

Herzlich willkommen beim  
Schweizerischen Roten Kreuz (SRK)  
Kanton Solothurn



Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Solothurn





## Im Kanton Solothurn für Sie da!

**Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) Kanton Solothurn engagiert sich für die Mitmenschen im Kanton Solothurn, die sich in schwierigen Lebensumständen oder in einer Notsituation befinden. Wir leisten damit auch einen Beitrag zum Funktionieren der Gesellschaft und des Gesundheitswesens.**

**Unsere Dienstleistungen bieten wir zu sozialverträglichen Preisen an, damit alle davon profitieren können. Diese Tarifgestaltung ist nur dank der Unterstützung durch unsere Mitglieder, Spender:innen und Freiwilligen möglich.**

**Unser vielfältiges Angebot steht im Zeichen der Menschlichkeit. Wir erbringen es gemeinsam mit unseren Freiwilligen, solidarisch unterstützt von unseren Mitgliedern sowie unseren Spenderinnen und Spendern.**

# Unsere Angebote

## **Rotkreuz-Notruf**

Rund um die Uhr und per Knopfdruck verbinden wir Sie mit der Rotkreuz-Notrufzentrale. Diese organisiert die geeignete Hilfe für Sie.

## **Entlastungsdienst für pflegende Angehörige**

Damit Sie als betreuende Angehörige eine Auszeit nehmen können, übernehmen Pflegehelfende SRK die Betreuung Ihrer pflegebedürftigen Angehörigen.

## **Ergotherapie – den Alltag meistern!**

Ergotherapie unterstützt Menschen dabei, mit einer körperlichen, geistigen oder psychischen Einschränkung umzugehen und den Alltag zu bewältigen. Sie verbessert die Gesundheit und Lebensqualität und stärkt die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

Unser Ergotherapie-Team setzt gemeinsam mit Ihnen alltagsrelevante Ziele, damit Sie Ihre täglichen Aktivitäten so gut und selbstständig wie möglich meistern können.

## **Triage-Stelle – Vermittlung von Beratung und Hilfe**

Benötigen Sie Hilfe und wissen nicht, an wen Sie sich wenden können? Wir vermitteln Ihnen kostenlos die geeignete Adresse oder Unterstützungsmöglichkeit. Melden Sie sich bei uns telefonisch oder per Mail oder kommen Sie nach Olten oder Solothurn in die offene Sprechstunde.

## **Patientenverfügung SRK**

Wir beraten Sie individuell beim Erstellen Ihrer Patientenverfügung und geben Ihnen Informationen zum Vorsorgeauftrag. Damit Ihr Wille auch bei Urteilsunfähigkeit respektiert wird.

## ***chili***

Weshalb kommt es zu Streit und Konflikten und wie lässt sich besser mit solchen Situationen umgehen? In den *chili*-Trainings lernen Kinder und Jugendliche Verhaltensmuster und Rollen für Konfliktsituationen kennen, damit sie auf kreative, lustvolle und konstruktive Art mit Eskalationen umgehen können.

## **Babysitting-Vermittlungsplattform**

Eltern finden über unsere kostenlose Plattform eine passende Babysitterin oder einen passenden Babysitter für ihre Kinder.

## **Kinderbetreuung zu Hause RoKi**

Unsere Rotkreuz-Betreuerinnen springen ein, wenn Ihre Kinder krank sind oder Sie als Eltern Unterstützung benötigen. Wir bieten Ihnen eine rasche und verlässliche Betreuungslösung an.

## **Unsere Bildungsangebote**

Unser Bildungsangebot ist breit gefächert und unterstützt Sie auf Ihrem Weg, Ziele zu erreichen und Herausforderungen gelassener anzugehen. Lehrgänge, Kurse und Workshops aus den Themenfeldern Pflege und Betreuung, Gesundheitsförderung sowie Familie und Jugend bringen Anregungen und Erkenntnisse und eröffnen neue berufliche und private Möglichkeiten. Die Angebote richten sich an alle Bevölkerungs- und Altersgruppen.

## **Lehrgang Pflegehelfende SRK**

Im Speziellen bieten wir den Lehrgang Pflegehelfende SRK an. Dieser richtet sich an Personen, die beruflich in die Pflege einsteigen oder sich auf die Pflege von Angehörigen vorbereiten möchten.

