

Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt
Band: - (1997)
Heft: 3

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: 13.01.2026

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

INHALT REGIONALTEIL**DIENSTLEISTUNGEN** R2**TREFFPUNKTE** R3**KURSANGEBOTE REGIONALTEIL****KUNST UND KULTUR** R3**NATUR UND UMWELT** R5**WISSEN HEUTE** R6**LEBEN HEUTE** R7**MUSIK, MALEN, GESTALTEN** R8**SPRACHEN** R9**SPORT UND BEWEGUNG** R11

Gym 60, Turnen R11

Schwimmen und Wassergymnastik,
Minitennis, Tischtennis R12Tennis, Badminton, Kegeln,
Rhythmische Gymnastik, Kreatives
Bewegen, Selbstverteidigung R13

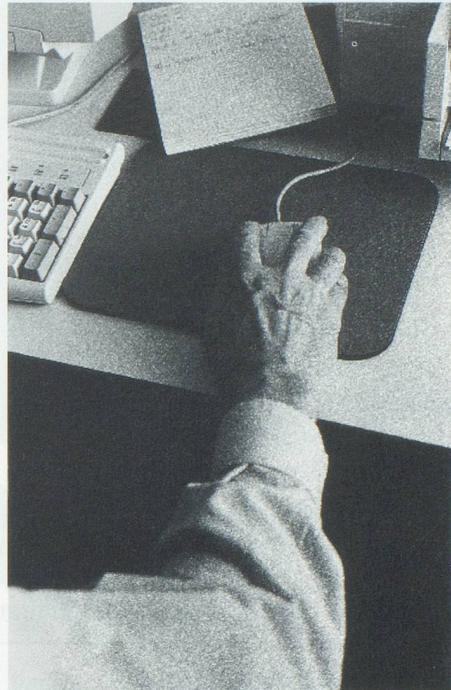
Volkstanz, Round Dances R14

Gesellschaftstanz, Laufspass,
Velofahren R15**WANDERN** R15**RegionalAkzent**

Der Regionalteil der Pro Senectute Basel-Stadt

**In eigener
Sache**

Natürlich kennen Sie den Begriff Internet. Haben Sie sich auch schon gefragt, was die Buchstabenfolge <http://www...> bedeutet? Wussten Sie, dass diese Buchstaben der Schlüssel sind, um Informationen aus der ganzen Welt abzurufen? Dass Sie die Möglichkeit haben, beispielsweise im Archiv des Magazins «Der Spiegel» Artikel und Fotos anzuschauen, dass Sie nicht nur die Kulturprogramme der grossen Weltstädte studieren können, sondern auch die Veranstaltungen der Basler Freizeitaktion. Sie können – wenn Sie wollen – mit einem Ihnen Unbekannten in irgendeinem Städtchen im Mittleren Westen der USA elektronische Botschaften austauschen oder – wenn Ihnen danach zumute ist – einen Artikel der Washington Post lesen. Kurz: auf dem Internet ist die Welt zu einem grossen Dorfplatz geworden. Viele – gerade ältere Menschen – möchten sich gerne einmal auf diesem Tummelplatz der weltweiten Informationen umschauen, wissen aber nicht, wie das geht. Ab Oktober können Sie

**mit der Basler Zeitung und Pro Senectute Basel-Stadt ins Internet.**

In einer gemeinsamen Aktion haben die Basler Zeitung und Pro Senectute Basel-Stadt ein Sonderangebot für nur 30 Franken für ältere Menschen auf die Beine gestellt, die einmal im Internet surfen wollen. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Sie werden am Vormittag in einer Kleingruppe bei Pro Senectute mit der Handhabung der Computer-Maus vertraut gemacht, und am Nachmittag geht's bereits los in den Kursräumlichkeiten der Basler Zeitung. Natürlich sind Sie am Abend noch kein «Internet-Profi», aber Sie haben eine vergnügliche elektronische Weltreise hinter sich und ein neues faszinierendes Medium kennengelernt. Übrigens: ab 1998 gibt es bei Pro Senectute Basel-Stadt einen Internet-Corner, wo Sie Ihre Kenntnisse vertiefen können.

Haben Sie Zeit und Lust, im Internet zu schnuppern? Dann beachten Sie unseren Hinweis im Programmteil.

Werner Ryser

BKB-FORUM, Die Bank für Senioren



Viele Menschen bezahlen ihre monatlichen Zahlungen immer noch in bar. Wer aber grössere Geldbeträge am Bank- oder Postschalter

abhebt, geht ein Risiko ein, Opfer einer Straftat zu werden. Wenn Sie Ihre Zahlungen durch die Basler Kantonalbank ausführen lassen, brauchen Sie nicht mehr mit grossen Geldbeträgen unterwegs zu sein. Sie können die Zahlungen bequem von zuhause aus mit unserem gratis ZA+-Vergütungsauftrag erledigen und die Rechnungen werden direkt von Ihrem bankspesenfreien Senioren-Konto bezahlt.

Für das Bezahlen von Einkäufen, Hotelrechnungen oder auch an Tankstellen bieten sich die ec-Karte oder die Eurocard der Basler Kantonalbank an. So verringern Sie die Bargeldmenge, die Sie auf sich tragen müssen, noch weiter. Wenn Sie jedoch einmal Bargeld brauchen, können Sie dies

mit der ec-Karte und Ihrem persönlichen PIN-Code rund um die Uhr an unseren Geldausgabeautomaten und Bancomaten in Europa beziehen.

Auch können Ihnen Reisechecks während Ihren Ferien im In- und Ausland nützliche Dienste erweisen.

Die Fachleute der Basler Kantonalbank informieren Sie über die verschiedenen Möglichkeiten, ohne Bargeld Zahlungen vorzunehmen. Wenden Sie sich dazu an einen BKB-Standort oder an die Berater des «Senioren-Teams», die Sie über die Telefonnummer 272 30 71 erreichen können.

Dienstleistungen

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

Mahlzeitendienst

Hauslieferung von Normal-, Schon-, Diabetes- und 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-, Keller- und 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.–

Zügdienst

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 Raum 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

Abholtjenst 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

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	14.00 – 16.00
----------	---------------	---------------

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, Stephan Willareth, 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**Jass und Spieltreff**

Montag und Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr

Mittagstisch

Jeden Dienstag, Mittwoch und Freitag ab 12.00 Uhr. Anmeldung bis 17.00 Uhr am Vortag Telefon 691 66 10

Spielprojekt mit Jugendlichen

Zusammen mit einer Gruppe Jugendlicher gehen wir unserer eigenen Geschichte des Spiegels nach. Was spielen wir heute noch gerne? Was möchten wir den Jugendlichen weitergeben, und was können wir von ihren Spielen lernen? Ein lustvoller Austausch an drei Mittwochnachmittagen in der Kaserne.

Datum Mittwoch, 3.,
10. und 17. September
Zeit ab 14.30 Uhr

Auskunft und Anmeldung unter Tel. 691 66 10

Führung über das Kasernenareal

15 verschiedene sozio-kulturelle Institutionen arbeiten im Kasernenareal. Um der bewegten Geschichte und der politischen Arbeit, die hinter diesem einzigartigen Freiraum stehen, nachzugehen, laden wir Sie zu einer Führung mit Ruedi Bachmann ein.

Datum Mittwoch, 24. September
Zeit 14.30 – 16.30 Uhr
Ort Treffpunkt Kaserne
Führung Ruedi Bachmann
Kosten Fr. 10.–
Anmeldung bis 14. September
Telefon 691 66 10**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 Frühstückbuffet ab Fr. 5.50

Leitung

Führung wird durch das Museum
organisiert

Kosten

Fr. 15.– exkl. Eintritt (AHV Fr. 3.–)

Anmeldung bis 29. September

Strassburger Münster und -museum

Seit dem frühen Mittelalter ist Strassburg Hauptort und ein wichtiger Mittelpunkt der oberrheinischen Landschaft. Die Geschichte der Stadt ist aussergewöhnlich vielfältig und reich.

