Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft

Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt

Band: - (1997)

Heft: 2

Rubrik: Regional Akzént : der Regionalteil der Pro Senectute Basel-Stadt

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



Nr. 2 / 1997

Der Regionalteil der Pro Senectute Basel-Stadt

INHALT REGIONALTEIL	
DIENSTLEISTUNGEN	R2
TREFFPUNKTE	R3
KURSANGEBOTE REGIONALTEIL	
KUNST UND KULTUR	R3
WISSEN HEUTE	R5
LEBEN HEUTE	R5
MUSIK, MALEN, GESTALTEN	R6
SPRACHEN	R6
SPORT UND BEWEGUNG	R7
Gym 60 und Turnen	R7
Schwimmen und Wassergymnastik, Segeln	R9
Minitennis, Tischtennis, Tennis	R10
Rhythmische Gymnastik,	D40
Kreatives Bewegen, Volkstanz	R10
Kreatives Bewegen, Volkstanz Laufpass für den Laufspass, Golfen	R10
Laufpass für den Laufspass,	

In eigener Sache

Effizienz und Leistungsoptimierung sind Begriffe, die wir aus der Wirtschaft kennen. Wir erleben es täglich: es ist der Kunde, der letztlich bestimmt, ob Konsumgüter produziert und Dienstleistungen erbracht werden. Es entwickelt sich ein Markt, und die Existenz der meisten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer hängt davon ab, ob die Firma, für die sie tätig sind, diesen Konkurrenzkampf erfolgreich besteht.



Wir setzen uns ein: ein schönes Alter für alle!

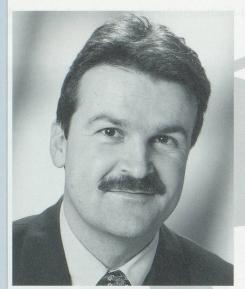
Dem Sozialwesen war während langer Zeit dieses kundenorientierte Denken und Handeln fremd. In den letzten Jahren, im Zusammenhang mit einem stagnierenden Wirtschaftswachstum und knappen Staatsfinanzen, wird aber vermehrt auch von sozialen Institutionen Leistung und Leistungsnachweis gefordert. Vom Subventionsgeber beispielsweise, der zu Recht wissen will, wofür er Steuergelder bezahlt. Der gute alte Subventionsvertrag wird abgelöst von einer Leistungsvereinbarung. Wo früher ein Sozialwerk wie Pro Senectute auf eine feste Subvention zählen konnte, die in einem Verhältnis zur Lohnsumme ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stand, sollen neu die effektiven Dienstleistungen entschädigt werden. «Output-Orientierung» ist das Stichwort. Was heisst das? Die Beiträge des Bundes für die Stiftung Pro Senectute werden ab Januar 1998 nach der Anzahl ihrer Beratungen, Hilfestellungen, Putzstunden, verteilten Menüs, Kurslektionen, Sportgruppen usw. bemessen.

Mancherorts wird die Befürchtung laut, dies führe zu einem Abbau mitmenschlicher Kompetenz. Zweifellos: Die Gefahr besteht, dass sich auch ein Sozialwerk soweit auf das Spiel der Wirtschaft einlassen muss, dass seine Sensibilität darunter leiden kann. Andererseits soll sich ein Sozialwerk wie Pro Senectute an seinen Leistungen messen lassen, vorausgesetzt, dass unter Leistung nicht nur Stunden, Kurse und Menüs verstanden werden, sondern auch die menschliche Qualität, mit der diese Leistung erbracht wird.

In diesem Sinne kann uns das neue Denken durchaus helfen. Keine Frage: Wir sind es Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, aber auch uns selbst gegenüber schuldig, uns immer wieder neu Gedanken darüber zu machen, ob das, was wir tun, einen Beitrag zu einem erfüllten Alter leistet und von älteren Menschen auch gebraucht wird. Das kann nur der Fall sein, wenn die geforderte Leistung getragen ist von einer sozialen Gesinnung. An diesem Anspruch wollen wir von Pro Senectute festhalten.

Werner Ryser

BKB-FORUM, Die Bank für Senioren



Herr A. Waespi Ressortleiter Privatkunden bei der BKB

Die Kundennähe ist für die Basler Kantonalbank (BKB) ein zentraler Grundstein des Erfolges. Wir richten unsere Dienstleistungen konsequent nach den Wünschen unserer Kunden aus. Dies bedeutet, dass wir alle unsere Kunden so betreuen, wie Sie es von uns erwarten.

So sind wir der Überzeugung, dass Senioren eine spezielle, ganz auf ihre Bedürfnisse zugeschnittene Beratung wünschen. Darum haben wir für ältere Menschen eine ganz besondere Dienstleistung geschaffen: In Zusammenarbeit mit Herrn W. Ryser, Geschäftsleiter der Pro Senectute Basel-Stadt, entstand das Projekt «Vermögensberatung für ältere Menschen».

Die Bedürfnisse älterer Menschen werden am besten durch ebenfalls ältere Fachleute der BKB befriedigt. Vier vor kurzem pensionierte Mitarbeiter der BKB sagten spontan zu, diese Vermögensberatung zu übernehmen. Sie stehen Ihnen für kostenlose Beratungsgespräche zur Verfügung und besuchen Sie dazu bei Bedarf gern zu Hause. Wir freuen uns, dass wir die insgesamt 160 Jahre Bankerfahrung dieser vier ehemaligen Mitarbeiter unseren Kunden wieder zur Verfügung stellen können. Ich möchte ihnen an dieser Stelle auch nochmals herzlich danken.

Wenn Sie einen Beratungstermin abmachen möchten, melden Sie sich bitte bei Pro Senectute Basel-Stadt, Tel. 272 30 71.

In den nächsten Ausgaben werden sich die vier Mitarbeiter der BKB an dieser Stelle einzeln vorstellen und auch zu einem aktuellen Finanz-Thema Stellung nehmen.

A. Waespi

Dienstleistungen

Das Angebot der «Hilfen zu Hause» von **Pro Senectute Basel-Stadt ist darauf** ausgerichtet, den Senioren ein selbständiges Leben zu Hause in der vertrauten Umgebung zu erleichtern und zu ermöglichen.

Mahlzeitendienst

Hauslieferung von Normal-, Schon-, Diabetesund fleischloser Kost. Preise zwischen Fr. 10.50 und Fr. 12.50.

Warme Mahlzeiten für Alterssiedlungen oder Kleingruppen ab 5 Personen.

365 Tage im Jahr. Preise zwischen Fr. 11.50 und Fr. 12.50 pro Mahlzeit.

Reinigungsdienst

Grossreinigungen, Fenster-, Kellerund Estrichreinigungen, Wohnungsreinigung bei Auszug, Dauerauftragsreinigungen. Kosten: Pro Stunde und pro Mitarbeiter (inkl. Putzmaterial) Fr. 34.-Daueraufträge (mind. 1x pro Monat) Fr. 29.-

+Wegpauschale pro Auftrag Fr. 20.-

Zügeldienst

Umzüge von Wohnungen (inkl. Hilfe beim Verpacken und Wiederaufstellen des Mobiliars). Transport von Möbeln und anderem Material.



Kosten: pro Stunde/pro Mitarbeiter Fr. 40.-. Für Nicht-AHV-Rentner: Fr. 50.-.

Miete Fassadenlift: Fr. 150.- ½ Tag.

Fr. 250. – ganzer Tag.

Miete für Transportfahrzeug je nach Aufwand. Inbegriffen in diesen Preisen sind Benzin und Kilometerkosten im Raume Basel und den umliegenden Gemeinden.

Anmeldung und Auskunft

für alle Ambulanten Dienste von Pro Senectute

Basel-Stadt: Montag - Freitag 8.00 - 11.45 Uhr Telefon 272 30 71 (Frau E. Bollier verlangen).

Waschdienst

Abholdienst und Rücktransport der Wäsche. Kosten: Für Waschen und Bügeln werden Einzelstückpreise verlangt. Für das Abholen und Bringen der Wäsche wird unabhängig von der Wäschemenge ein Unkostenbeitrag von Fr. 15.– erhoben.

Sozialberatung

- Unentgeltliche Beratung von Senioren und ihren Angehörigen bei menschlichen und finanziellen Problemen.
- Beratung in allen Fragen des Alterns.
- Hilfe bei der Bewältigung von Lebenskrisen und Beziehungsschwierigkeiten.
- Vermittlung der notwendigen Hilfen und Hilfsmittel.

Info-Stelle Luftgässlein 3

Neuanmeldungen Kurz-Informationen über soziale Dienste im Kanton Basel-Stadt: Frau B. Bubendorf, Herr W. Lüthi

Sprechstunden:

Dienstag, 14.00-16.00 Uhr

Telefonische Auskünfte:

Telefon 272 30 71

Montag	10.00 - 12.00	14.00 - 16.00
Dienstag	10.00 - 12.00	
Mittwoch		14.00 - 16.00
Donnerstag	10.00 - 12.00	14.00 - 16.00
Freitag	10.00 - 12.00	14.00 - 16.00

Dezentrale Beratungsstellen

Sprechstunden

nach Vereinbarung, Telefon 272 30 71 Gebietsaufteilung der Sozialberatung:

Grossbasel

Luftgässlein 3 Breite, Lehenmatt, St. Alban, Altstadt, Vorstädte, St. Johann

Beratung: Barbara Bubendorf, Walther Lüthi Claudia Schweigler

Allschwilerstrasse 6

Gundeldingen, Bruderholz, Am Ring, Bachletten, Gotthelf, Iselin

Beratung: Annelies Schudel, Jeannette Ruch

Kleinbasel

Claragraben 43

Kleinbasel, Riehen, Bettingen

Beratung: Judith Rayot, Hannelore Fornaro

Wohnberatung und -vermittlung

Unentgeltliche Beratung von Senioren und ihren Angehörigen in Wohnfragen sowie Vermittlung von Alterswohnungen.

Sprechstunden

Dienstag und Freitag, 08.00-10.30 Uhr

Beratung und Information

Herr D. Riesen, Telefon 272 30 71 Bitte keine Telefonanrufe während den Sprechstunden.