**«Beim Lehrgang Pflegehelfende SRK lerne ich wertvolle Grundlagen der Pflege. Das ist Wissen fürs ganze Leben.»**

Valeria, Kursteilnehmerin

## **Arbeitsintegration**

Wir unterstützen Sie beim Einstieg in den ersten Arbeitsmarkt. Möchten Sie sich beruflich in der Pflege von älteren oder beeinträchtigten Menschen engagieren und den Lehrgang Pflegehelfende absolvieren? Wir begleiten Sie auf diesem Weg. Unser Coaching unterstützt Teilnehmende im Lehrgang Pflegehelfende SRK sowie Personen im Anerkennungsverfahren von ausländischen Ausbildungsabschlüssen.

## **Rotkreuz-Fahrdienst**

Der Rotkreuz-Fahrdienst bringt Sie zuverlässig zu medizinischen Terminen, zum Coiffeur, zum Einkaufen oder dorthin, wo Sie es wünschen – unterstützt durch Freiwillige.

## **Besuchs- und Begleitdienst**

Unsere Freiwilligen besuchen Sie auf einen Kaffee, einen Schwatz oder eine Spielrunde oder begleiten Sie bei Ihren Freizeitaktivitäten.

## **Mentoring**

Möchten Sie Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen mit Migrationsgeschichte in ihrem persönlichen Entwicklungsprozess, beim Lernen für Schule und Ausbildung oder beim Deutschlernen zur Seite stehen? Als Freiwillige:r treffen Sie sich alle ein bis zwei Wochen für eine oder zwei Stunden mit den Begünstigten und unterstützen sie je nach Bedarf.

**«Nach unserem Gespräch wurde mir einmal mehr bewusst, wie ansteckend Begeisterung sein kann. Ich habe das Gefühl, mit Mentoring einen guten Einstieg als Freiwilliger gefunden zu haben.»**

Jan, Freiwilliger Mentoring

## **Femmes-Tische – Gesprächsrunden für Migrantinnen**

Sie sind nicht gut genug vernetzt und sprechen noch nicht fliessend Deutsch? Sie möchten Informationen zu den Themen Gesundheit, Erziehung und Integration erhalten? Dann machen Sie in einer unserer Gesprächsrunden von Femmes-Tische mit. Als Teilnehmende oder Freiwillige sind Sie herzlich willkommen. Die Gespräche finden im ganzen Kanton in vielen Sprachen statt und sind kostenlos.

## **SRK Bus – zäme underwägs**

Gemeinsam mit unserer Projektleitung engagieren Sie sich als Freiwillige:r an Spiel- und Freizeitaktivitäten für die Bewohnenden der fünf Asylzentren des Kantons Solothurn. Das Projekt hat zum Ziel, mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Flucht- und Migrationshintergrund durch kreative und soziale Aktivitäten in Kontakt zu treten. Das können Guetzli-, Bastel- oder Sportnachmitte sein.



# Helfen auch Sie!

## **Helfen als Freiwillige oder Freiwilliger**

Mehr als 300 Freiwillige setzen sich beim Schweizerischen Roten Kreuz (SRK) Kanton Solothurn täglich für Mitmenschen ein, die auf Hilfe angewiesen sind. Dafür erhalten sie Einblicke in andere Lebenswelten und machen spannende Begegnungen.

## **Helfen als Mitglied, Spender:in oder mit einem Legat**

Die Mitglieder und Spender:innen bilden die Basis unserer Organisation. Jährliche Mitgliederbeiträge und Spenden machen unsere Hilfe besser planbar und damit noch wirkungsvoller. Dadurch stellen Sie sicher, dass die Rotkreuz-Angebote langfristig bestehen bleiben und Menschen in einer Notsituation geholfen werden kann.

Ihre finanzielle Zuwendung macht den Unterschied. Ob Sie das SRK Kanton Solothurn allgemein oder in einem besonderen Themenbereich oder Projekt unterstützen möchten – jeder Beitrag zählt.

Viele Menschen möchten über ihren Tod hinaus etwas Gutes bewirken. Mit einem Legat oder einer Erbschaft an das SRK Kanton Solothurn haben Sie die Möglichkeit, über Ihr Leben hinaus Spuren zu hinterlassen.

# Herzlichen Dank!

**Unser Dank gilt allen, die uns als Freiwillige, Mitglieder und Spender:innen die Möglichkeit geben, Menschen in unserem Kanton täglich auf vielseitige Weise zur Seite zu stehen. Vielen Dank für Ihren Beitrag!**

Jetzt spenden oder  
Mitglied werden



Möchten Sie mehr über  
unsere Freiwilligen-Einsätze  
erfahren?



Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK)  
Kanton Solothurn  
Geschäftsstelle  
Baslerstrasse 44  
4600 Olten

Telefon 032 622 37 20  
[info@srk-solothurn.ch](mailto:info@srk-solothurn.ch)  
[www.srk-solothurn.ch](http://www.srk-solothurn.ch)



Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Solothurn