Datum **Mittwoch, 24. September**

Zeit 08.30 – ca. 18.00 Uhr

Treffpunkt 08.15 Uhr Heumattstrasse
(hinter dem Bahnhof)

Leitung Gilbert Uebersax

Kosten Fr. 70.– ohne Mittagessen

Anmeldung bis 8. September

Kirchen am Thuner- und Brienzsee

König Rudolf erbaute nach einer Traumvorgabe – so erzählt die Chronik – zwölf Kirchen: Frutigen, Leissigen, Aeschi, Wimmis, Utigen, Thun, Thierachern, Scherzingen, Sigriswil, Amsoldingen, Hilterfingen und Spiez. Sie folgen auf dieser Rundreise den Spuren von Rudolf und besichtigen «seine» Kirchen.

Datum **Mittwoch, 26. November**

Zeit 08.30 – ca. 18.00 Uhr

Treffpunkt 08.15 Uhr Heumattstrasse
(hinter dem Bahnhof)

Leitung Gilbert Uebersax

Kosten Fr. 68.– ohne Mittagessen

Anmeldung bis 10. November

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 UhrDie Anmeldungen werden nach dem Datum
des Eingangs berücksichtigt.

Kunst und Kultur

Lesung der Werke Homers

Die Lesungen führen in die homerische Sagewelt ein und schildern die Ereignisse um die Heimkehr des Odysseus.

Daten **1., 15. – 24. November,**
13., 20. Dezember 1997,**17. – 31. Januar,****14. – 28. Februar 1998**

Zeit Samstag, 11.00 – 12.00 Uhr

Ort wird mit der Kursbestätigung
mitgeteilt

Leitung Manfred Cuny

Kosten Fr. 144.–

Anmeldung bis 13. Oktober

Führung im Tinguely-MuseumEinführung in das Werk von Jean Tinguely.
Das von Mario Botta erstellte Museum zeigt
Arbeiten Tinguelys, die bisher überwiegend in
seiner Werkstatt standen sowie Werke seiner
Frau Niki de Saint-Phalle.Datum **Donnerstag, 16. Oktober**

Zeit 14.30 – ca. 16.00 Uhr

Treffpunkt 14.15 Uhr Solitude

(Bushaltestelle Nr. 31)

Freiburger Münster/Augustinermuseum

Nach der Besichtigung «unserer lieben Frauen Münster» werden Sie mit der Bau- und Stadtgeschichte vertraut gemacht. Am Nachmittag besuchen Sie das Augustinermuseum, wo unter anderem eine Bildtafel von Grünewald ausgestellt ist.

Datum **Mittwoch, 29. Oktober**

Zeit 09.15 – 17.30 Uhr

Ankunft in Basel

Treffpunkt 09.15 Uhr

Bad. Bahnhof Schalterhalle,
Abfahrt des Zuges 09.41 Uhr

Leitung Gilbert Uebersax

Kosten Fr. 60.– exkl. Mittagessen

Anmeldung bis 13. Oktober

Die griechische Götterwelt (Teil 2):

Beim Betrachten der Skulpturen wird Ihnen Herr Uebersax die griechische Götterwelt näher bringen. Die griechische Mythologie und ihre bildlichen Darstellungen geben unserer Kulturgeschichte wichtige Impulse.

Datum **Dienstag, 14. Oktober –**
2. Dezember (8x)

Zeit 10.00 – 11.00 Uhr

Ort Skulpturenhalle,
Mittlere Strasse 17
Leitung Gilbert Uebersax
Kosten Fr. 80.– ganzer Zyklus
Anmeldung bis 29. September

Baden-Baden

Schon die Römer kannten die Heilkraft der heissen Quellen des Schwarzwaldes und bauten grosszügige Anlagen. Einige Jahrhunderte später kamen russische Grossfürsten, englische Lords und französische Millionäre – um zu baden und sich zu amüsieren. Vergangene Zeiten – oder lebendige Gegenwart? Das erfahren Sie in einer Führung durch Baden-Baden.

Datum **Freitag, 3. Oktober**

Zeit 07.10 – 18.38 Uhr
Treffpunkt 07.10 Uhr
Bad. Bahnhof Schalterhalle,
Abfahrt des Zuges 07.21 Uhr
Leitung Hans Peter Gerhard
Kosten Fr. 89.– exkl. Mittagessen
Anmeldung bis 15. September

Historische Bauwerke in Basel

Vier Führungen von besonders wertvollen und interessanten historischen Bauten und Parkanlagen im Kanton Basel-Stadt.

Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 10.30 Uhr

Daten
16. Okt. Der Gartensaal und der historische Park im Innern Gut des Bäumlihofs
23. Okt. Das Kloster Klingental
30. Okt. Der Bischofshof
6. Nov. Das Basler Rathaus
Treffpunkt Allmendstrasse Basel, vis-à-vis St. Michael-Kirche (nachfolgende Treffpunkte werden beim 1. Termin bestimmt)
Leitung Enrico Ferraino, Architekt
Kosten Fr. 40.–
Anmeldung bis 2. Oktober

Basler Quartierkirchen

Die gotischen Kirchen der Innerstadt, wie z.B. Münster und St. Martin, sind uns eher bekannt als die Gotteshäuser jüngeren Datums. Architektur und Kunst dieser Kirchen sind aber nicht minder interessant.

Tag/Zeit Donnerstag 14.30 – 15.30 Uhr
Daten/Treffpunkte

16. Okt. St. Marien, Holbeinstrasse 28
23. Okt. St. Joseph,
Ecke Klybeckstrasse/
Amerbachstrasse
30. Okt. Pauluskirche und Antoniuskirche,
Steinenring und Spalenring
6. Nov. Heiliggeistkirche,

13. Nov. Thiersteinerallee 51
Bruderklauskirche und
Tituskirche, Bruderholzallee 140
und beim Wasserturm
20. Nov. Zwinglihaus Gundeldingerstrasse/
Thiersteinerrain
27. Nov. Allerheiligenkirche, Neubadstrasse/
Laupenring
Leitung Hans Peter Gerhard
Kosten Fr. 65.– ganzer Zyklus
Anmeldung bis 1. Oktober

Malende Frauen – Frauen um Maler

Das Kunstmuseum zeigt Werke von Künstlerinnen wie Käthe Kollwitz oder Sophie Täuber-Arp. Andere, nicht minder begabte Frauen, sind im Kunstmuseum nicht vertreten. Anhand von Reproduktionen können Sie sich ein Bild über ihre Schaffenskraft machen.

Tag/Zeit **Donnerstag, 14.30 – 15.30 Uhr**
Daten

4. Dez. Misia, Grandma Moses
Treffpunkt Pro Senectute Kurszentrum
11. Dez. Maria Sybilla Merian,
Angelika Kaufmann
Treffpunkt Kunstmuseum
18. Dez. Käthe Kollwitz,
Gabriele Münster,
Marianne von Werefkin
Treffpunkt Kunstmuseum
8. Jan. '98 Berthe Morisot,
Camille Claudel
(Toulouse-Lautrec)
Treffpunkt Pro Senectute Kurszentrum
15. Jan. Sonja Delauney,
Sophie Täuber-Arp
Treffpunkt Kunstmuseum
22. Jan. Paula Modersohn-Becker
Treffpunkt Kunstmuseum
Leitung Hans-Peter Gerhard
Kosten Fr. 62.– exkl. Eintritte
Anmeldung bis 17. November

Dia-Vorträge

Lassen Sie sich in bekannte und weniger bekannte Gegenden von Europa und Übersee entführen. Anhand von eigenen Dias berichtet die Referentin in diesem Zyklus über folgende Reisen.