Treffpunkte

Kaserne

Klybeckstrasse 1b, Telefon 691 66 10

Treffpunkt und Café

Öffnungszeiten Montag bis Mittwoch und Freitag, 14–17 Uhr

Mittagstisch

Jeden Dienstag, Mittwoch und Freitag ab 12 Uhr. Anmeldung bis 17 Uhr am Vortag. Telefon 691 66 10

Jass-Treff, Montag, 14 – 17 Uhr

Spielen, Plaudern, Käffele

Jeden Dienstag, Mittwoch und Freitag von 14–17 Uhr lädt Sie der Seniorentreff Kaserne zum Spielen, Plaudern und Käffele ein. Auskunft unter Telefon 691 66 10 Montag bis Mittwoch und Freitag, 14–17 Uhr

Treffpunkt Storchengruppe

Jeden Donnerstag von 14.30 – 16.30 Uhr Programm auf Anfrage, Telefon 272 30 71 Frau Bubendorf oder Frau Rayot verlangen

Davidseck

Quartiertreffpunkt und Café, Davidsbodenstrasse 25

Seniorentreffpunkt Davidseck

Jeden Mittwoch von 14.30 – 16.30 Uhr

Offene Treffen und spezielle Angebote wie Vorträge, Spiele, Filme, Ausflüge, die Sie mitgestalten können.

Programme und Auskünfte erhalten Sie bei: Pro Senectute Basel-Stadt, Telefon 272 30 71 Frau Schudel und Herr Rink

Mittagstisch

Feine Mittagessen: für AHV/IV-RentnerInnen zu Fr. 9.50.

Täglich von Montag – Freitag ab 12 Uhr Voranmeldungen und Auskünfte unter Telefon 321 48 28

Senioren Samschtig Z'Morge

Jeden 1. Samstag im Monat ab 9 Uhr Mit Frühstücksbuffet ab Fr. 5.50



Mittagstisch im Seniorentreffpunkt Kaser**ne**

Kursangebote

Auskunft und Anmeldung

Luftgässlein 3 oder St. Alban-Vorstadt 93 Montag – Freitag 08.30 – 12.00 Uhr

14.00 - 16.30 Uhr

Telefonische Auskunft und Anmeldung

Telefon 272 30 71

Montag – Freitag 08.30 – 12.00 Uhr 14.00 – 16.30 Uhr

Die Anmeldungen werden nach dem Datum des Eingangs berücksichtigt.

Während der Sommermonate haben wir für Sie, liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer, ein spezielles Sommerprogramm zusammengestellt. Dieses umfasst Führungen, eine Ferienreise nach England, den Besuch eines Musicals, Morgenturnen auf der Schützenmatte und vieles mehr. Die Sommerkurse sind innerhalb des gesamten Kursprogrammes aufgeführt und speziell gekennzeichnet.

Kunst und Kultur

Die Zeit Dürers und Holbeins

Altmeisterzeichnungen aus den Kupferstichkabinetten Berlin und Basel. 150 Zeichnungen von den Hauptmeistern jener Epoche werden in dieser besonderen Ausstellung zu sehen sein. Sie gibt Ihnen ein umfassendes Bild von den Zeichnungen der deutschen Renaissance.

Datum
Zeit
10.00 – 11.00 Uhr
Treffpunkt
Leitung
Kosten
Anmeldung
Dienstag, 10. Juni
10.00 – 11.00 Uhr
Eingang Kunstmuseum
Gilbert Uebersax
Fr. 10.–, exkl. Eintritt
bis 30. Mai

Sommerprogramm

Böses Spiel auf dem Ballenberg

«Schluck und Jau»: eine Komödie von Gerhart Hauptmann. Sie zeigt die Gegensätze zwischen Ober- und Unterschicht der damaligen Zeit auf. Schluck und Jau, zwei Vagabunden, werden betrunken im Hof eines Schlosses aufgegriffen. Statt sie aber in den Turm zu stecken, verkleidet man Schluck und Jau und behandelt sie solange als Fürst und Fürstin, bis die beiden selber daran glauben.

Datum Freitag, 25. Juli
Zeit 15.00 – ca. 24.00 Uhr
Treffpunkt Heumattstrasse
(hinter dem Bahnhof)

Leitung Herr Probst

Kosten Fr. 98.– exkl. Abendessen Anmeldung bis 27. Juni

Gratisführung im Tinguely-Museum mit anschliessendem Imbiss -

Dank der Unterstützung von

ATAG Ernst & Young AG

Einführung in das Werk Jean Tinguelys. Das von Mario Botta erstellte Museum zeigt Arbeiten Tinguelys, die bisher überwiegend in seiner Werkstatt standen. Auch sind Werke seiner Frau Niki de Saint-Phalle ausgestellt.

Datum Donnerstag, 5. Juni Zeit 14.30 - ca. 16.00 Uhr Treffpunkt 14.15 Uhr Solitude (Bushaltestelle Nr. 31)

Führung wird durch das Museum Leitung

organisiert

Anmeldung bis 26. Mai

Besuch der Art 28/97

Die internationale Kunstmesse in Basel geniesst einen ausgezeichneten Ruf. Galerien aus aller Welt zeigen Originale der Klassischen Moderne, der Moderne und der Avantgarde. Die Führung berücksichtigt Aussteller wie z.B. Beyeler, Bischofberger, Ewing, Juda, Krugier, Mäder, Orangerie, René, Schlegl, Thorens usw.

Datum Freitag, 13. Juni 15.00 - 16.30 Uhr Zeit Treffpunkt Mustermesse vor der Rundhofhalle (grosse Uhr) Leitung Hans Peter Gerhard

Fr. 15.- exkl. Eintritt. Kosten Eintrittsbillett bitte selber lösen

Anmeldung bis 2. Juni

Sommerprogramm

Musical - Miss Saigon in Stuttgart

Ein ganz besonderes Erlebnis. Wir werfen einen Blick hinter die Kulissen. Wie funktioniert ein Musical? Wie entsteht der Nebel? Woher kommt der Klang? Wie verwandelt sich die Bühne. All diese Fragen werden in einer Führung beantwortet und vorgeführt.

Das Mittagessen wird im bekannten Freizeitund Begegnungszentrum eingenommen, das durch seine Vielfältigkeit und Marktplatzatmosphäre bekannt ist. Um 15.00 Uhr beginnt die Aufführung. Miss Saigon ist eine dramatische Liebesgeschichte zur Zeit des Vietnamkrieges. Das Musical entführt Sie für einige Stunden in die Welt des fernen Ostens.

Datum Samstag, 23. August Zeit 08.30 Uhr

Treffpunkt vor dem Badischen Bahnhof Rückkehr in Basel ca. 21.00 Uhr

Leitung Frau Flury

Kosten Fr. 150.-, ab Alter 62/65

Anmeldung bis 23. Juni

Die Kantonstrennung

mit Alt-Ständerat Carl Miville

1833 hat die Eidgenössische Tagsatzung den Kanton Basel in die Halbkantone Basel-Stadt und Basel-Landschaft aufgeteilt, ein Beschluss, der uns noch heute viele Probleme aufgibt. Wie ist es dazu gekommen, wie ging dies vor sich, was geschah danach?

Tag/Zeit Dienstag, 10.15 - 11.30 Uhr Carl Miville Leitung Kosten Fr. 60.-Anmeldung bis 21. Mai

Daten/Themen

Der Kanton Basel 3. Juni vor der Trennung

Treffpunkt 10.00 Uhr

Bahnhof Liestal zum Besuch des Kantonsmuseums Liestal

10. Juni Der Konflikt Treffpunkt 10.15 Uhr

Bürgerratssaal des Stadthauses

Die Schauplätze 17. Juni

Treffpunkt 09.45 Uhr Heumattstrasse

(hinter dem Bahnhof) - zur Car-

fahrt

24. Juni Die Halbkantone

nach der Trennung

Treffpunkt 09.40 Uhr am Aeschenplatz, Buslinie 70 der BLT, zur Fahrt in die

Saline Schweizerhalle

Ausflug nach Schaffhausen

Joseph Beuys: Raum - Kapital 1970 - 77

Die Privatsammlung Crex ist die bedeutendste Sammlung zeitgenössischer Kunst in der Schweiz. In den Hallen für neue Kunst ist, nebst den amerikanischen Künstlern der «Minimal Art» der sechziger Jahre, Joseph Beuys' wichtigste Arbeit «Kapital - Raum 1970-77» aufgestellt. Dieses Werk wird uns mit dem Hauptgedanken von Joseph Beuys bekanntmachen.

Mittwoch, 25. Juni Datum 08.15 - 18.00 Uhr Zeit 08.30 Uhr Heumattstrasse Treffpunkt (hinter dem Bahnhof)

Gilbert Uebersax

Fr. 80.- exkl. Mittagessen Kosten

Anmeldung bis 11. Juni

Leitung

Sommerfahrt ins Wallis

Unsere sommerliche Fahrt führt uns im Juli auf wunderschönen Wegen zu den Zeugnissen einer grossen kulturellen Vergangenheit ins Wallis. Der Rhone entlang verfolgen wir die frühchristlichen Wege. Dabei wird uns das Wallis mit seinen reichen Kunstschätzen überraschen. Wir begegnen auch den Spuren von Rainer Maria Rilke.

Detailliertes Programm bitte bei Pro Senectute anfordern.

Datum Dienstag,

Treffpunkt

1. Juli - Donnerstag, 3. Juli 08.00 Uhr, Heumattstrasse

(hinter dem Bahnhof) Gilbert Uebersax

Leitung Fr. 470.- exkl. Mittagessen und Kosten

Pausenkaffee

Anmeldung bis 2. Juni

Das Ankerhaus in Ins

Zu Beginn des 19. Jahrhunderts liess der Grossvater von Albert Anker das Haus bauen. Das Gebäude steht heute unter Heimatschutz und wird von der Familie Brefin, Nachkommen von L. Anker, verwaltet.

Wir bieten drei Führungen an:

1. Atelier von Albert Anker (Rosette Brefin)

2. Gemeindehaus: Anker Originale (H.P. Gerhard)

3. Altes Dorf und Kirche (H.P. Gerhard)

Datum Mittwoch, 30. Juli Zeit 13.10 - 19.40 Uhr

13.10 Uhr auf dem Perron SBB Treffpunkt

Leitung Hans Peter Gerhard Fr. 30.- exkl. Reisekosten Kosten (Billett bitte selber lösen)

Anmeldung bis 14. Juli

Ausflug mit dem Bus

nach St. Blasien und Bernau

Fahrt nach Schopfheim, Wehr, durch das romantische Wehratal nach St. Blasien im Hotzenwald. Führung im Dom und durch Teile des Kreismuseums und Besichtigung des ehemaligen barocken Klosterflügels. Weiterfahrt und Mittagessen in Bernau. Besichtigung der Altarbilder von Hans Thoma und Führung durch die Ausstellung.

