir gezeigt, wie du deine Reisen mit der kostenlosen App der SBB auf deinem Smartphone oder Tablet planst. Du lernst, wie du von zu Hause aus oder unterwegs den elektronischen Fahrplan abfragst, Billette kaufst oder einen Sitzplatz reservierst. Am Kursnachmittag kannst du dich mit der SBB App vertraut machen, Fragen stellen und gemeinsam mit den anderen Kursteilnehmenden üben. Der SGF Solothurn führt den Digi-Treff in Zusammenarbeit mit der Computeria Solothurn durch.

Donnerstag, 18. April 2024, 14.30 bis ca. 16.00 Uhr im Haus Hirschen

Kosten: Mitglieder SGF Solothurn gratis / Übrige CHF 15.00

Anmeldung: bis 10. April per E-Mail an: kurs@sgf-solothurn.ch

Workshops zum Thema "Frauen und Finanzen"

Der SGF Solothurn führt drei gratis Workshops in Zusammenarbeit mit der Budget- und Schuldenberatung Aargau-Solothurn durch. Das Kursangebot richtet sich ausschliesslich an Frauen (jeden Alters). Du kannst dich auch nur für einen (oder zwei) der Workshops anmelden. Bitte bring auch deine Freundin, Tochter, Enkelin mit – das Thema Finanzen ist in jedem Lebensabschnitt wichtig. Nehmen wir Frauen unsere finanzielle Vorsorge selber in die Hand!

Kurs 1: Budget machen und einhalten – so gelingt es

In diesem Workshop lernst du die Grundlagen einer Budgetplanung kennen und verstehen, wie du dein Budget besser einhalten kannst. Ausserdem erhältst du wertvolle Tipps im Umgang mit Sozialversicherungen (z. B. Prämienverbilligung).

Datum: Mittwoch, 15. Mai 2024, 19.00 bis 21.00 Uhr, Haus Hirschen, Hauptgasse 5,

Solothurn

Anmeldung: kurs@sgf-solothurn.ch

Kurs 2: Der richtige Zeitpunkt für deine Altersvorsorge ist jetzt

Du lernst deine Handlungsmöglichkeiten innerhalb des Schweizer Altersvorsorgesystems besser kennen. Dabei verstehst du nicht nur die 3 Säulen, sondern auch, wie sich Care- oder Teilzeitarbeit auf deine Altersvorsorge auswirkt.

Datum: Donnerstag, 29. August 2024, 19.00 bis 21.00 Uhr, Haus Hirschen, Hauptgasse 5, Solothurn

Anmeldung: kurs@sgf-solothurn.ch

Kurs 3: Finanzen im Griff – auch wenn sich dein Leben verändert

In diesem Workshop lernst du, wie sich unterschiedliche Lebens- und Familienformen (Patchwork, Trennung, Scheidung, alleinerziehend, Teilzeitarbeit, Ehe, Konkubinats) auf dein Budget und deine Altersvorsorge auswirken.

Datum: Mittwoch, 6. November 2024, 19.00 bis 21.00 Uhr, Haus Hirschen, Hauptgasse 5, Solothurn

Anmeldung: kurs@sgf-solothurn.ch

Hier geht's zum Programmflyer.

RÜCKBLICKE

Herzlichen Dank!

Am 1. November 2023 bekamen wir Vorstandsfrauen Besuch von Simone Nanzer-Flury und Violaine Durand Nüssli. Die beiden SGF-Frauen überreichten uns den Erlös ihres Verkaufsstandes am Solothurner Märet. Gemeinsam mit Violaines Tochter hatten sie im vergangenen Frühling ihre selbstgemachten und wunderschön dekorierten Süssigkeiten und Naschereien feilgeboten. Die Spende in der Höhe von 400 Franken werden wir im Sinne unserer Vereinszwecke verwenden. Der Betrag

wird Frauen und Familien in finanziellen Engpässen zugutekommen.



Violaine Durand (links) und Simone Nanzer (rechts) haben unseren Co-Präsidentinnen Nicole Jenni und Denise Fluri den Check überreicht.

Unsere Lismi-Frauen spenden Wärme

Jahr für Jahr macht sich Christoph Oetterli, Vizepräsident des Vereins VITTOR – Zukunft mit Rumänien, im November auf die lange Reise nach Rumänien. Sein Auto samt Anhänger ist jeweils randvoll beladen mit Schulmaterial, Hygieneartikeln, Schweizer Schokolade und den wärmenden Mützen, Schals, Handschuhen, Socken usw. unserer Lismi-Frauen. Ziel ist die Stadt Caransebes im Südwesten Rumäniens, wo der örtliche Frauenverein die sehr willkommenen Waren entgegennimmt, sortiert

und als Geschenke verpackt. Viele Familien, Kinder und Betagte freuen sich auf die Weihnachtspakete, denn noch immer reichen die Minimallöhne und Renten kaum für das Allernötigste. Christoph Oetterli hat dem SGF Solothurn mit folgenden Zeilen gedankt:

"Eure Strickwaren kommen immer sehr gut an. Der Frauenverein von Caransebes hat ein gutes Gespür, wo die grösste Not herrscht und wem am meisten gedient ist. Viele Kinder erhalten an Weihnachten nur ein einziges Geschenk: das Päckli aus der Schweiz. Die Dankbarkeit der Beschenkten ist immer gross und herzlich."



Gut gefüllt mit den SGF-Strickwaren, Schreibutensilien und Hygieneartikeln.



Der örtliche Frauenverein sortiert die Spenden aus der Schweiz und verteilt sie schön verpackt als Weihnachtsgeschenke an Kinder, Familien und Betagte. Die Schoggi aus der Schweiz darf in keinem Päckli fehlen.

Filmtage-Besuch mit Apero riche

Am 24. Januar 2024 besuchten gegen 40 SGF-Mitglieder gemeinsam die 59. Solothurner Filmtage. Vor der Präsentation des Gewinnerfilms "Prix du public" waren die Filmfans zum Apero riche im Haus Hirschen geladen. Was uns dort erwartete, hätte ebenfalls eine Auszeichnung verdient. Unsere Vereinskolleginnen Violaine Durand und Simone Nanzer zauberten einen mehrgängigen Apero auf unsere Teller. Die beiden passionierten Hobbyköchinnen verwöhnten unsere Gaumen mit frisch zubereiteten Leckerbissen und sorgten als charmante Gastgeberinnen für die perfekte Einstimmung auf einen gelungenen Filmabend.

Gross war die Spannung, welcher Film den "Prix du public" erhalten würde. Der Publikumspreis ging an "Echte Schweizer" von Lukas Popadić, einem Schweizer mit serbischen Wurzeln. Der Film überzeugte uns mit seiner gelungenen Mischung aus spitzem Humor und dem Hinterfragen von Heimat, Zugehörigkeit und Integration beim Schweizer Militär.