Tag/Zeit **Mittwoch, 15.00 – 16.30 Uhr**

Daten
29. Okt. Im Grenzgebiet zwischen USA und Kanada I
5. Nov. Im Grenzgebiet zwischen USA und Kanada II
19. Nov. Rundreise in Andalusien
26. Nov. In der Gegend der Loire-Schlösser
Ort Alterszentrum St. Alban-Breite
Zürcherstrasse 143 (Tram 3)
Leitung Elisabeth Barth
Kosten Fr. 40.– ganzer Zyklus
Anmeldung bis 13. Oktober

«Lebensbilder für Elisabeth»

Der bedeutende Schweizer Dichter Albert Steffen (1884–1963), der auch als Leiter der Anthroposophischen Gesellschaft nach Rudolf Steiners Tod bekannt wurde, hat neben seinem umfangreichen Dichterwerk ein wesentliches malerisches Oeuvre hinterlassen.

Datum **Donnerstag, 2. Oktober**
Zeit 15.00 – 17.00 Uhr
Treffpunkt 14.30 Uhr Dornach,
Endstation Tram 10
Leitung Angela Matile
Kosten Fr. 14.–
Anmeldung bis 15. September

Die Kelten in Basel

Die Geschichte Basels beginnt in keltischer Zeit. Zahlreiche Grabungen geben Einblick in die Lebensweise und Kultur unserer keltischen Vorfahren.

Daten **9., 16. und 23. Oktober**
Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.45 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Treffpunkte für den 16. und 23. Oktober werden am 1. Kurstag bekanntgegeben
Leitung durch die Archäologische Bodenforschung Basel-Stadt
Kosten Fr. 45.– exkl. Eintritt ins Museum
Anmeldung bis 22. September

Botta-Gebäude

Sie besichtigen den Verkaufsraum, den Tresor, die Bürozone, das Personalrestaurant und die Villa. Eine Diashow und Erläuterungen zum Bau runden die Führung ab.
Anschliessend laden wir Sie herzlich zu einem Apéro in unserem Kurszentrum ein.

Daten **Donnerstag, 2. Oktober und Mittwoch, 26. November**
Zeit 17.05 – 19.00 Uhr
Treffpunkt Villa Aeschenplatz
Kosten Fr. 12.–
Anmeldung 15. September und 10. November

Krippenausstellung zum Advent

Das Museum der Kulturen zeigt wunderschöne, alte Krippen aus ganz Europa.

Datum **Mittwoch, 10. Dezember**
Zeit 15.00 – 16.00 Uhr
Treffpunkt Augustinergasse 2
Leitung wird durch das Museum organisiert
Kosten Fr. 12.– exkl. Eintritt (Fr. 4.–)
Anmeldung bis 24. November

Führung in der Synagoge Basel

Datum	Mittwoch, 3. Dezember
Zeit	09.30 – 11.00 Uhr
Treffpunkt	Leimenstrasse 24
Leitung	wird von der Synagoge organisiert
Kosten	Fr. 12.–
Anmeldung	bis 10. November

Führung im Beyeler-Museum

Gebaut vom Architekten Renzo Piano, bietet das Museum der weltweit besten privaten zeitgenössischen Kunst eine feste Bleibe. Das Gebäude liegt im Berowerpark (englischer Garten) in Riehen

Dienstag, 11. November

Datum	Dienstag, 11. November
Zeit	15.00 – 16.00 Uhr
Treffpunkt	14.45 Uhr Weilstrasse Tram Nr. 6
Richtung	Riehen
Leitung	wird durch das Museum organisiert
Kosten	Fr. 15.– exkl. Eintritt (Fr. 5.–)
Anmeldung	bis 27. Oktober

Natur und Umwelt

Natur und Gärten in Wohngebieten

Tag/Zeit	Donnerstag, 14.15 – 16.00 Uhr
Daten	
18. Sept.	Kleine und grosse Gärten – Bereicherung des Siedlungsraumes. Auf was muss man achten beim Anlegen und Gestalten eines Gartens und beim Bepflanzen von Balkonen und Terrassen.
16. Okt.	Begrünte Dächer in Basel und Umgebung – Rückführung von verlorenen Grün- und Kulturländern ins ökologische System.
13. Nov.	Bäume in der Stadt – Lebensraum für Mensch und Fauna.

Treffpunkt	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Oskar Frey, Gartenarchitekt
Kosten	Fr. 40.–
Anmeldung	bis 8. September

Biologischer Bauernhof

Bei einem Rundgang über den Hof Klosterflechten (Bruderholz) erfahren Sie, was es heißt biologisch zu bauen. Sie haben die Möglichkeit, direkt ab Hof diverse Produkte wie Gemüse, Fleisch, Wurst, Eier etc. einzukaufen.

Datum	Montag, 22. September
Zeit	14.30 – 17.00 Uhr

Treffpunkt	Busstation Spitzacker (Bus 37)
Leitung	Herr K. Jordi
Kosten	Fr. 15.–
Besonderes	Wird bei jedem Wetter durchgeführt
Anmeldung	bis 8. September

Die Traubenernte

Eine Führung durch die Rebberge und den Weinkeller der Weinbau- und Rebschule in Aesch. Anschliessende Degustation mit einem «z'Vieri».

Datum	Dienstag, 7. Oktober
Zeit	14.00 – 16.30 Uhr
Treffpunkt	13.30 Uhr in Aesch, Endstation Tram 11 (kleiner Bus führt zum Hof)
Leitung	Josy Nussbaumer
Kosten	Fr. 15.–
Besonderes	Wird bei jedem Wetter durchgeführt
Anmeldung	bis 19. September

Der Herbstzauber

Dem Herbstwald mit all unseren Sinnen begegnen, der würzigen Luft, den bezaubernden Farben, den fallenden Blättern, die Tiere oder zumindest deren Spuren entdecken. Natürlich gehört auch ein Feuer und «brötle» dazu (Picknick mitbringen!).

Datum	Mittwoch, 1. Oktober
Zeit	09.30 – ca. 16.00 Uhr
Treffpunkt	Bettingern Dorf, Endstation Bus 32
Leitung	Lea Jauslin, Landschaftsgärtnerin
Kosten	Fr. 28.–
Besonderes	Wird bei schlechtem Wetter auf den 8. Oktober verschoben.
	Auskunft gibt Tel. 180
Anmeldung	bis 15. September

Fledermäuse balzen im Herbst

Etwa 20 Fledermausarten leben bei uns. Die Weibchen des grossen Abendseglers ziehen ihre Jungen im Nordosten Mitteleuropas auf. Im Herbst wandern sie nach Südwesten, auch in die Schweiz. Hier finden dann die Hochzeit und der Winterschlaf statt. Bei unserer Abendexkursion lockt das zahme, brüntige Fledermausmännchen «Bebbi» laut «singend» wilde Abendsegler an.

Datum	Dienstag, 2. September
Zeit	20.00 – ca. 21.00 Uhr
Treffpunkt	Auf der Pfalz beim Münster
Leitung	Jürgen Gebhard,
Kosten	Naturhistorisches Museum Basel Fr. 10.– wird direkt an Ort bezahlt
Besonderes	Bei zweifelhafter Witterung gibt Tel. 180 ca. 3 Std. vor Beginn Auskunft über die Durchführung der Veranstaltung
Anmeldung	bis 29. August

Weleda – eine Betriebsführung

Nach einem Kaffee und Gipfeli informiert Sie ein Vortrag mit Diashow über die Entstehung der Heilmittel und Kosmetik der Weleda. Eine Führung durch den Betrieb und die Degustation der ganz besonderen Weleda-Elixiere runden den Besuch ab.

Dienstag, 4. November

Datum	Dienstag, 4. November
Zeit	09.00 – 11.30 Uhr
Treffpunkt	08.45 Uhr Tramstation Stollenrain (Arlesheim, Tram 10 Richtung Dornach)
Leitung	wird von Weleda organisiert
Kosten	Fr. 15.–
Anmeldung	bis 20. Oktober

Vogelbestimmung in der Langen Erlen

Es ist Zugzeit: die Vögel ziehen in ihre warmen Winterquartiere. Manche rasten unterwegs auf Wiesen, Äckern oder auf den Weihern der Vogelreservate.