Datum Donnerstag, 28. August Zeit 08.00 - 18.30 Uhr Badischer Bahnhof Treffpunkt Leitung Hans Peter Gerhard Kosten Fr. 85.- exkl. Mittagessen

und Pausenkaffee

Anmeldung bis 15. August

Thrakien:

das unbekannte Griechenland

Frau Evangelia Kreis-Fourountzopoulou befasst sich für uns mit der interessanten geschichtlichen und kulturellen Vergangenheit und Gegenwart Thrakiens. Sie bringt uns ihre Heimat mit Wort und Bild näher.

Anschliessend offerieren wir Ihnen einen griechischen Apéro.

Datum Donnerstag, 19. Juni Zeit 15.30 - 17.00 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93 Leitung Evangelia Kreis Kosten Fr. 20.-Anmeldung bis 9. Juni

Wissen heute

Sommerprogramm

Führungen im Basler Zolli

Im Vivarium

Ein Biologe und ein Tierwärter führen Sie durch die faszinierende Tier- und Pflanzenwelt des Vivariums.

Dienstag, 15. Juli Datum 10.00 - 11.30 Uhr Zeit Zoologischer Garten Ort Haupteingang, Treffpunkt

> erreichbar mit Tram 10 und 17 Dr. Josef Seiler und ein Tierwärter

des Zollis

Fr. 17.- exkl. Eintritt Kosten

Anmeldung bis 1. Juli

Rundgang

Leitung

Leitung

Sie werfen einen Blick hinter die Zolli-Kulissen: der Unterhalt der Gehege, die Fütterung der Tiere, ihre Aufzucht und Haltung werden Ihnen während des Rundganges ausführlich erklärt.

Dienstag, 22. Juli Datum 10.00 - 11.30 Uhr 7eit Zoologischer Garten Basel Ort Haupteingang, Treffpunkt

erreichbar mit Tram 10 und 17

Dr. Josef Seiler, Biologe,

und Fritz Rindisbacher, Betriebs-

leiter des Zollis

Fr. 17.- exkl. Eintritt Kosten

Anmeldung bis 8. Juli

Zu Besuch bei den Affen

Sie besuchen den Affenfelsen, anschliessend das Affenhaus. Der bekannte Verhaltensforscher Jörg Hess berichtet über die verschiedenen Affen-Rassen, ihre Lebensweise und soziale Gliederung.

Datum Dienstag, 12. August Zeit 10.00 - 11.30 Uhr Ort Zoologischer Garten Basel

Treffpunkt Haupteingang,

erreichbar mit Tram 10 und 17

Leitung Dr. h.c. Hess,

Zoologe und Verhaltensforscher, und Dr. Josef Seiler, Biologe

Kosten Fr. 17.- exkl. Eintritt

Anmeldung bis 29. Juli

EDV für Ältere

In unseren Kleingruppen mit vier Teilnehmerinnen und Teilnehmern erlernen Sie auf den neuesten Geräten in sechs Doppellektionen das Arbeiten mit dem PC.

Die Kurse werden in drei Stufen angeboten:

Kurs 1 **Einführungskurs**

Einführung in die Welt des Computers (Hardware und das Betriebssystem Windows 95). Mit Hilfe des Programmes Works für Windows werden Sie anhand von Beispielen in die Textverarbeitung eingeführt.

Voraussetzung: keine, ausser Interesse und Lust, sich mit EDV auseinanderzusetzen.

Aufbaukurs Kurs 2

Sie vertiefen Ihre Computerkenntnisse. Ihre Grundkenntnisse in der Textverarbeitung werden erweitert. Gleichzeitig werden Sie mit dem Erstellen von Datenbanken und der Tabellenkalkulation vertraut gemacht.

Voraussetzung: Grundkenntnisse oder Einführungskurs.

Kurs 3 Workshop

Sie lernen, Texte mit Datenbanken zu mischen, Grafiken herzustellen und in Berichte zu integrieren, statistische Auswertungen zu machen und anderes mehr. Sie erfahren, was Internet ist und wie Sie zu Hause auf Ihrem PC das Telefonbuch, den Fahrplan oder ein Lexikon nutzen können.

Kosten pro Kurs à 12 Lektionen: Fr. 300.-Kurse laufend, Termine auf Anfrage

Ort: Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Leben heute

Sommerprogramn

Führung durch das Tropenhaus

Im Herzen von Basel – im Tropenhaus des Botanischen Gartens - wachsen Urwald- und Nutzpflanzen wie Kakao und Zimt. Im Rundkuppelbau des Viktoria-Hauses können Sie «die Königin der Seerosen» sowie weitere faszinierende tropische Wasser- und Sumpfpflanzen bewundern. Bei schönem Wetter werden wir die Führung mit einer kühlen Erfrischung unter dem Mammutbaum ausklingen lassen.

Datum Mittwoch, 30. Juli 09.30 - 11.00 Uhr Zeit Botanischer Garten Basel Treffpunkt Eingang Spalentor,

Tram 3 und Bus 33

Herr Erny,

Leiter des Botanischen Gartens

Kosten Fr. 12.-Anmeldung bis 16. Juli

Leitung

Wanderung und Besichtigung

des Ricola-Kräutergartens

Fahrt mit Zug und Postauto nach Nenzlingen. Führung durch den Ricola-Kräutergarten. Die offerierte Erfrischung und ein Bhaltis dienen als Wegstärkung für die anschliessende Wanderung (ca. 11/4 Stunden) über den Blatten nach Aesch. Bei Josy Nussbaumer in der «Vorderen Klus» besteht die Möglichkeit zur mittäglichen Stärkung.

Datum Mittwoch, 27. August Zeit/Ort vormittags / Nenzlingen Treffpunkt 08.10 Uhr Schalterhalle SBB, bitte Billett individuell lösen. Rückkehr individuell

(ohne Einkehr ca. 12.45 Uhr) Leitung Claudia Schweigler Kosten Fr. 10.- (exkl. SBB-Billett)

Anmeldung bis 12. August



Musik, Malen, Gestalten

Blockflötenspiel

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

Tag/Zeit Freitag, 09.30 - 10.45 Uhr Alterssiedlung, Bruderholzweg 93 Ort Theres Wurster Leitung Fr. 95.- pro Trimester Kosten

Altflötenkurs für Fortgeschrittene

Mittwoch, 08.30 - 09.30 Uhr Tag/Zeit Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93 Leitung Christa Stoller Kosten Fr. 160.- (20x)

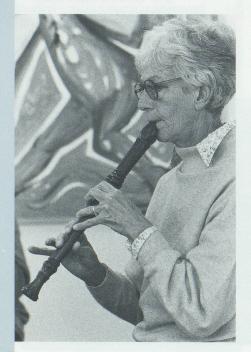
Gitarrenspiel

Tag/Zeit Dienstag, 09.30 - 10.30 Uhr Ort Im Rankhof 10, Saal Leitung Werner Müller Fr. 100.- pro Trimester Kosten

Orchester

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

Tag/Zeit Montag, 09.00 - 10.30 Uhr Ort Im Rankhof 10, Saal Leitung Werner Müller Kosten Fr. 95.- pro Trimester



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 dreistimming.

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

Malen und Mischtechnik

Dieser Kurs zeigt die verschiedensten Mal- und Zeichentechniken sowie die Anwendung von Farbe und Form, welche wir aus unserer Vorstellung schöpfen und sie vor Ort an Gegenständen überprüfen.

Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 - 11.30 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum, St. Alban-Vorstadt 93 Linda Heydegger Leitung Kosten Fr. 130.- pro Trimester exkl. Material

Zeichnen und Aquarellmalen

Anfänger und Fortgeschrittene

Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr oder 15.45 - 17.15 Uhr Pro Senectute Kurszentrum Ort St. Alban-Vorstadt 93 Leitung Suzanne Senn Fr. 130.- pro Trimester Kosten exkl. Material

Aquarellieren

Tag/Zeit Dienstag, 09.00 - 11.00 Uhr Pro Senectute Kurszentrum Ort St. Alban-Vorstadt 93 Leitung Annelise Fischer Kosten Fr. 170.- pro Trimester exkl. Material

Nass- und Trocken-Aquarellmalen

Mittels Farben und Formen lassen wir unsere Phantasie durch die inneren und äusseren Kräfte der Natur anregen. So verdichtet sich das Bild vom Abstrakten, Traumhaften bis ins Reale, Gegenständliche.

Mittwoch, 08.45 - 10.00 Uhr Tag/Zeit oder 10.30 - 11.45 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93 Urs Leiser Leitung Fr. 130.- pro Trimester Kosten exkl. Material

Sommerprogramm

Plastisches Gestalten in Stein Intensiv-Aufbaukurs

Sie erlernen die wichtigsten Methoden und Techniken der Steinbearbeitung sowie das fachgerechte Anwenden der Steinbearbeitungswerkzeuge. Aus einem gebrochenen Stein wird eine Grundform gehauen, z.B. Würfel oder Ouader. Um das formale Arbeiten in Stein zu erproben, experimentieren wir zusätzlich mit Ton und Gips (Formstudien). Daneben widmen wir uns auch den verschiedenen Arten von Oberflächenbearbeitung wie z.B. zähnen, stocken, schleifen und polieren.

Daten Montag, 4. - Freitag, 8. August Zeit 09.00 - 11.30und ca. 14.30 - 17.00 Uhr Ort Holzmattstrasse 28 (Endstation Tram 8) Leitung Urs Kunz-Gisin, Steinbildhauer Fr. 435.- exkl. Stein Kosten (ca. Fr. 30.- bis Fr. 50.-)

Kleider ändern, Kinderkleider nähen

In diesem Kurs können Sie Kleider ändern und flicken, aber auch Kinder- und Puppenkleidli nähen.

Tag/Zeit Mittwoch, 08.30-11.30 Uhr, 14täglich Ort Rankhof 8 Leitung Helen Wehrli Kosten Fr. 35.- pro Monat

Sprachen

Langzeitkurse

Wollen Sie schon lange gerne Englisch lernen, weil Sie sich auf Ihren Reisen mit dieser Sprache vielerorts verständigen könnten? Haben Sie Grosskinder im Welschland und möchten deshalb Ihr Französisch auffrischen? Fahren Sie gerne in den Süden oder haben Sie einfach Lust, einmal Italienisch oder Spanisch zu lernen?

