

Freiwillige gesucht fürs

# Senior\_innen-Café

Jeden Montagnachmittag findet im Begegnungszentrum CULTIBO das **Café Balance** statt. Das Café Balance ist ein Angebot der **Pro Senectute Kanton Solothurn** und bietet Senior\_innen die Gelegenheit, sich gemeinsam zu bewegen. Einfache, rhythmische Bewegungen zu Musik fördern die körperliche Stabilität und Flexibilität und damit auch die Gangsicherheit. In den Schulferien findet das Café Balance nicht statt.

Für die öffentliche Kaffeerunde im Anschluss an das Café Balance suchen wir interessierte Menschen, die dieses Angebot mitgestalten möchten.

Als Freiwillige\_r leisten Sie einen wertvollen Beitrag zum sozialen Zusammenleben im Quartier und erhalten die Möglichkeit, ein Angebot für Senior\_innen mitzugestalten.

## Ihre Aufgaben:

- Sie betreuen das Café Balance im Anschluss an die Bewegungsstunde von 15.00-16.30 (exkl. Vor- und Nachbereitung) als Gastgeber\_in für mindestens ein halbes Jahr.
- Sie beenden die Runde und verabschieden die Teilnehmer\_innen.

## Erwartungen:

- Sie leisten als Freiwillige\_r 1-2 Einsätze pro Monat.
- Sie sind kontaktfreudig und sind an anderen Menschen interessiert.
- Sie haben mündliche Deutschkenntnisse.
- Sie wohnen in Olten oder der näheren Umgebung von Olten.

## Wir bieten:

- Eine Einführung und Begleitung durch die Zentrumsleitung des CULTIBO.
- Einen Tätigkeitsausweis.

Kontakt:

Begegnungszentrum CULTIBO, Aarauerstrasse 72, 4600 Olten  
kontakt@cultibo.ch; 062 296 44 46