Mittwoch, 24. September

Datum	Mittwoch, 24. September
Zeit	14.30 – 17.00 Uhr
Treffpunkt	Eglisee, Endstation Tram 2
Leitung	Jean-Pierre Biber, Ornithologische Gesellschaft
Kosten	Fr. 16.–
Besonderes	Bei zweifelhafter Witterung gibt Tel. 180 Auskunft über die Durchführung
Anmeldung	bis 12. September

Führung bei der Meteotest Bern

Woher kommt das Wetter, wie kann es vorausgesagt werden? Fragen, auf die Sie in einem Vortrag mit anschliessender Führung durch die Meteotest Auskunft bekommen werden.

Freitag, 21. November

Datum	Freitag, 21. November
Zeit	14.30 – 16.30 Uhr
Treffpunkt	12.50 Uhr auf Perron Bahnhof SBB, Abfahrt des Zuges 13.03 Uhr
Leitung	Martin Baumgartner
Kosten	Fr. 15.–, Zugbillett selber lösen
Anmeldung	bis 31. Oktober

Erdstrahlen, Wasseradern, Elektrosmog

Die Ursache von Schlafstörungen liegt oft in negativer Strahlung. Sie sehen, wie mittels einer Messsonde und einer Wünschelrute Erdstrahlen, Wasseradern und auch der Elektrosmog entdeckt werden und erfahren, wie Sie den negativen Orten ausweichen oder sie positiv beeinflussen können.

Freitag, 14. November

Datum	Freitag, 14. November
Zeit	09.00 – 11.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Herr W. Gastel, Geologischer Fachberater
Kosten	Fr. 19.–
Anmeldung	bis 27. Oktober

Wissen heute

EDV

In unseren Kleingruppen mit vier Teilnehmerinnen und Teilnehmern erlernen Sie auf den neuesten Geräten in sechs Doppellectionen 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.

Kurs 2

Aufbaukurs

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

EDV-Lernen nach Mass

Anhand des Betriebssystems Windows 95 können Sie in einer kleinen Gruppe mit maximal 4 Personen Ihre EDV-Kenntnisse auffrischen und vertiefen. Für Ihre individuellen Fragen und Probleme steht Ihnen ein Fachmann zur Seite, der Ihre Fortschritte begleitet. Voraussetzung: Grundkenntnisse in EDV oder paralleler Kursbesuch.

Datum

Beginn auf Anfrage

Donnerstag, 16.00 – 17.50 Uhr,
3 x 2 Lektionen
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung Andreas Michel
Kosten Fr. 120.–

Vereinsverwaltung

Sind Sie in der Vereinsarbeit engagiert und möchten Sie sich die Arbeit erleichtern? In diesem Kurs lernen Sie mit dem PC Mitgliederlisten und Rechnungen zu erstellen, Beiträge zu kontrollieren und Korrespondenzen mit Hilfe von Serienbriefen zu erledigen. Ebenso werden rechtliche und administrative Aspekte der Vereinsverwaltung erläutert und individuelle Fragen berücksichtigt. Voraussetzung: EDV Grundkenntnisse.

Daten	14. Oktober – 18. November (8 x 2 Lektionen)
Tag/Zeit	Dienstag, 16.00 – 17.50 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Andreas Michel
Kosten	Fr. 350.–
Anmeldung	bis 26. September



Surfen im Internet

In diesem Kurs werden Sie in einer kleinen Gruppe in die Welt des Internet und dessen vielfältige Möglichkeiten eingeführt. Sie erhalten Gelegenheit, unter fachkundiger Anleitung im Internet zu surfen, Informationen abzurufen und per E-Mail zu kommunizieren. Um Ihnen den Einstieg zu erleichtern, werden Sie am Morgen die erforderlichen Handgriffe erlernen und am Nachmittag zunächst mit den wesentlichen Fachbegriffen und Hintergründen vertraut gemacht. Ein stärkender Pausenkaffee zwischendurch wird ebensowenig fehlen wie schriftliche Unterlagen zum späteren Vertiefen.

Daten	14. oder 28. Oktober
Tag/Zeit	15. oder 29. Oktober

Tag/Zeit	Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr und 14.30 – 17.00 Uhr Mittwoch, 08.30 – 09.30 Uhr und 14.30 – 17.00 Uhr
Ort	morgens Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93, nachmittags Basler Zeitung, Hochbergerstrasse 15/Pforte

Leitung	KursleiterInnen der Pro Senectute und der Basler Zeitung
Kosten	Fr. 30.–

Besonderes	Dieser Kurs wird in Zusammenarbeit mit der Basler Zeitung durchgeführt
Anmeldung	bis 30. September

Basler Erzählcafé

Ältere «Zeitzeugen» aus Basel erzählen aus ihrem Leben und lassen die Vergangenheit wieder lebendig werden. Im Gespräch wird jeweils ein Stück Basler Geschichte beleuchtet. Eingeladen sind Personen jeden Alters!

Daten/Gäste

25.10.97	Gretel Leonhardt-Feldpausch, ehem. Unternehmerin
08.11.97	Ingeborg Kaiser, Schriftstellerin
10.01.98	Egon Karter, Regisseur
17.01.98	Helmut Hubacher, ehem. Nationalrat
07.02.98	René Regenass, Schriftsteller
14.02.98	Doris Tschan, Redaktorin von B wie Basel
Tag/Zeit	Samstag, 16.00 – 18.00 Uhr
Ort	Hotel Rheinfelderhof, Hammerstrasse 61, 4058 Basel
Kosten	Fr. 10.– (ohne Konsumation)
Besonderes	Gemeinsames Angebot mit der Katholischen Erwachsenenbildung Basel
Anmeldung	nicht erforderlich

Rheinhafen Birsfelden

Nach einem Video über die Schiffahrt werden Sie unter fachkundiger Leitung durch ein Gütermotorschiff geführt, wo Sie Deck, Steuerhaus und den Maschinenraum besichtigen können. Beim Landgang lernen Sie die riesigen Tanklager aus nächster Nähe kennen.

Datum

15. September

Tag/Zeit	Montag, 14.10 – ca. 16.30 Uhr
Treffpunkt	Abfahrtsstelle von Bus Nr. 70 am Aeschenplatz in Richtung Schweizerhalle
Kosten	Fr. 10.–
Besonderes	nur für gute Fussgänger geeignet
Anmeldung	bis 1. September

Besichtigung der MIGROS-Betriebe

Kaffeduft wird Ihnen an diesem Morgen bei der Besichtigung der Kaffeerösterei in die Nase steigen. Sie sehen, wie der Kaffee, Tee und weitere Produkte abgepackt werden. Zum Abschied erhalten Sie von MIGROS ein Geschenkpäckchen.

Datum

13. Oktober

Tag/Zeit	Montag, 08.30 – 10.00 Uhr
Treffpunkt	Haltestelle Stausee (Bus Nr. 70 ab Aeschenplatz)
Kosten	Fr. 10.–
Besonderes	nur für gute Fussgänger geeignet
Anmeldung	bis 26. September

Chrischona-Sendeturm

Aufgrund der grossen Nachfrage organisieren wir eine weitere Führung. Nach einer Tonbildschau der PTT im Sendeturm werden Sie durch den Senderaum und auf den Turm geführt.

Datum	16. Oktober
Tag/Zeit	Donnerstag, 15.50 – 17.00 Uhr
Treffpunkt	Bushaltestelle St. Chrischona (mit Bus Nr. 32A von Bettingen aus)
Kosten	Fr. 13.–
Besonderes	Es empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung!
Anmeldung	bis 16. September

Basler Zeitung

Eine Diashow und ein Rundgang durch die BaZ geben Einblick in die faszinierende Welt der Presse und die moderne Produktionsweise einer Zeitung. Zum Abschied wird Ihnen ein kleiner Imbiss offeriert.