Dann sind Sie bei uns am richtigen Ort: Wir bieten für Leute ab 55 Jahren über fünfzig Sprachkurse an, in den vier Hauptsprachen: Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch.

Stufen

AnfängerInnen Fortgeschrittene AnfängerInnen Leichtere Mittelstufe Mittelstufe Oberstufe/Konversation/Lektüre Zur Zeit finden folgende Langzeit-Sprachkurse statt:

Englisch

Anfängerinnen:

Montag, 09.00 Uhr, Mittwoch, 10.30 Uhr Donnerstag, 10.30 Uhr, Donnerstag, 16.30 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Montag, 08.40 Uhr, Montag, 10.55 Uhr Montag, 14.15 Uhr, Mittwoch, 08.15 Uhr Mittwoch, 16.00 Uhr, Freitag, 08.30 Uhr Freitag, 09.30 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Montag, 09.15 Uhr, Montag, 09.50 Uhr Montag, 10.15 Uhr, Dienstag, 10.30 Uhr Dienstag, 15.00 Uhr, Mittwoch, 09.30 Uhr Donnerstag, 09.15 Uhr

Mittelstufe:

Montag, 09.30 Uhr, Montag, 10.00 Uhr Montag, 15.15 Uhr, Dienstag, 08.30 Uhr Dienstag, 09.30 Uhr, Dienstag, 14.15 Uhr Dienstag, 15.15 Uhr, Mittwoch, 09.30 Uhr Mittwoch, 15.00 Uhr, Donnerstag, 09.30 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 14.00 Uhr, Montag, 15.00 Uhr Mittwoch, 10.30 Uhr, Donnerstag, 08.30 Uhr

Französisch

AnfängerInnen:

Montag, 10.00 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Dienstag, 14.00 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Montag, 09.00 Uhr, Dienstag, 15.00 Uhr

Mittelstufe:

Montag, 08.20 Uhr, Donnerstag, 08.30 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 10.30 Uhr, Dienstag, 10.45 Uhr

Italienisch

AnfängerInnen:

Mittwoch, 08.30 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Mittwoch, 09.30 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Montag, 14.00 Uhr, Dienstag, 14.00 Uhr Donnerstag, 11.00 Uhr

Mittelstufe:

Dienstag, 09.00 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 09.20 Uhr, Mittwoch, 10.45 Uhr

Spanisch

AnfängerInnen:

Freitag, 09.00 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Donnerstag, 09.00 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Donnerstag, 10.10 Uhr

Anmeldung

Der Einstieg in unsere Sprachkurse ist jederzeit möglich. Wir beraten Sie gerne persönlich, damit Sie bei uns einen Kurs finden, welcher Ihren Kenntnissen und Interessen entspricht. Wir offerieren Ihnen auch eine Gratislektion, damit Sie einmal «Kursluft» schnuppern können.

Wir organisieren auch regelmässig neue Kurse für Anfängerinnen und Anfänger.

Wir beraten Sie gerne.

Kursdauer

Ein Trimester umfasst 13 Lektionen à 50 Minuten.

Kurskosten

Fr. 105.- pro Trimester

Sommerprogramm

ENGLISH GARDENS

Reise nach Südengland und Wales vom 27.8. – bis 5.9.

Auf dieser Reise lernen Sie ein paar der schönsten Gärten und Parkanlagen sowie weitere Sehenswürdigkeiten (z.B. Stonehenge, Salisbury Cathedral) in der äusserst reizvollen Gegend von Südengland und Wales kennen. Begleitet werden Sie von unserer Englisch-Kursleiterin, Frau Elaine Clement-Schiller. Die Reise ist auch eine Gelegenheit, Ihr Englisch aufzufrischen, da die Erklärungen der Reiseleiterin und die geführten Touren in englischer Sprache gehalten werden. Englischkenntnisse sind demnach von Vorteil, jedoch nicht Bedingung.

Pauschalpreis Fr. 2600.— pro Person im Doppelzimmer (Preisänderung vorbehalten).

Im Preis inbegriffen:

Flug Basel-London und retour mit British Airways, Verpflegung an Bord, 20 kg Freigepäck, Car mit Chauffeur für alle Transfers, alle Übernachtungen in 2-Stern-Standard-Hotels mit englischem Frühstück, sämtliche Abendessen auf der ganzen Reise, Eintritte zu den Gärten mit teilweise geführten Gartentouren, Pro Senectute Reiseleitung, Vorbereitungstreffen in Basel mit der Reiseleiterin, Polyglott-Reiseführer Südengland, ausführliche Kuoni-Reisedokumente.

Im Preis nicht inbegriffen:

Getränke, Mittagslunches, persönliche Auslagen, Extras, obligatorische Annullationskostenversicherung: Fr. 25.–

Einzelzimmerzuschlag: Fr. 338.– Für weitere Auskunft: Tel. 272 30 71

Anmeldung bis 3. Juli

Sport und Bewegung

Unfallversicherung

Alle TeilnehmerInnen (ab dem 55. Altersjahr) unserer Sportgruppen sind während den Sportlektionen sowie auf dem direkten Hin- und Rückweg durch die Pro Senectute gegen nichtgedeckte Unfallkosten kollektiv versichert.

Es handelt sich dabei um eine Zusatzversicherung zu Ihrer privaten Unfallversicherung.

Gym 60-Turnen

Für Männer und Frauen ab 55 Jahren in Turnhallen und Gymnastikräumen. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt). Die Angebote finden – ausser in den Schulferien – laufend statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement

Fr. 85.-

Grossbasel

Christoph-Merian-Schulhaus

Emanuel-Büchel-Strasse 45 Montag, 16.30 Uhr (Frauen)

Kurszentrum Pro Senectute

St. Alban-Vorstadt 93 Dienstag, 08.30, 09.30 Uhr

Gotthelfschulhaus

Turnhalle am Bahndamm, St. Galler-Ring 130 Donnerstag, 17.00 Uhr (Männer)

Missionshaus-Turnhalle

Nonnenweg 34 Mittwoch, 14.30 Uhr

Neubadschulhaus

Marschalkenstrasse 120 Turnhalle Ost: Montag, 17.00 Uhr Turnhalle West: Donnerstag, 16.30 Uhr

Providentiasaal Heiliggeist

Laufenstr. 46

Freitag, 14.30 Uhr (Männer)



Sommerprogramn

Kosten

Fit in den Sommer. Kommen Sie und machen Sie mit bei unserem Morgenturnen. Wir turnen auch dieses Jahr wieder bei jedem Wetter auf dem Rasen.

30. Juni – 7. August (12x) Daten Montag und Donnerstag Tag/Zeit jeweils 09.00 - 10.00 Uhr

Ort Turnplatz Schützenmatte

Treffpunkt 08.45 Uhr beim Garderobengebäude (Steinhaus), Eingang Brennerstrasse 1, vis-à-vis Haltestelle

Bundesplatz/Tram Nr. 8 Fr. 4.- Einzelbeitrag oder Turnabonnement

Anmeldung nicht erforderlich

Kleinbasel/Riehen/Bettingen

Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79 Montag, 09.00 Uhr u. 10.00 Uhr Donnerstag, 09.00 Uhr u. 10.00 Uhr

Wasserstelzen 2 Dienstag, 15.10 Uhr

Bettingen Schulhaus Turnhalle

Mittwoch, 14.30 Uhr

NEUE GYM 60-Turngruppe

Spass haben und fit bleiben!

Bei Gymnastik und Sport stärken Sie Ihr Leistungsvermögen und fördern Ihr Wohlbefinden. Haben Sie Lust mitzuturnen? Kommen Sie doch einmal unverbindlich vorbei!

Tag/Zeit Dienstag, 15.10 - 16.10 Uhr Ort Wasserstelzen-Schulhaus, Riehen, Turnhalle 2 Leitung Agnes Voltz

Kosten Fr. 85.- pro Semester Eintritt jederzeit möglich

Für weniger geübte Seniorinnen und Senioren in verschiedenen Lokalen und Gymnastikräumen. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt).

Die Angebote finden – ausser in den Schulferien - laufend statt. Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement Fr. 85.-

Grossbasel

Allerheiligen Pfarreiheim

Laupenring 40 Dienstag, 14.00 Uhr

St. Anton Pfarreiheim

Kannenfeldstrasse 35 Montag, 14.00 Uhr, 15.15 Uhr Dienstag, 14.30 Uhr

Don Bosco Pfarreiheim

Waldenburgerstrasse 32 Dienstag, 14.30 Uhr

Kurszentrum Pro Senectute

St. Alban-Vorstadt 93 Dienstag, 10.30 Uhr Dienstag, 14.15 Uhr **Eglise française**

Holbeinplatz 7

Groupe de langue française

Lundi, 9.15 h (hommes), Vendredi, 14.30 h

Freitag, 09.00 Uhr (nur Frauen) **Nuovo Centro Pro Senectute**

St. Alban-Vorstadt 93

corso tenuto in lingua italiana

lunedi, ore 10.30 giovedi, ore 09.00

Gundeldingerhof Alterssiedlung

Bruderholzweg 3 Mittwoch, 08.30 Uhr

St. Leonhard Alterssiedlung

Schweizergasse 23 Freitag, 14.30 Uhr

Ökolampad Gemeindehaus

Allschwilerplatz 22

Dienstag, 09.30 Uhr (Männer), 14.30 Uhr

Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung

Dienstag, 09.00 Uhr

Donnerstag, 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (Männer)

Providentiasaal Heiliggeist

Laufenstrasse 46 Mittwoch, 14.30 Uhr

Radsporthalle

Luzernerringbrücke Dienstag, 08.30 Uhr, 09.30 Uhr Donnerstag, 08.30 Uhr, 09.30 Uhr

