

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1996-1997)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Leben heute

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 20.11.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Leben heute

### Astrologie – Vortrags-Zyklus

Tag/Zeit	<b>Mittwoch, 14.00 – 15.30 Uhr</b>
Ort	St.-Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1
Leitung	Susanne Koller, dipl. Astrologin SFER
Kosten	Fr. 50.–
Anmeldung	bis 23. August

- 4. Sept.** Das Horoskop  
Die astrologischen Zeichen
- 11. Sept.** Astrologie und Astronomie  
Die Planeten
- 18. Sept.** Die astrologischen Häuser  
Die Aspekte

### Atemkurse

Eine gute Atemfunktion fördert Ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden und steigert somit Ihre Gesundheit und Lebensqualität. Mit Hilfe einfacher Übungen in Ruhe und Bewegung lernen Sie Ihren Atem zu verbessern. Die bekannten Folgen von schlechter Atmung wie Abgeschlagenheit, Nervosität, muskuläre Verspannung, Rücken- oder Gelenkbeschwerden, Konzentrations- und Schlafstörungen können weitgehend eliminiert oder vermindert werden. Als Grundlagen dienen die Methoden des Erfahrbaren Atems nach Frau Prof. Ilse Middendorf und die Integrale Atem- und Bewegungslehre nach Clara Wolf.

Datum	<b>Montag, 12. August – 23. September (7x)</b>
Zeit	10.15 – 11.15 Uhr
Ort	Reiterstrasse 48
Leitung	Roger Stutz, Atemtherapeut
Kosten	Fr. 98.–
Kleidung	Bequeme Kleidung, Socken (kein Umziehen nötig)
Anmeldung	bis 29. Juli

Datum	<b>Dienstag, 13. August – 24. September (7x)</b>
Zeit	15.15 – 16.15 Uhr
Ort	Reiterstrasse 48
Leitung	Roger Stutz, Atemtherapeut
Kosten	Fr. 98.–
Kleidung	Bequeme Kleidung, Socken (kein Umziehen nötig)
Anmeldung	bis 29. Juli

Datum	<b>Mittwoch, 14. August – 25. September (7x)</b>
Zeit	10.00 – 11.00 Uhr
Ort	Reiterstrasse 48
Leitung	Roger Stutz, Atemtherapeut
Kosten	Fr. 98.–
Kleidung	Bequeme Kleidung, Socken (kein Umziehen nötig)
Anmeldung	bis 29. Juli

Datum	<b>Donnerstag, 15. August – 26. September (7x)</b>
Zeit	09.00 – 10.00 Uhr
Ort	Studio für Atem- und Bewegungsschulung, Blotzheimerstrasse 28
Leitung	Carmen Siegrist, Atemtherapeutin
Kosten	Fr. 98.–
Kleidung	Bequeme Kleidung, Socken
Anmeldung	bis 29. Juli

## Musik, Malen Gestalten

### Blockflötenspiel

Haben Sie gute Anfangskenntnisse im Sopran- und Altflötenspiel? Möchten Sie gerne fröhliche Tänze und leichte klassische Blockflötenmusik spielen? Wir heissen Sie herzlich willkommen!

Zeit	Freitag, 9.30 – 10.45 Uhr
Ort	Alterssiedlung, Bruderholzweg 3
Leitung	Theres Wurster
Kosten	Fr. 91.– pro Trimester Ab 3. Trimester Fr. 95.–

### Gitarrenspiel

Zeit	Dienstag, 9.30 – 10.30 Uhr
Ort	Im Rankhof 10, Saal
Leitung	Werner Müller
Kosten	Fr. 90.– pro Trimester Ab 3. Trimester Fr. 100.–

### Orchester

Es wird vor allem klassisch-romantische Musik gespielt, und dazu brauchen wir noch mehr Streichinstrumente wie: Geige, Bratsche, Cello etc.

Zeit	9.00 – 10.30 Uhr
Ort	Im Rankhof 10, Saal
Leitung	Werner Müller
Kosten	Fr. 92.– pro Trimester Ab 3. Trimester Fr. 95.–

### Chor

Wer Freude am Singen hat und auch gerne in einer gemütlichen Runde sitzt, ist in unserer gemischten Singgruppe herzlich willkommen.

Wir singen vor allem Volkslieder, zwei- oder dreistimmig.

Zeit	Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr
Ort	Im Rankhof 10, Saal
Leitung	Theres Wurster, Heidi Fürst
Kosten	Fr. 40.– pro Trimester

### Volksmusikgruppe

Haben Sie früher Handorgel gespielt? Hätten Sie nun wieder Zeit und Lust dazu? Dann sind Sie bei uns herzlich willkommen!  
Instrumente chromatisch und diatonisch (CF-Stimmung)

Zeit	Dienstag, 14.30 – 16.00 Uhr, 14-tägig
Ort	Wibrandishaus, Allschwilerplatz 9, (Hinterhof)
Auskunft	Karl Pregger, Tel. 382 70 81

### Evergreens

Wir spielen einmal im Monat Evergreens, Schlager und Oldies. Willkommen sind alle Instrumente, vor allem auch Flöten, Geigen etc. oder gar Sängerinnen.

Proben	1. Dienstag im Monat, 18.00 – 20.00 Uhr
Ort	Seniorentreffpunkt Kaserne, Klybeckstrasse 1b

### Malwerkstatt

An interessierte MalerInnen und ZeichnerInnen, die ihr Wissen themenspezifisch auffrischen oder erweitern wollen. Mit vorgegebenen Themen wird theoretisch über das breite Spektrum der Malerei orientiert und praktisch daran gearbeitet.

Tag/Zeit	Montag, 08.30 – 11.30 Uhr
Ort	St.-Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1
Leitung	Urs Leiser
Kosten	Fr. 60.– jeweils für 1 Thema an 2 Vormittagen (inkl. Material)
Anmeldung	immer 14 Tage im voraus für das gewählte Thema
	erster Anmeldeschluss: 2. September

<b>A</b>	<b>Perspektivisches Zeichnen</b>
<b>16. Sept.</b>	Die Zentralperspektive am Würfel
<b>23. Sept.</b>	Die Schrägperspektive am Würfel

<b>B</b>	<b>Hell-Dunkel</b>
<b>14. Okt.</b>	Schwarz-Weiss-Kontrast. Die Steigerung der Helligkeit
<b>21. Okt.</b>	Die Graustufen und die Farben

<b>C</b>	<b>Zeichenmaterialien und Stilleben</b>
<b>28. Okt.</b>	Blei-, Farb- und Filzstifte
<b>4. Nov.</b>	Kohle-, Kreide-, Pastell-, Neocolor- und Wachsfarben

<b>D</b>	<b>Farbenlehre</b>
<b>11. Nov.</b>	Goethes Farbenlehre und deren Bedeutung für die Malerei, Farbenkreis
<b>18. Nov.</b>	Farbige Schatten und expressive Farbempfindung in der Land- schaft