Datum	12. November
Tag/Zeit	Mittwoch, 16.00 – 17.30 Uhr
Treffpunkt	Pforte der Basler Zeitung, Hochbergerstrasse 15, 4057 Basel (mit Bus Nr. 36 ab Bad. Bahnhof)
Kosten	Fr. 10.–
Anmeldung	bis 29. Oktober

Dine around im Hotel Euler

Erleben Sie einen stilvollen Abend im Hotel Euler, der Sie in kulinarischem Rahmen hinter die Kulissen des renommierten Traditionsbetriebes führt. Zunächst werden Sie im Weinkeller des Hauses mit einem Apéro willkommen geheissen. Ihre Vorspeise nehmen Sie im Garde-Manger ein, wo Sie die Euler-Küche hautnah erleben können. Anschliessend wird Ihnen im Personaelessraum eine Suppe offeriert. Bei dieser Gelegenheit wird Ihnen der Direktor des Hauses, Herr Sprecher, allerlei über das Haus und seine MitarbeiterInnen zu erzählen wissen. Den Hauptgang nehmen Sie im stilvollen Ambiente des Restaurants «Le Bonheur» ein. Zum krönenden Abschluss des Abends werden Sie in der Hotelhalle mit einem Dessert verwöhnt.

Datum	5. Dezember
Tag/Zeit	Freitag, 18.30 – 21.00 Uhr
Treffpunkt	Empfangshalle des Hotel Euler
Kosten	Fr. 79.–
Besonderes	frühzeitige Anmeldung wird empfohlen
Anmeldung	bis 20. November

Leben heute**Seminar für pflegende Angehörige**

Pflegen oder betreuen Sie einen Angehörigen? Stossen Sie dabei manchmal an die Grenzen Ihrer Kräfte? In diesem Seminar erhalten Sie

Informationen zu pflegerischen und finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten. Gleichzeitig haben Sie Gelegenheit, sich mit anderen pflegenden Angehörigen auszutauschen.

Daten	22. Oktober – 3. Dezember (7x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 19.00 – 21.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Claudia Schweigler
Kosten	Fr. 120.–
Anmeldung	bis 6. Oktober

Alexander-Technik

Die Alexander-Technik fördert den aufmerksamen Umgang mit dem Körper und unterstützt die Lern- und Konzentrationsfähigkeit.

Datum	15. Oktober – 19. November (6x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 14.00 – 15.30 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Ursula Weber
Kosten	Fr. 170.–
Anmeldung	bis 30. September

Tai-Ji

Tai-Ji bietet die Möglichkeit, sanfte Bewegung spielerisch zu erlernen, um sich selbst in Raum und Körper wohlzufühlen. Tai-Ji, bei dem auch mit Musik gearbeitet wird, ist für alle geeignet, die innere Ausgeglichenheit suchen, um dadurch entspannt und geschmeidig zu werden und zu bleiben.

Daten	14. Oktober – 2. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Dienstag, 16.00 – 17.00 Uhr (AnfängerInnen) oder 17.30 – 18.30 Uhr (Fortgeschrittene)
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Christian Nigg, Physiotherapeut
Kosten	Fr. 105.–
Anmeldung	bis 29. September

Geistige Fitness

Möchten Sie geistig beweglich bleiben? Sie werden u.a. Tips für Namens-, Personen- und Zahlengedächtnis, Memorier- und Assoziationstechniken sowie Mind-Mapping kennenlernen. Spiel, Spass und Phantasie werden dabei nicht zu kurz kommen.

Daten	25. September – 4. Dezember (8x)
Tag/Zeit	ausser 9.10., 13. und 20.11. Tag/Zeit
Ort	Luftgässlein 3
Leitung	Theres Weigel-Gysel
Kosten	Fr. 140.–
Anmeldung	bis 11. September

Gedächtnistraining

Durch gezielte Übungen fördern wir das Erinnerungsvermögen.

Daten	14. Oktober – 2. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Dienstag, 15.00 – 17.00 Uhr
Ort	Luftgässlein 3
Leitung	Danielle Brand
Kosten	Fr. 140.–
Anmeldung	bis 30. September

Atmen und Ausdruckmalen

Mit Atemübungen und Ausdrucksmalen gehen wir auf die Liebe als Sinngebendes Element ein und versuchen, daraus Lebenskraft für den Alltag zu schöpfen.

Daten	24. Oktober – 28. November (6x)
Tag/Zeit	Freitag, 14.30 – 17.00 Uhr
Ort	Blotzheimerstrasse 28
Leitung	Carmen Siegrist, Atemlehrerin und Rita Boog, Maltherapeutin
Kosten	Fr. 210.–
Besonderes	Ausdrucksmalen erfordert keine Vorkenntnisse oder künstlerischen Fähigkeiten
Anmeldung	bis 10. Oktober

Brain Gym

Brain Gym aktiviert durch gezielte Übungen das ganze Energiesystem. Einfache und sanfte Bewegungen unterstützen den Energiefluss und verbessern dadurch das Sehen und Hören sowie die Konzentrationsfähigkeit.

Daten	16. Oktober – 18. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 – 15.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Elvira Paglino
Kosten	Fr. 130.–
Anmeldung	bis 2. Oktober

Brain Gym / Schnuppern

Datum	18. September
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 – 15.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Elvira Paglino
Kosten	Fr. 12.–
Anmeldung	bis 4. September

Traumdeutung

Die Träume sind Quellen unserer Lebenskraft. Der Kurs zeigt verschiedene Methoden auf, um die Bedeutung von Träumen zu erhellen. Anhand eigener Traumbeispielen werden diese Methoden geübt.

Daten	13. Oktober – 1. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Montag, 15.00 – 17.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Annette Wildi
Kosten	Fr. 170.–
Anmeldung	bis 29. September

Traumdeuterkurs/Schnuppern

Datum	22. September
Tag/Zeit	Montag, 15.00 – 17.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Annette Wildi
Kosten	Fr. 10.–
Anmeldung	bis 8. September

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.

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

Tag/Zeit	Mittwoch, 08.45 – 10.15 Uhr oder 10.30 – 12.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Urs Leiser
Kosten	Fr. 130.– pro Trimester exkl. Material

Altflötenkurs für Fortgeschrittene

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

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.

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

Malen und Mischtechnik

Sie arbeiten mit unterschiedlichen Mal- und Zeichentechniken.

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

Aquarellieren

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

Nass- und Trocken-Aquarellmalen

Mit Farben und Formen lernen Sie, sich abstrakt und gegenständlich auszudrücken.

Kleider ändern, Kinderkleider nähen

Sie ändern und flicken Kleider, können 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

Collagen-Kurs

Mit Schneiden, Reissen, Kleben sind Ihrer Phantasie keine Grenzen gesetzt.

Daten	9. Oktober – 6. November (5x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 – 17.00 Uhr
Leitung	Monique Studer
Kosten	Fr. 170.–

Anmeldung bis 26. September

77er-Fest

Runde Geburtstage werden oft ganz gross gefeiert. Wir von Pro Senectute aber feiern mit Menschen, die zu uns kommen, Jahr für Jahr den 77.

Sind Sie im Jahr 1920 geboren und haben Lust, mit uns in der zweiten Hälfte November Ihr Geburtstagsfest zu feiern? Dann schicken Sie eine Karte an:

Pro Senectute Basel-Stadt
77er-Fest
Luftgässlein 3
4010 Basel

Bitte vermerken Sie auf der Karte Ihren Namen, Vornamen, Adresse und Ihr Geburtsdatum. Sie werden im September eine Einladung mit den genauen Angaben erhalten.

Webkurs

Vom Bespannen eines Webstuhles bis zum fertig gewobenen Stoff werden Sie in die Webkunst eingeführt.

Daten	22. Okt. – 10. Dez. und 14. Jan. – 4. Feb. 1998 (12x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 14.30 – 17.00 Uhr
Ort	Essigstrasse 41 in Riehen
Leitung	Agnes Voltz

Kosten Fr. 310.– exkl. Material
(ca. Fr. 20.–)
Anmeldung bis 26. September

Schreinern – Grundkurs

Anhand von drei Arbeitsvorschlägen werden Sie in die Holzbearbeitung eingeführt und lernen die Grundtechniken wie hobeln, sägen, stemmen, gräten etc. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene.