Saal am Dych

Redingstrasse/Gellertstrasse 151

Dienstag, 09.00 Uhr

Stephanus Gemeindehaus

Furkastrasse 12 Dienstag, 14.00 Uhr

Thomaskirche

Hegenheimerstrasse 227 Donnerstag, 15.00 Uhr

Tituskirche

Im Tiefen Boden 75

Dienstag, 10.00 Uhr, Mittwoch, 09.30 Uhr

Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43

Montag, 08.00 Uhr, 09.00 Uhr

Wibrandishaus Alterssiedlung

Allschwilerplatz 9 Donnerstag, 09.45 Uhr

Wilhelm-Klein-Strasse 19

Alterssiedlung

Donnerstag, 14.30 Uhr

Zum Wasserturm

Betagtenzentrum und Pflegeheim Giornicostrasse 144

Donnerstag, 09.30 Uhr

Zwinglihaus

Gundeldingerstrasse 370 Donnerstag, 09.00 Uhr Freitag, 15.00 Uhr

Kleinbasel

St. Clara Pfarrei

Lindenberg 12 Dienstag, 09.30 Uhr

Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79 Montag, 15.30 Uhr **Glaibasel Altersheim**

Sperrstrasse 100 Donnerstag, 14.30 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus

Wiesendamm 30 Montag, 14.00 Uhr Dienstag, 14.45 Uhr,

St. Markus Gemeindehaus

Kleinriehenstrasse 71 Donnerstag, 09.30 Uhr

St. Matthäus Gemeindehaus

Klybeckstrasse 95 Montag, 14.45 Uhr Dienstag 09.30 Uhr (Männer) Rankhof Alterssiedlung Rankhof 10, Saal

Freitag, 09.30 Uhr

St. Theodor Gemeindehaus Claragraben 43 Mittwoch, 14.15 Uhr Donnerstag 09.00 Uhr

Wesleyhaus Alterssiedlung

Hammerstrasse 88 Montag, 16.00 Uhr

Riehen

Andreashaus

Keltenweg 41

Montag, 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (Männer)

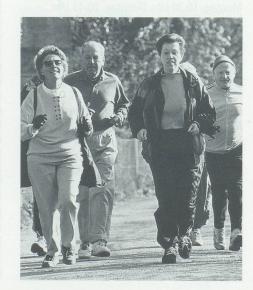
Diakonissen-Schwesternhaus, Turnsaal

Schützengasse 66 Montag, 14.15 Uhr Mittwoch, 09.30 Uhr

St. Franziskus Pfarreiheim

Äussere Baselstrasse 170 Mittwoch, 09.00 Uhr Kornfeldkirche

Kornfeldstrasse 51 Dienstag, 15.00 Uhr



Neue Turngruppe

Für weniger geübte Seniorinnen und Senioren, auch für NeueinsteigerInnen geeignet. Kommen Sie vorbei und probieren Sie.

Dienstag, 14.15 - 15.15 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum Ort St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Claudine Schwyn Kosten Fr. 85.- pro Semester **Eintritt** jederzeit möglich

Schwimmen und Wassergymnastik

In geheizten Schwimmbecken, für Schwimmer und Nichtschwimmer, Lektionen à 45 Minuten. Die Angebote finden - ausser in den Schulferien - laufend statt. Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement:

Fr. 125.-, inkl. Eintritt

Grossbasel

Dalbehof

Kapellenstrasse 17

09.30 Uhr Montag

10.15 Uhr

Dienstag 09.00 Uhr

09.45 Uhr

Donnerstag 14.00 Uhr

Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43

09.30 Uhr, 10.15 Uhr Montag

> 14.00 Uhr, 14.45 Uhr 15.30 Uhr, 16.15 Uhr

08.30 Uhr, 09.15 Uhr Dienstag

14.00 Uhr, 14.45 Uhr

Mittwoch 14.00 Uhr, 14.45 Uhr

Kleinbasel

Bläsischulhaus

Eingang Müllheimerstrasse

Mittwoch 15.30 Uhr*, 16.15 Uhr

(*Wassertiefe 2 m)

Hallenbad La Roche

Grenzacherstrasse 124

Mittwoch 08.30 Uhr, 09.15 Uhr

Waisenhaus

Theodorskirchplatz 7 Dienstag 09.15 Uhr

Mittwoch 09.00 Uhr, 09.45 Uhr

Wasserstelzenschulhaus

Wasserstelzenstrasse Mittwoch 15.30 Uhr

Für Raschentschlossene:

Verbesserung des Schwimmstils

Dieser Schnupperkurs bietet Gelegenheit zur Verbesserung des Schwimmstils.

Daten 3. Juni - 24. Juni (4x) Dienstag, 09.15 - 10.00 Uhr Tag/Zeit Hallenbad La Roche. Ort

Grenzacherstrasse 124, Bau 7

Leitung **Beatrice Mever**

Kosten Fr. 40.-Anmeldung bis 27. Mai

Für Raschentschlossene:

Wassergymnastik

Spass haben und beweglich bleiben. Packen Sie Ihr Badekleid ein und machen Sie mit.

3. Juni - 24. Juni (4x) Datum Dienstag, 08.30 - 09.15 Uhr Tag/Zeit Hallenbad La Roche, Ort

Grenzacherstrasse 124, Bau 7

Beatrice Meyer Leitung Preis Fr. 40.-Anmeldung bis 27. Mai

Neue Wassergymnastikgruppe

Spass haben und beweglich bleiben. Das Bewegen im warmen Wasser ist bei Rheuma- und Rückenbeschwerden eine Möglichkeit, sich lustbetont und unbeschwert körperlich zu betätigen. Packen Sie Ihr Badekleid ein und kommen Sie vorbei!

Tag/Zeit Dienstag, 14.45 - 15.30 Uhr Ort Alterszentrum Weiherweg Gaby Ruesch Leitung

Fr. 125.- pro Semester Kosten

(inkl. Eintritt)

Fr. 9.- pro Schnupperstunde

(inkl. Eintritt)

Eintritt jederzeit möglich

Kurzentrum Rheinfelden

Spezielle Wassergymnastik im 33 °C warmen Natursole-Heilbad unter der Leitung erfahrener TherapeutInnen. Freies Schwimmen möglich. Hin- und Rückfahrt mit Achermann-Car.

Datum Dienstag,

8. Juli - 16. September

Abfahrts-08.35 Uhr Mustermesse vis-à-vis Taxistand Riehenring zeiten

08.45 Uhr Gartenstr. (Bankverein-Gebäude)

Kosten pro Mal: Fr. 11.- Eintritt und Fr. 10.- Carfahrt (einmaliger Organisationsbeitrag Fr. 4. – pro Kur)

Anmeldung nicht erforderlich

Rückenschwimmkurs

für Anfängerinnen

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, unter der Leitung erfahrener Schwimmleiterinnen sicher und angstfrei Schwimmen zu lernen.

Daten 12. August - 23. September

(7x)

Tag/Zeit Dienstag, 09.15 - 10.00 Uhr Ort

Hallenbad La Roche,

Grenzacherstrasse 124, Bau 7 Leitung **Esther Meyer**

Kosten Fr. 78.-Anmeldung bis 29. Juli

Rücken-/Brustschwimmkurs

Für Fortgeschrittene. In diesem Kurs können Sie Ihr Rückenschwimmen verbessern und das stilgerechte Brustschwimmen erlernen.

12. August - 23. September Daten

Tag/Zeit Dienstag, 08.30 - 09.15 Uhr

Ort Hallenbad La Roche.

Grenzacherstrasse 124, Bau 7

Leitung Esther Meyer Kosten Fr. 78.bis 29. Juli Anmeldung

Sommerprogramm

Segelplausch auf dem Neuenburgersee/Sonderaktion

Möchten Sie einmal das Spiel mit Wasser, Wind und Wellen miterleben? Unser Segelkurs bietet Ihnen dieses einmalige Erlebnis. Von einem erfahrenen Segelinstruktor werden Sie in die Grundbegriffe des Segelns eingeführt. Fortgeschrittene können ihre Segelkenntnisse wieder auffrischen. Sie segeln mit einer Segelyacht. Ein Segeltag zum Schnuppern und Kennenlernen dieses faszinierenden Sportes und Freizeitvergnügens.

Datum Tag I: Freitag, 25. Juli

Tag II: Samstag, 16. August

Zeiten Beginn jeweils 10.30 bis ca. 17.30 Uhr. (Die Mittagsverpfle-

gung kann an Bord eingenommen werden. Picknick bitte mit-

Ort Neuenburgersee, Estavayer-le-Lac. Die Anreise erfolgt individuell.

Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie weitere Detailangaben.

Ron Snel, Segelinstruktor Leitung Kosten Fr. 150.- pro Tag und Person Bekleidung Details werden Ihnen nach der

Anmeldung mitgeteilt. Anmeldung für Tag I bis: 11. Juli

für Tag II bis: 4. August

Minitennis

Minitennis – auch Kleinfeldtennis genannt – wird mit leichten Rackets und Softtennisbällen im Doppel gespielt. Keine Vorkenntnisse nötig.

Tag/Zeit Mittwoch, 9.00 und 10.00 Uhr

Ort St. Jakobshalle Leitung Eva Guiglia Kosten Fr. 160.- pro Semester

Ausrüstung Turnkleidung, Hallensportschuhe,

Rackets und Softbälle werden zur

Verfügung gestellt.

Anmeldung erforderlich, Eintritt jederzeit

Tischtennis

Lukas-Saal der Schmiedezunft

Rümelinsplatz 4 Freitag, 09.00 und 14.30 Uhr

St. Matthäus Gemeindehaus

Klybeckstrasse 95 Donnerstag, 09.00 Uhr Anmeldung unter Tel. 481 16 41

Tennis

Im Sommer auf Aussenplätzen, im Winter und bei schlechtem Wetter in der Halle. Gespielt wird in der Regel im Doppel.

Montag bis Freitag vormittags Zeit

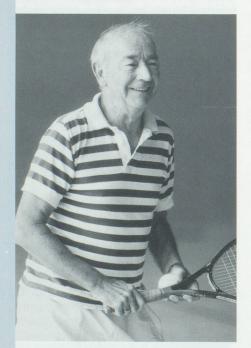
Tenniszentrum Spielort

Bächliacker Frenkendorf

Saisonabonnement: Kosten Winter ca. Fr. 250.-

(Oktober bis April) Sommer ca. Fr. 155.-

(April bis September) Anmeldung unter Tel. 691 06 87



Tennis für AnfängerInnen

Mit Spiel und Spass erlernen Sie die Grundschläge und die Tennisregeln.

Daten 13. August - 24. September

Tag/Zeit Mittwoch, 09.00 - 10.00 Uhr Tenniszentrum Münchenstein,

> Reinacherstrasse 66, Münchenstein

Evelyne de Roche

Leitung Kosten

Fr. 130. - bei 4 TeilnehmerInnen Fr. 175. – bis 3 TeilnehmerInnen

Fr. 260. – bis 2 TeilnehmerInnen

Besonderes Tennisrackets können gratis zur Verfügung gestellt werden.

Gespielt wird auf Sandplätzen.

Anmeldung bis 30. Juli

Tennis für Fortgeschrittene

Sie üben die Grund- und Spezialschläge sowie das Doppel- und Einzelspiel. Anschliessend besteht die Möglichkeit, in unserer Tennisgruppe weiterzuspielen.

Daten 13. August – 24. September

(7x)

Tag/Zeit Mittwoch, 11.00 - 12.00 Uhr Ort Tenniszentrum Münchenstein,

Reinacherstrasse 66, Münchenstein

Leitung Evelyne de Roche Kosten Fr. 130. - bei 4 TeilnehmerInnen

Fr. 175. – bei 3 TeilnehmerInnen Fr. 260. – bei 2 TeilnehmerInnen

Besonderes Tennisrackets können gratis zur

Verfügung gestellt werden. Gespielt wird auf Sandplätzen.

Anmeldung bis 30. Juli

Kegeln

Wöchentlich, 14.30 - 17.30 Uhr Auskunft über Ort und Wochentag bei: Paul Häring, Telefon 601 66 26

Rhythmische Gymnastik

In diesem Kurs bewegen wir uns zu beschwingten Rhythmen, kräftigen die Muskulatur und verbessern so unsere Mobilität im Alltag. Spielerische Gymnastik für aufgestellte Seniorinnen und Senioren.

Daten 11. August - 22. September

Tag/Zeit Montag, 09.30 - 10.30 Uhr Ort

Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Eva Däppen Leitung Kosten Fr. 63.-Anmeldung bis 28. Juli

Kreatives Bewegen

Wir üben auf vergnügliche Art und Weise unsere Beweglichkeit. Mit Gymnastik, Musik und freiem Tanz lösen wir Verkrampfungen und steigern unser Wohlbefinden.

Daten 20. August - 24. September

Tag/Zeit Mittwoch, 15.00 – 16.00 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum

> St. Alban-Vorstadt 93 Christina Burkhalter

Leitung Fr. 60.-Kosten Anmeldung bis 6. August

Beckenbodenkurs

Blasenschwäche – Was kann ich dagegen tun? Unfreiwilliger Harnabgang ist nicht Schicksal. Mit gezielten Übungen kräftigen wir die Beckenbodenmuskulatur und lernen unangenehme Alltagssituationen zu verbessern.

Daten 5. September - 26. September

Tag/Zeit Freitag, 09.00 - 10.30 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93 Beatrice Meier-Keller Leitung

Fr. 55.-Kosten Anmeldung bis 22. August

Sommerprogramm

Volkstanzen

Offenes Volkstanzen. Alt und jung können mitmachen.

Datum 3. Juli - 7. August (6x) Tag/Zeit Donnerstag, 15.00 - 16.00 Uhr

Ort Grün 80

> beim Restaurant Seegarten Fr. 4.- Einzelbeitrag

oder Volkstanzabonnement

Anmeldung nicht erforderlich

Volkstanz

Kosten

Wir lernen Tänze aus verschiedenen Ländern. Musik, Rhythmus und Bewegung bringen Fröhlichkeit und Entspannung in jede Tanzstunde. Die Angebote finden - ausser in den Schulferien - laufend statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement Fr. 85.-

Grossbasel

Alban-Breite Alterszentrum

Zürcherstrasse 143 Freitag, 15.00 Uhr

Stephanus Kirchgemeindehaus

Furkastrasse 12 Freitag, 14.30 Uhr

St. Johannes Gemeindehaus

Am Krayenrain 24 Montag, 14.45 Uhr

Zum Wasserturm

Betagtenzentrum und Pflegeheim Giornicostrasse 144

Montag, 09.30 Uhr

Zwinglihaus

Gundeldingerstrasse 370 Freitag, 09.30 Uhr

Kleinbasel

Rankhof Alterssiedlung

Rankhof 10, Saal Freitag, 15.00 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus

Wiesendamm 30 Donnerstag, 09.30 Uhr

Riehen

Freizeitanlage Landauer

Bluttrainweg 12 Montag, 14.30 Uhr, 16.15 Uhr Haus zum Wendelin Inzlingerstrasse 50 Freitag, 09.30 Uhr

Sommerprogramm

Exercise Walking

Daten

2. Juli - 8. August (12x) Tag/Zeit Mittwoch und Freitag

jeweils 09.00 - 10.00 Uhr

Ort Brüglingen 08.45 Uhr Treffpunkt

vor dem Pro Senectute-Haus St. Jakob, Brüglingerstrasse 113 (Tram 14 und Bus 36), Parkplätze vis-àvis bei der Sporthalle St. Jakob benutzen. Garderobe und Du-

sche vorhanden. Kosten Fr. 4.— Einzelbeitrag oder Laufpass

Laufträff Allschwilerwald

Daten

Treffpunkt

1. Juli - 5. August (6x)

Tag/Zeit Dienstag, 09.00 - 10.00 Uhr Allschwilerwald Ort

> 08.45 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation Tram 8, ca. 5 Min. zu Fuss Richtung Schiess-

stand)

Fr. 4.- Einzelbeitrag Kosten

oder Laufpass

Anmeldung nicht erforderlich



Laufspass mit dem Laufpass

Vita-Parcours, Joggen und Exercise-Walking sind Sportarten im Freien, die, in aufgestellten Gruppen ausgeübt, nicht nur Spass machen, sondern die Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination verbessern - kurz: ideal sind für Geist und Körper. Gut ist es, sich einmal wöchentlich im Freien zu bewegen, noch besser ist es, zwei- bis dreimal zu walken, joggen oder den Vita-Parcours zu absolvieren. Mit dem Laufpass für nur Fr. 85.- pro Semester können Sie – nach Lust und Laune – an einem, zwei, drei oder vier Tagen in der Woche in einer Gruppe mitlaufen (Anmeldung nicht erforderlich):

Dienstag 09.30 - 10.30 Uhr

Laufträff Lange Erlen

09.30 - 10.30 Uhr Freitag Laufträff Lange Erlen

Treffpunkt 09.15 Uhr Schorenweg 117, Ökonomiegebäude beim Sportplatz Schorenmatte (Bus 36 bis Schorenweg). Es steht eine Garderobe

mit Dusche zur Verfügung.

Mittwoch 09.00 - 10.00 Uhr

Exercise-Walking (sportliches Gehen) in Brüglingen

Freitag 09.00 - 10.00 Uhr

Exercise-Walking (sportliches Gehen) in Brüglingen

Teffpunkt 08.45 Uhr

> vor dem Pro Senectute-Haus St. Jakob, Brüglingerstrasse 113 (Tram 14 und Bus 36, Parkplätze vis-àvis bei der Sporthalle St. Jakob). Es steht eine Garderobe mit Dusche zur Verfügung.

Donnerstag 09.00 - 10.00 Uhr

Vita-Parcours Allschwilerwald Treffpunkt 08.45 Uhr

> beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5 Min. zu Fuss Richtung Schiessstand). Es steht eine Garderobe zur Verfügung.

Golfkurs

Golf ist eine ausgezeichnete Möglichkeit, in herrlicher Umgebung Ruhe und Entspannung zu finden. Beim Spielen fördern Sie zudem Ihre Konzentrationsfähigkeit, Fortgeschrittene können ihren sportlichen Ehrgeiz unter Beweis stellen. Nach dem Kennenlernen der wunderschönen Anlage des Golfclubs in Kandern lernen Sie alles über die Besonderheiten des Golfsportes, wie z.B. Schlagtechnik, Etikette, Spielregeln, Chipping, Putting, Verfeinerung von Abschlag und Schwung.

Kurs für AnfängerInnen und Leichtfortgeschrittene mit Vorkenntnissen:

26. Juni, 3. Juli, 10. Juli und Daten 17. Juli (4 x 2 Lektionen)

Tag/Zeit Ort

Donnerstag, 11.00 - 12.30 Uhr Golfclub Markgräflerland in D-Kandern. Kandern liegt ca. 15 km nördlich von Basel und ist per Auto oder Bus (ab Bad. Bahnhof) gut zu erreichen. Bei Ihrer Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen.

Leitung Golf-Pro des Golfclubs **Preis** Fr. 270. – bei 4 TeilnehmerInnen

Fr. 215. – bei 6 TeilnehmerInnen Übungsbälle und Golfschläger sind im Preis enthalten.

Bekleidung Sportschuhe

und leichte Sportbekleidung

Anmeldung bis 6. Juni

Für Fortgeschrittene mit guten bis sehr guten Kenntnissen organisieren wir gerne entsprechende Kurse. Bitte fragen Sie unser Sekretariat.

Sommerprogramm

Schnupperkurs Golf

ein Sommerangebot zum Kennenlernen

Mit diesem Schnupperkurs bieten wir Ihnen die einmalige Gelegenheit, diesen faszinierenden Sport unverbindlich kennenzulernen. In 2x3 Stunden erhalten Sie zunächst einen Überblick über die Golfanlage, danach können Sie auf der Driving Range Abschlag und Schwung üben und zum Schluss auf der Puttinganlage das Chipping und Putting. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Im Anschluss an den Kurs besteht die Möglichkeit, im clubeigenen Restaurant Mittag- resp. Abend zu essen.

Daten Mittwoch, 23. Juli,

09.00 - 12.00 Uhr und Mittwoch, 6. August,

09.00 - 12.00 Uhr

Golfclub Markgräflerland in D-Ort Kandern. Kandern ist beguem mit dem Auto oder öffentlichen Ver-

kehrsmitteln erreichbar (Busverbindung ab Bad. Bahnhof). Sie erhalten bei Ihrer Anmeldung weitere Detailinformationen.

Leitung Golf-Pro des Golfclubs

Preis Fr. 199.-

Im Preis enthalten:

Übungsbälle und Golfschläger Im Preis nicht enthalten:

Kosten für allfällige Mittag- resp.

Abendessen

Sportschuhe und leichte Sportbe-Bekleidung

kleidung

Anmeldung bis 7. Juli

Velofahren

Von April bis Oktober führen wir regelmässig Velotouren durch. Diese werden begleitet von erfahrenen Tourenleitern des Schweizerischen Rad- und Motorfahrerbundes (SRB) sowie der Pro Senectute (bei jeder Witterung).