Daten **24. Oktober – 28. November (6x)**
Tag/Zeit Freitag, 08.30 – 11.30 Uhr
Ort Freizeit-Werkstatt
Eptingerstrasse 20
Leitung Herr Bichsel, Möbelschreiner
Kosten Fr. 370.– exkl. Material
(für Anfänger Fr. 38.–,
für Fortgeschrittene Fr. 62.– bis
Fr. 75.–)
Anmeldung bis 26. September

Seidenmalen

Sie lernen die Grundtechnik des Seidenmalens und deren Anwendung. Fortgeschrittene können selbständig arbeiten und mit neuen Techniken experimentieren. Malkenntnisse sind nicht erforderlich.

Daten **5. – 26. November,
3. – 10. Dezember (6x)**
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung Elisabeth Trueb
Kosten Fr. 140.– inkl. Material
Anmeldung bis 20. Oktober

Kalligraphie-Grundkurs

Einführung in die schwungvolle Anglaise. Diese alte Schrift eignet sich sehr gut zum Schreiben von Einladungen, Tischkärtli, Menükarten, Glückwunschkarten etc.

Daten **14. Oktober –
18. November (6x)**
Tag/Zeit Dienstag, 14.30 – 16.30 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung Vreni Albert
Kosten Fr. 105.– plus Fr. 20.– Material
Anmeldung bis 29. September

Plastisches Gestalten in Stein

Sie erlernen die wichtigsten Methoden und Techniken der Stein- und Oberflächenbearbeitung. Um das formale Arbeiten in Stein zu erproben, experimentieren Sie zusätzlich mit Ton und Gips (Formstudien).

Daten **16. Okt. – 4. Dez. (8x)**
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 17.00 Uhr
Ort Holzmattstrasse 28

Leitung Urs Kunz-Gisin, Steinbildhauer
Kosten Fr. 435.– exkl. Stein
(Fr. 30.–/50.–)
Anmeldung bis 22. September

Schwarzenberger Krippenfiguren

Die «Schwarzenberger» Figuren – freistehende Figuren mit Blei-Füßchen – haben eine erstaunliche Entwicklung erlebt. In Schwarzenberg (LU) wurden diese Figuren von den katholischen Müttervereinen erfunden und weiterentwickelt, um «die Verkündigung der frohen Botschaft von der Menschwerdung Gottes» in die Familien zu bringen. Haben Sie Lust, selber solche Krippenfiguren anzufertigen?

Daten **20. Oktober – 24. November**
Tag/Zeit Montag, 14.00 – 17.00 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung Edith Angern und
Rita Feigenwinter
Kosten Fr. 158.– plus Fr. 100.– (Material
für 4 Figuren: Maria, Joseph, Hirt,
Hirtenkind. Schnittmuster, Schleif-
schwamm)
Anmeldung bis 29. September

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, 10.30 Uhr, Mittwoch, 10.30 Uhr
Donnerstag, 10.30 Uhr, Donnerstag, 16.30 Uhr
Donnerstag, 17.30 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Montag, 08.30 Uhr, Montag, 08.40 Uhr
Montag, 10.55 Uhr, Montag, 14.15 Uhr
Mittwoch, 08.15 Uhr, Mittwoch, 08.30 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

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

Mittelstufe:

Dienstag, 09.00 Uhr, Donnerstag, 11.00 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 09.20 Uhr, Mittwoch, 10.45 Uhr

Spanisch**AnfängerInnen:**

Freitag, 09.00 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

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 regelmässig neue Kurse für AnfängerInnen und Anfänger.

Rufen Sie uns an!

Kursdauer

Ein Trimester umfasst 13 Lektionen à 50 Minuten.

Kurskosten

Fr. 105.– pro Trimester

Neue deutsche Rechtschreibung

Eine Einführung in die wichtigsten Änderungen der Rechtschreibereform.

Daten 7. November – 28. November (4x)

Tag/Zeit Freitag, 09.00 – 09.50 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4

Leitung Marcel Georg Müller

Kosten Fr. 50.–

Anmeldung bis 24. Oktober

Altgriechisch für AnfängerInnen

Spielerische Einführung in die altgriechische Sprache und Kultur.

Daten 16. Oktober – 18. Dezember

(10 Doppellectionen)

Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 15.50 Uhr
(mit Pause)

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Sybil Schuler

Kosten Fr. 250.–

Anmeldung bis 1. Oktober

Russisch für AnfängerInnen**Daten 29. Oktober – 8. April 1998**
(20 x ohne 24., 31.12., 25.2., 4.3.)

Tag/Zeit Mittwoch, 16.30 – 17.20 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Madeleine Szirt

Kosten Fr. 210.–

Anmeldung bis 15. Oktober

Russisch für Fortgeschrittene**Daten 29. Oktober – 8. April 1998**
(20 x, ohne 24., 31.12., 25.2., 4.3.)

Tag/Zeit Mittwoch, 17.30 – 18.20 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Madeleine Szirt

Kosten Fr. 210.–

Anmeldung bis 15. Oktober

Latin für Fortgeschrittene**Daten 16. Oktober – 5. Februar 1998**
(15 x ohne 25.12. und 1.1.)

Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 10.45 Uhr

Ort Luftgässlein 3,
Kursraum im Parterre

Leitung Dr. Fritz Meyer

Kosten Fr. 195.–

Anmeldung bis 2. Oktober

Englisch intensiv für AnfängerInnen**Daten 13. Oktober – 27. März 1998**
(20 Wochen, ohne 22./26./29.12.,
2.1., 23.2. – 6.3.)

Tag/Zeit Montag und Freitag

14.00 – 14.50 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Lesley Perfetti

Kosten Fr. 295.–

Anmeldung bis 29. September

Englisch Reisekofferkurs

Eine Einführung in die englische Sprache mit speziellem Blick auf Wortschatz, Redewendungen und einfache grammatischen Strukturen, die Sie auf der Reise brauchen können.

Daten 16. Oktober – 19. März 1998
(20 x ohne 25.12., 1.1., 5.3.)**Tag/Zeit**

Donnerstag, 14.30 – 15.45 Uhr

Ort

Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4

Leitung

Ruth Keller-Veasey

Kosten

Fr. 260.–

Besonderes

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse

Anmeldung

bis 2. Oktober

English Conversation Club

Für TeilnehmerInnen mit guten Englischkenntnissen.

Daten 23. Sep. – 20. Jan. 1998

(15 x ohne 7., 14.10., 30.12.)

Tag/Zeit

Dienstag, 16.00 – 17.15 Uhr

Ort

Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4

Leitung

Connie Malik

Kosten

Fr. 173.50 inkl. Kaffee/Tee

Anmeldung

bis 9. September

Club de conversation française

Für TeilnehmerInnen mit guten Französischkenntnissen.

Daten 16. September – 16. Dezember

(12 x ohne 30.9., 7.10.)

Tag/Zeit

Dienstag, 16.15 – 17.30 Uhr

Ort

Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung

Francine Hanselmann

Kosten

Fr. 140.– inkl. Kaffee/Tee

Anmeldung

bis 2. September

Turnen in italienischer Sprache

Eine ideale Ergänzung zum Italienischunterricht oder eine prima Möglichkeit, Ihr Italienisch aufzufrischen, ohne «die Schulbank zu drücken». Für TeilnehmerInnen mit italienischen Vorkenntnissen.

Daten 16. Oktober – 18. Dezember

Donnerstag, 10.15 – 11.15 Uhr

Ort

Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung

Monique Mattarelli-Deslex

Kosten

Fr. 42.50

Eintritt

jederzeit möglich

Deutsch für Fremdsprachige

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bereits über Grundkenntnisse der (hoch-)deutschen Sprache verfügen und im Alltag damit zuretkommen. Ziel des Kurses ist es, fliessender sprechen und stilsicherer schreiben zu lernen.

Daten 14. Oktober – 24. März 1998

(20 x ohne 23./30.12., 24.2., 3.3.)

Tag/Zeit

Dienstag, 08.30 – 09.20 Uhr

Ort

Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4

Leitung

Cornelia Demirkhan

Kosten

Fr. 250.–

Anmeldung

bis 30. September

Baseldytsch für Basler und Baslerinnen

Ein lockerer Lehrgang mit Alt-Ständerat Carl Miville. Kein Fortsetzungskurs der bisherigen Baseldytsch-Kurse.

Daten	29. Oktober – 19. November (4x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 14.00 – 14.50 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum
Leitung	St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4 Carl Miville
Kosten	Fr. 40.–
Anmeldung	bis 15. Oktober

Baseldeutsch für Fremdsprachige

Haben Sie Lust, selber Baseldeutsch zu sprechen? Dieser Kurs richtet sich an fremdsprachige Personen.

Daten	19. September – 24. Oktober (6x)
Tag/Zeit	Freitag, 09.00 – 10.15 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum
Leitung	St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4 Marcel Georg Müller
Kosten	Fr. 138.50
Besonderes	Voraussetzung sind gute Kenntnisse des Schriftdeutschen
Anmeldung	bis 8. September

Deutsch-englische Begegnung

Tagesausflug nach Glarus, Apéro und Begegnung mit einer Englisch-Kursgruppe der Pro Senectute Glarus. Am Vormittag Führung durch die Landesbibliothek und am Nachmittag Stadtführung.

Datum	2. Oktober
Tag/Zeit	Donnerstag, 08.15 – ca. 17.30 Uhr
Treffpunkt	08.15 Uhr Heumattstrasse hinter dem Bahnhof
Leitung	Astrid Brunner, Englischkursleiterin der Pro Senectute Glarus
Kosten	Fr. 75.– (exkl. Mittagessen)
Anmeldung	bis 15. September

Sport und Bewegung**Unfallversicherung**

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer (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-Abo

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 Heiligeist

Laufenstrasse 46
Freitag, 14.30 Uhr (Männer)

Kleinbasel/Riehen/Bettingen**Claraspital-Turnhalle**

Kleinriehenstrasse 79
Montag, 09.00 Uhr und 10.00 Uhr
Donnerstag, 09.00 Uhr und 10.00 Uhr

Wasserstelzen 2

Dienstag, 15.10 Uhr

Bettingen Schulhaus Turnhalle

Mittwoch, 14.30 Uhr

Turnen

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

Die Angebote finden – ausser in den Schulferien – laufend statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abo

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

lunedì, ore 10.30

giovedì, 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 Heiligeist

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**

Lindenbergr 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

Claragrab 43

Mittwoch, 14.15 Uhr

Donnerstag, 09.00 Uhr

Wesleyhaus Alterssiedlung

Hammerstrasse 88

Montag, 16.00 Uhr

Riehen**Andreashaus**

Kelenweg 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

Turnen in italienischer Sprache

Ausschreibekurs (Seite 10).

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

Montag 09.30 Uhr

10.15 Uhr

Dienstag 09.00 Uhr

09.45 Uhr

Donnerstag 14.00 Uhr

Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43

Montag 09.30 Uhr, 10.15 Uhr

14.00 Uhr, 14.45 Uhr

15.30 Uhr, 16.15 Uhr

Dienstag 08.30 Uhr, 09.15 Uhr

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

Wasserstelzen Schulhaus

Wasserstelzenstrasse

Mittwoch 15.30 Uhr

Rückenschwimmkurs für Anfänger

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

Datum 21. Oktober – 9. Dezember
(8x)

Tag/Zeit Dienstag, 09.15 – 10.00 Uhr

Ort Hallenbad La Roche

Grenzacherstrasse 124, Bau 7

Leitung Yvonne Beeler, Cécile Vecchioli

Kosten Fr. 90.–

Anmeldung bis 6. Oktober

Rücken-/Brustschwimmkurs

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

Datum 21. Oktober – 9. Dezember
(8x)

Tag/Zeit Dienstag, 08.30 – 09.15 Uhr

Ort Hallenbad La Roche,

Grenzacherstrasse 124, Bau 7

Leitung Yvonne Beeler, Cécile Vecchioli

Kosten Fr. 90.–

Anmeldung bis 6. Oktober

Aquafit

Aquafit ist eine Kombination aus Wassergymnastik und Tiefwasserlaufen. Die wohltuende Wirkung des Wassers löst Verkrampfungen und hält Ihre Muskeln geschmeidig. Das Wasserlaufen ist geeignet für Fitnessbewusste und für Menschen jeden Alters.

Daten 14. Oktober – 16. Dezember
(10x)

Tag/Zeit Dienstag, 13.15 – 14.15 Uhr

Ort Hallenbad Muttenz

Baselstrasse 89

Leitung Ursula Zoller

Kosten Fr. 115.– exkl. Hallenbadeintritt
(Einzeleintritt Fr. 7.–, Abo 12 Eintritte Fr. 70.–)

Anmeldung bis 29. September

Kurzentrum Rheinfelden

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

Datum Dienstag,
8. Juli – 16. September und
Dienstag,
7. Oktober – 16. Dezember

**Abfahrts-
zeiten** 08.35 Uhr Mustermesse
vis-à-vis Taxistand Riehenring
08.45 Uhr Gartenstrasse
(Bankverein-Gebäude)

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

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 Schmiedenzunft**

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.

Zeit	Montag bis Freitag vormittags
Spielort	Tenniszentrum Bächliacker Frenkendorf
Kosten	Saisonabonnement: 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	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 09.00 – 10.00 Uhr
Ort	Tenniszentrum Münchenstein, Reinacherstrasse 66, Münchenstein
Leitung	Evelyne de Roche
Kosten	Fr. 215.– bei 4 TeilnehmerInnen Fr. 290.– bei 3 TeilnehmerInnen Fr. 430.– bei 2 TeilnehmerInnen
Besonderes	Tennisrackets können gratis zur Verfügung gestellt werden. Gespielt wird auf Sandplätzen.
Anmeldung	bis 26. September

Tennis für Fortgeschrittene

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

Daten	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr
Ort	Tenniszentrum Münchenstein, Reinacherstrasse 66, Münchenstein
Leitung	Evelyne de Roche
Kosten	Fr. 215.– bei 4 TeilnehmerInnen Fr. 290.– bei 3 TeilnehmerInnen Fr. 430.– bei 2 TeilnehmerInnen
Besonderes	Tennisrackets können gratis zur Verfügung gestellt werden. Gespielt wird auf Sandplätzen.
Anmeldung	bis 26. September

Badminton

Badminton – der ideale Freizeitsport. Mit wenig Aufwand kann Badminton überall gespielt werden, sowohl draussen als auch in der Halle. Auf vergnügliche Art lernen und üben Sie in unserem Kurs die Grund- und Spezialschläge im Einzel- und Doppelspiel. Keine Vorkenntnisse nötig

Daten	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 11.00 – 12.00 Uhr
Ort	St. Jakobshalle
Leitung	Eva Guiglia
Kosten	Fr. 105.–
Besonderes	Rackets und Shuttles werden zur Verfügung gestellt
Anmeldung	bis 26. September

Pétanque

Pétanque oder Boule – das Spiel mit den Kugeln. Das ist stets ein bisschen Süden und ein bisschen Ferien. Kommen Sie und probieren Sie es aus! Vorkenntnisse braucht es keine.

Daten	10. September – 15. Oktober (6x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr
Ort	Schützenmattpark
Treffpunkt	Wielandplatz, Bus Nr. 33
Leitung	Ruedi Wiesendanger
Kosten	Fr. 95.–
Besonderes	Material wird zur Verfügung gestellt
Anmeldung	bis 25. August

Kegeln

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

Rhythmische Gymnastik

Spielerische Gymnastik für aufgestellte Frauen und Männer. Sie bewegen sich zu beschwingten Rhythmen, kräftigen die Muskulatur und verbessern so Ihre Mobilität im Alltag.