Anmeldung nicht erforderlich Auskunft Godi Egloff, Tel. 461 12 73

Teilnehmerbeiträge

Saisonabonnement April – Oktober Fr. 50.-Einzelbeitrag pro Fahrt Fr. 5.-

Mo 2. Juni Lange Erlen (Resslirytti)

13.30 Uhr Friedlingen - Schleuse - Löchli -

> Sierentz - Bartenheim (Zvieri) - Blotzheim - Häsingen - Hegen-

heim – Allschwil, ca. 36 km

Jean-Pierre Périsset Leitung

Do 12. Juni Hüninger Zoll (Sandoz)

08.30 Uhr Hüningen – Niffer (Znüni) – ganztags Ottmarsheim - Batzenheim -

Neuenburg (Mittagessen) -

dem Rhein entlang (Naturstr.) - Friedlingen - Lange Erlen, ca. 65 km

Leitung Jean-Pierre Périsset

Mo 23. Juni Schorenweg 117,

13.30 Uhr (Sportplatz Schorenmatte)

> Weil - Binzen - Hammerstein (Zvieri) - Holzen - Egringen -Eimeldingen - Haltingen - Lange Erlen (Resslirytti), ca. 40 km

Georg Uecker Leitung

Do 3. Juli Neubadplatz/Migros

Allschwil - Schönenbuch - Hagen-08.30 Uhr thal - Folgensbourg - Knöringen ganztags

(Znüni) – Tagsdorf – Wahlbach – Koetzingen (Mittagessen) -Sierentz - Kembs - Hüningen

(Sandoz), ca. 65 km

Leitung Godi Egloff

Mo 14. Juli St. Jakob/Gartenbad

09.00 Uhr Pratteln – Liestal – Lausen (Znüni) Sissach - Thürnen - Rünenberg ganztags

(Mittagessen) - Tecknau - Gelterkinden - Pratteln - St. Jakob, ca. 65 km

Godi Egloff Leitung

Do 24. Juli St. Jakob/Gartenbad

09.00 Uhr Muttenz - Pratteln - Rheinfelden (Znüni) - Möhlin - Wallbach ganztags

(Picknick) - Rheinfelden - Augst - Birsfelden (Tram 3), ca. 55 km. Eine Waldhütte steht zur Verfügung. Esswaren vom Grill, Brot und Getränke erhalten Sie preiswert.

Leitung Kurt Knecht

Schorenweg 117, Mo 4. Aug. 13.30 Uhr

Sportplatz Schorenmatte Weil - Haltingen - Binzen -Schallbach - Fischingen - Eimeldingen - Haltingen - Lange Erlen

(Resslirytti), ca. 35 km

Georg Uecker Leitung

Do 14. Aug. Dorenbachcenter Binningen

08.30 Uhr Oberwil - Biel-Benken - Wolschwiller (Znüni) - Fislis - Walganztags

dighofen - Muespach - Cäsar**hof** (Mittagessen) – Folgensbourg – Michelbach – Blotzheim - Hegenheim - Allschwil (Zoll),

ca. 60 km Leitung Kurt Knecht

Mo 25. Aug. Hegenheimerstrasse/Alter Zoll

13.30 Uhr Hagenthal – Bettlach (Zvieri) – St. Blaise - Liebenswiler - Leymen - Therwil - Binningen (Post),

ca. 35 km Georg Uecker Leitung

Do 4. Sept. Birsfelden (Endstation Tram 3) 08.30 Uhr Augst - Rheinfelden - Wallbach

- Mumpf (Znüni) - Stein-Säckinganztags gen - Günnenbach (Mittagessen) - Orflingen - Schwörstatt

- Rheinfelden - Augst - Birsfelden (Tram 3), ca. 65 km

Hugo Düblin Leitung

Di 9. Sept. Velotour Bielersee

evtl. 11. Hin- und Rückfahrt mit Bahn nach Biel. Bielersee-Rundfahrt, ganztags

ca. 55 km

Leitung/ Hugo Düblin, Tel. 311 14 04 Auskunft

Mo Schorenweg 117, 15. Sept. Sportplatz Schorenmatte

09.00 Uhr Der Wiese entlang nach Steinen ganztags (Znüni) - Schlächtenhaus - Scheideck 541 m ü.M. - Kandern

(Mittagessen) - Hammerstein -Binzen - Weil - Lange Erlen,

ca. 60 km Leitung Godi Egloff

Leitung

Do Schorenweg 117, 25. Sept. (Sportplatz Schorenmatte) 13.30 Uhr

Weil - Haltingen - Binzen -Fischingen - Egringen (Zvieri) -Efingen - Märkt - Kleinhünin-

gen, ca. 30 km Jean-Pierre Périsset



Wandern

Bergwanderungen

Von Mai bis Oktober. Ein Angebot für Seniorinnen und Senioren, die problemlos 6 Stunden wandern können und trittsicher sind. Die Wanderungen werden jeweils am Mittwoch (zweitägige am Dienstag/Mittwoch) durchgeführt.

Berg- oder Treckingschuhe sind erforderlich. Keine Turnschuhe. Stöcke sind empfehlenswert. Verlangen Sie unser Detailprogramm.

Mi 18. Juni Über die sieben Eggen Anmeldung bis 4. Juni

Mi 31. Juli Niederrickenbach - Haldigrat -Klewenalp

Anmeldung bis 17. Juli

Unterschächen - Stich - Erstfeld 6. August Anmeldung bis 23. Juli

Bergwanderwoche

Wanderwoche im Kaunertal, Tirol. Während dieser Woche werden, je nach Witterung, verschiedene Wanderungen durchgeführt. Die Marschzeit für alle geplanten Wanderungen beträgt zwischen 5 und 7 Stunden.

23. - 30. August Datum Kaunertal, Tirol Ort Leitung und Delphine und Fritz Scotzniovsky Tel. 313 26 09 Auskunft Kosten ca. Fr. 660.- inkl. Reise mit Bahn Anzahlung Fr. 100.- sind der Anmeldung

beizulegen Anmeldung bis 30. Mai schriftlich an

Tourenleiter

Wandern

Wanderungen in der näheren Umgebung von Basel. Dauer der Wanderungen zwischen 1 und 5 Stunden. Durchführung bei jedem Wetter (evtl. Änderung der vorgesehenen Route).

Teilnehmerbeiträge

Einzelbeitrag Fr. 5.-Semesterbeitrag Fr. 85.-

Anmeldung nicht erforderlich (wenn nichts anderes vermerkt ist).

Mitnehmen Gute Schuhe, Regenschutz, Tramund Bahnabonnemente (U-Abo, Halbtax-Abo), Pass oder ID-Karte bei evtl. Grenzübertritt

Bitte seien Sie pünktlich am Treffpunkt, da ab Juni neue Fahrpläne in Kraft treten und sich eventuelle Zeitänderungen ergeben können.



Montaggruppe

2½ − 3 Stunden

Leitung

Jacqueline Bloch Telefon 272 53 67 Heidi Gunti Telefon 421 03 74 Rita Waech Telefon 281 33 94

30. Juni Aeschenplatz, 70er-Bus Abfahrt 10.48 Uhr nach Hers-10.35 Uhr berg.

> Wanderung über Stächpalmenhegli – Schleifenberg – Liestal.

28. Juli Schalterhalle SBB

07.55 Uhr Abfahrt 08.22 Uhr nach Biel (mit Bähnli bis Magglingen).

Wanderung über Twannberg -Twannbachschlucht - Twann. Per Schiff zurück nach Biel. (Marschzeit ca. 3½ - 4 Std.) Picknick und Wanderstöcke mitnehmen. Ankunft in Basel: 18.38 Uhr. Kosten ca. Fr. 25. - (1/2-Preis-Abo.)

Billett bitte selber lösen und zwar nur Laufen-Biel retour (mit U-Abo und ½ Preis). Basel-Biel retour (ohne U-Abo).

25. Aug. 11.10 Uhr Schalterhalle SBB Abfahrt 11.25 Uhr über Liestal bis Station Ramlinsburg.

Wir werden über Ramlinsburg -Leuenberg (Einkehr) - Hölstein.

Dienstaggruppe 1

2 Stunden

Leitung

Telefon 271 76 16 **Esther Stauffer** Charlotte Lüchinger Telefon 361 88 87

17. Juni Tramhaltestelle Aeschenplatz 08.50 Uhr Abfahrt 09.05 Uhr nach Arlesheim-Dornach. Bus 5119 nach Pfeffingen Dorf, ab: 09.50 Uhr. Wanderung: Pfeffingen - Nenzlingen mit Picknick und Sonnenhut.

22. Juli 10.40 Uhr Schalterhalle SBB

Abfahrt 10.56 Uhr nach Arlesheim-Dornach.

Wanderung: an der Birs entlang via G80.

19. Aug. 10.40 Uhr

Schalterhalle SBB

Abfahrt 10.56 Uhr nach Arlesheim-Dornach, Bus nach Hochwald, ab: 11.09 Uhr.

Wanderung: Hochwald – Seewen durch den Wald an der Herrenmatt vorbei.

Dienstaggruppe 2

3 - 4 Stunden Bitte immer kleines Picknick mitnehmen

Leitung

Annemarie Zurflüh Telefon 421 56 16 Hansjörg Salathé Telefon 601 46 85

10. Juni 08.10 Uhr Schalterhalle SBB

Abfahrt 08.30 Uhr nach Olten, weiter nach Lenzburg und Gelfingen.

Wanderung: Schloss Heidegg, Burgruine Nünegg. Ibenmoos, Marchstein und zur ehemaligen Johanniterabtei Hohenrain.

24. Juni 09.40 Uhr Schalterhalle SBB

Abfahrt 09.56 Uhr nach Zwingen und mit Bus nach Büsserach. Wanderung: Büsserach über Fehren, Mülimatt, Rüchi, Chaltbrunnental nach Grellingen. Rucksackverpflegung.

15. Juli

Schalterhalle SBB

07.45 Uhr Abfahrt 08.02 Uhr nach Bern, weiter nach Goppenstein. Mit PTT nach Wiler und Luftseilbahn auf Lauchernalp. Lötschentaler

Höhenweg: Lauchernalp, Schwarzsee, Fafleralp. Bitte Tageskarte à Fr. 29.- rechtzeitig besorgen.

12. Aug.

Schalterhalle SBB

07.35 Uhr Abfahrt 07.53 Uhr nach Luzern, weiter nach Sarnen. Mit PTT nach Stöckalp und Luftseilbahn auf die

Melchsee-Frutt.

Wanderung: Melchsee-Frutt, Tannensee, Tannenalp, Engstlenalp. Mit PTT nach Meiringen. Bitte Tageskarte à Fr. 29.- recht-

Mittwochgruppe 1

2 – 3 Stunden

Leitung

Brigitte Helbing Berta Windisch

Telefon 601 26 25 Telefon 312 55 45

11. Juni 10.40 Uhr Schalterhalle SBB

Abfahrt 10.56 Uhr nach Laufen, Postauto nach Grindel. Wande-

zeitig besorgen.

rung nach Oberbergli und hinab nach Erschwil.

Schalterhalle SBB 16. Juli

10.10 Uhr Abfahrt nach Laufen 10.22 Uhr.

Bus nach Oberkirch (Nunningen). Wanderung Eichelberg-

Roderis-Breitenbach.

Schalterhalle SBB 13. Aug. 10.00 Uhr

10.11 Uhr Abfahrt nach Gelterkinden. Postauto 102 nach der Salhöhe. Wanderung nach der Schafmatt und bis Oltingen. Bei schönem Wetter Picknick mit Grillfeuer.

Mittwochgruppe 2

2 – 3 Stunden

Leitung

Liliane Ottenburg Juliette Kieffer

Telefon 691 70 69 Telefon 601 68 09

25. Juni Schalterhalle SBB

10.35 Uhr Abfahrt 10.51 Uhr nach Frick, mit

> dem Postauto 11.20 Uhr nach Elfingen. Wanderung über die Gänterhütte nach Sulz evtl. Laufenburg. Steigungen ca. 150 m.

Picknick.

30. Juli Kronenplatz Binningen 10.30 Uhr

Abfahrt 10.43 Uhr mit Bus 61 nach Schönenbuch. 10.56 Uhr ab Allschwil Dorf. Wanderung über St. Brice nach Rodersdorf. Verpflegung in der Waldschenke von St. Brice oder aus dem Rucksack. ID und FF mitnehmen.

27. Aug. 11.20 Uhr Schalterhalle SBB

Abfahrt 11.35 Uhr nach Mumpf, mit dem Postauto 12.01 Uhr nach

Wallbach.

Wanderung dem Rhein entlang nach Riburg-Möhlin.

30 Jahre



M. Nussbaumer

Elektrotechnische Unternehmungen

4003 Basel Schützengraben 36 Telefon 261 15 62 Telefax 261 19 76

Neubauten – Umbauten Spezialität Renovationen Gut ausgebauter Kundenservice

«Die richtige Verbindung lohnt sich immer»

Freitag, 29. August 1997 17.00 - 02.00 Uhr

Samstag, 30. August 1997 11.00 - 02.00 Uhr



zugunsten Pro Senectute Basel-Stadt

Freitaggruppe 1

ca. 2 Stunden

Leitung

Brigitte Helbing Berta Windisch

Telefon 601 26 25 Telefon 312 55 45

27. Juni Schalterhalle SBB

Abfahrt 09.53 Uhr nach Liestal, 09.40 Uhr Bus 72 nach Büren. Wanderung nach St. Pantaleon - Oristal -

Liestal.

Schalterhalle SBB 11. Juli

10.20 Uhr Abfahrt 10.30 Uhr nach Gelterkinden und mit Postauto 104 nach Rünenberg. Wanderung zur Waldhütte und nach Gelterkinden. Bei schönem Wetter Pick-

nick mit Grillfeuer.

8. Aug. 10.20 Uhr

Schalterhalle SBB Abfahrt 10.30 Uhr nach Liestal und mit Bus 74 nach Hersberg. Wanderung nach Dornhof und bis Rheinfelden. Wanderzeit ca. 2 Stunden.

Gemütliches Spazieren

Ein Geschenk von Club 65 für Betagte. Einmal im Monat zusammen gemütlich spazieren: Ihr Beitrag wird durch Club 65 bezahlt.

Freitaggruppe 2

ca. 11/2 Std.

Leitung

Alice Weber Peter Hoferer Telefon 461 56 94

6. Juni

Tramhaltestelle Niederholz

13.00 Uhr (Tram 6)

Abmarsch 13.10 Uhr. Wir wandern im Zick-Zack dem Riehenteich entlang zum Tierpark

Lange Erlen.

4. Juli 09.30 Uhr Morgenwanderung mit Picknick Tramhaltestelle Bettingerstrasse (Tram 6). Abfahrt 09.45 Uhr mit Bus bis Wenkenhof.

Wanderung via Ausserberg zum Hornfelsen. Bei schönem Wetter Picknick im Freien, bei Regen in der Waldhütte. ID-Karte mitnehmen.

15. Aug. 13.00 Uhr Tramhaltestelle Bettingerstrasse (Tram 6)

Weiter 13.15 Uhr mit Bus nach Chrischona. Wanderung über «Im Kaiser» nach Bettingen (Einkehr) und dann weiter nach Wenkenhof.

Dienst für Hauspflege und Betreuung

in Basel und Region.

Wir sind ein anerkannter Spitex-Dienst und vermitteln Betreuerinnen und Pflegerinnen für Menschen, die zu Hause gepflegt werden müssen, die den Haushalt nicht mehr selber erledigen können oder einfach jemanden brauchen, der einkauft, kocht, vorliest. Die Betreuung ist zu jeder Zeit möglich, auch am Wochenende und an Feiertagen. Kassenzulässig.

Telefon 061/691 95 35

bringt jeden Wimsch zu Poden

Parkett, Teppiche und Bodenbeläge Haltingerstrasse 5, 4005 Basel Tel. 061/691 44 22

ACHERMANN-REISEN

Das freundliche Carunternehmen Güterstrasse 271 4053 BASEL

☎ 061/332 12 32

Verlangen Sie unser Ferienangebot, Programme für Tagesfahrten und Offerten für Vereins-, Familien- und Geschäftsausflüge





Pro Person Fr. 40.— Ermässigung bei den Abfahrten vom 1.6., 27.7., 28.9., 5.10.97

Berg- und Wanderferien im Tirol

Jeden Sonntag vom 1. Juni bis 5. Oktober 1997 Abfahrt ab Basel ins Tirol ...

Seefeld: Liegt auf einer Sonnenterrasse. Nebst kilometerlangen, flachen Spazierwegen bietet Seefeld eine Fülle von Sport- und Unterhaltungsmöglichkeiten.

3 bewährte Hotels, seit vielen Jahren in unserem

Programm.

8 Tage für Fr. 785.– im Hotel Elite mit HP, Menüwahl mit Salatbüffet und Frühstücksbüffet.

Fulpmes: Liegt im nördlichen Teil Tirols, im malerischen Stubaital. Direkt mit Innsbruck verbunden mit der Strassenbahn.

2 Hotels zur Auswahl. Eines mit Hallenbad. Wöchentliche Wanderungen mit dem Chef des Hotel Brugger.

8 Tage für Fr. 655.– im Hotel Brugger mit HP, Menüwahl, Salatbüffet und Frühstücksbüffet.

Reith: Gilt als schönstes Blumendorf Europas mit über 8000 Geranienkästen, einem kristallklaren See und idyllischem Dorfkern. Wander- und Ausflugsmöglichkeiten. Unser Vertragshotel Pirchnerhof hat **** und liegt mitten in einer wunderschönen Alpenwiese, 10 Gehminuten vom Dorfkern entfernt. Sehr ruhig. Tanz- und Folkloreabende, geführte Wanderungen.

8 Tage für Fr. 795.– mit HP, Menüwahl, Frühstücksbüffet, Hallenbadbenützung.

Mayrhofen: Gilt als vielfältiges Wanderparadies; rauschende Bergbäche, blühende Wiesen, alte Bauernhäuser. Unser Vertragshotel Kramerwirt hat **** und liegt im Herzen von Mayrhofen. Ein schönes Haus mit Tradition.

8 Tage für Fr. 795.– mit HP, Menüwahl, Salatbüffet und Frühstücksbüffet.

Pertisau: Ist eingebettet zwischen dem schönen Achensee und dem majestätisch aufragenden Karwendelgebirge. Die gepflegten Uferpromenaden laden zum Flanieren ein. 4 bewährte Hotels, seit vielen Jahren in unserem Programm.

8 Tage für Fr. 640.– im Hotel Tyrol mit HP, Menüwahl, Salatbüffet und erweitertem Frühstück.

Verlangen Sie unseren ausführlichen «Frühling, Sommer, Herbst 97»-Katalog.

Ihr Ferientelefon 061/272 21 23



Mehr «Lebensqualität» dank geeigneten Hilfsmitteln.

Hilfsmitte ermöglichen jüngeren und älteren Menschen auf einfache Art die Kontrolle wichtiger Körperfunktionen: Blutdruck, Pulsfrequenz, Blutzucker.
Bei Unfall, Krankheit oder zur Vorbeugung helfen Gelenk- und Stützbandagen, Kompressionsstrümpfe, Spezialschuhe, Schuhe mit Fussbett, Gesundheitskopfkissen usw.



SPITEX-Hilfsmittel

ermöglichen kranken und betagten Menschen das Leben zu Hause und erleichtern deren Pflege: Rollstühle, Spezialfahrzeuge, Treppenlifte, Gehhilfen, Elektrobetten, Spezialmatratzen, Aufzugsbügel, Inhalationsgeräte, Inkontinenzartikel Bade- und Toilettenhilfen, Verbandsmaterial, Lagerungskissen usw.

Bei uns finden Sie ein vollständiges Sortiment von geprüften und bewährten Qualitätsprodukten und eine kompetente, individuelle Beratung.



Spitex-, Reha- und Sanitätsfachgeschäft

Hilfs- und Pflegemittel für Behinderte, Gesunde, Kranke und Betagte

Sanitätsfachgeschäfte:

4056 Basel, St. Johann, Spitalstrasse 40, Tel. 061 322 02 02 **2800 Delémont**, rue de l'Hôpital 24, Tél. 066 23 23 60 **4104 Oberwil**, «Zentrum Mühlematt», Tel. 061 401 20 00

Abteilung Technik, Werkstatt:

Spitex- und Reha-Center: 4055 Basel, Spalenring 22, Tel. 061 381 05 05

Ihre Gesundheit ist unser Thema.