Daten	13. Oktober – 8. Dezember (9x)
Tag/Zeit	Montag, 09.30 – 10.30 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Eva Däppen
Kosten	Fr. 81.–
Anmeldung	bis 29. September

Kreatives Bewegen

Sie üben auf vergnügliche Art und Weise Ihre Beweglichkeit. Mit Gymnastik, Musik und freiem Tanz werden Verkrampfungen gelöst, was das allgemeine Wohlbefinden steigert.

Daten	15. Oktober – 19. November (6x)
Tag/Zeit	Freitag, 15.40 – 16.40 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Christina Burkhalter
Kosten	Fr. 60.–
Anmeldung	bis 29. September

Jazz-Gymnastik

Ein Kurs für Frauen und Männer, die sich gerne bewegen und moderne Musik mögen. Auch für AnfängerInnen.

Daten	14. Oktober – 16. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Dienstag, 15.00 – 16.00 Uhr
Ort	Gymnastikraum der Eglise française Holbeinplatz 7
Leitung	Franziska Thomke
Kosten	Fr. 90.–
Anmeldung	bis 29. September

Beckenbodenkurs

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

Daten	5. September – 26. September (4x)
Kurs I	17. Oktober – 7. November (4x)
Kurs II	
Tag/Zeit	Freitag, 09.00 – 10.30 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Beatrice Meier-Keller Physiotherapeutin
Kosten	Fr. 55.–
Anmeldung	Kurs I bis 22. August, Kurs II bis 3. Oktober

Selbstverteidigung / Grundkurs

Ein Kurs für Frauen.

Richtiges Verhalten in bedrohlichen Situationen altersgerecht üben. Schulung der Reaktion und Koordination. Welche Vorsichtsmassnahmen können getroffen werden und wie wird das Selbstbewusstsein gestärkt.

Daten	13. Oktober – 1. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Montag, 14.15 – 15.45 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Mädi Hauert
Kosten	Fr. 120.–
Anmeldung	bis 29. September

Selbstverteidigung / Aufbaukurs 1a

Für Frauen, die schon einen Grundkurs besucht haben.

Daten	13. Oktober – 1. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Montag, 16.00 – 17.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Mädi Hauert
Kosten	Fr. 80.–
Anmeldung	bis 29. September

Selbstverteidigung / Aufbaukurs 1b

Für Frauen, die schon einen Grundkurs besucht haben.

Daten **13. Oktober – 1. Dezember (8x)**

Tag/Zeit Montag, 17.00 – 18.00 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Mädi Hauert

Kosten Fr. 80.–

Anmeldung bis 29. September

Betreutes Fitness- und Krafttraining

Unter der kundigen Leitung einer dipl. Turnlehrerin verbessern Sie Ihre Kondition, trainieren Ihre Muskulatur und verhelfen sich so gesamthaft zu einer guten körperlichen und geistigen Verfassung und positiven Lebenseinstellung. Darüber hinaus können Sie von Mo – Fr zw. 07.00 und 17.00 Uhr und Sa/Su zw. 09.00 und 17.00 Uhr die ganze Infrastruktur (inkl. Sauna) des modern ausgerüsteten Fitodrom-Centers benützen.

Daten **16. September – 16. Dezember (27x)**

Tag/Zeit Dienstag und Donnerstag, 08.00 – 09.00 Uhr

Ort Fitodrom Fitness-Center, Lange Gasse 90 / Ecke Hardstrasse

Leitung Bea Tschamper (eidg. dipl. Turn- u. Sportlehrerin)

Kosten Fr. 375.–

Besonderes Bitte ärztliches Attest mitbringen, dass Sie in guter körperlicher Verfassung sind.

Ausrüstung: saubere Turnschuhe, Turnbekleidung, Frottéetuch

Anmeldung bis 1. September

Volkstanz

Wir lernen Tänze aus verschiedenen Ländern. Musik, Rhythmus und Bewegung bringen Fröhlichkeit und Entspannung in jede Tanzstunde. Das Volkstanzen findet – ausser in den Schulferien – immer 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

Betagenzentrum 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**

Blutrainweg 12

Montag, 14.30 Uhr, 16.15 Uhr

Haus zum Wendelin

Inzlingerstrasse 50

Freitag, 09.30 Uhr

Volkstanz-Schnupperstunden

Tanzen beschwingt den Alltag. Das fröhliche, gemeinsame Tanzen klingt noch lange nach. In allen unseren Volkstanzgruppen sind Sie jederzeit herzlich willkommen. Wir laden Sie ein zu einer kostenlosen Schnupperstunde. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Daten **19. September, 21. November**

Tag/Zeit Freitag, 15.00 – 16.00 Uhr

Ort Alterszentrum Alban-Breite

Leitung Zürcherstrasse 143

Esther Mollenkopf

Datum **31. Oktober**

Tag/Zeit Freitag, 14.30 – 15.30 Uhr

Ort Stephanus Kirchgemeindehaus

Leitung Furkastrasse 12

Esther Appenzeller,

Lotty Herrmann

Daten **22. September und**

20. Oktober

Tag/Zeit Montag, 09.30 – 10.30 Uhr

Ort Alterszentrum Zum Wasserturm

Leitung Giornicostrasse 144

Erika Schütze

Datum **24. Oktober**

Tag/Zeit Freitag, 09.30 – 10.30 Uhr

Ort Haus zum Wendelin

Leitung Inzlingerstrasse 50

Yvonne Knöri, Ursula Stalder

Daten **17. Oktober und 24. Oktober**

Tag/Zeit Freitag, 15.00 – 16.00 Uhr

Ort Rankhof

Leitung Alterssiedlung Rankhof 10

Vreni Schaub und Erika Schütze

Daten **17. Oktober und**

14. November

Tag/Zeit Freitag, 09.30 – 10.30 Uhr

Ort

Zwinglihaus-Kirchgemeindehaus

Gundeldingerstrasse 370

Leitung

Susanne Bolliger

Mitnehmen

Bequeme, flache Schuhe oder Gymnastikschläppli (keine Strassenschuhe).

Round Dances Schnuppertag

Lernen Sie die Welt der Round Dances kennen. Kommen Sie alleine oder zu zweit und erleben Sie einen beschwingten Nachmittag. Das Schnuppern ist gratis.

Datum **17. Oktober**

Tag/Zeit Freitag, 14.30 – 16.00 Uhr

Ort Providentia

Pfarreiheim Heiliggeist

Laufenstrasse 46, 1. Stock

Leitung

Susanne Bolliger-Heuss

Kosten:

gratis

Kleidung Bequeme Kleidung und Schuhe

Anmeldung bis 15. Oktober

Round Dances / Anfängerkurs

Round Dances sind Paartänze aus Amerika mit vorgeschriebenen Figurenfolgen im Twostep- und Walzerrhythmus. Sie stammen teilweise aus der Volkstanz-Tradition, teilweise aus dem Gesellschaftstanz (Old Time-Tänze).

Im Kurs lernen wir die Figurenfolgen Schritt für Schritt. Zur Auflockerung und zum Vergnügen tanzen wir passende Mixer.

Wenn Sie ein gutes Rhythmusgefühl und Freude an Paartänzen haben (auch Frauenpaare sind möglich), dann melden Sie sich allein oder mit Partner/in an.

Daten **24., 31. Oktober, 14., 21. November, 5., 12. Dezember (6x)**

Tag/Zeit 14.15 – 15.45 Uhr

Ort Providentia

Pfarreiheim Heiliggeist

Laufenstrasse 46, 1. Stock

Leitung

Susanne Bolliger-Heuss

Kosten

Fr. 60.–

Kleidung Bequeme Kleidung und Schuhe

Anmeldung bis 10. Oktober

Round Dances / Aufbaukurs

Für TeilnehmerInnen des letztjährigen Kurses.

Daten **24., 31. Oktober, 14., 21. November, 5., 12. Dezember (6x)**

Tag/Zeit Freitag, 16.00 – 17.30 Uhr

Ort Providentia

Pfarreiheim Heiliggeist

Laufenstrasse 46, 1. Stock

Leitung

Susanne Bolliger-Heuss

Kosten

Fr. 60.–

Kleidung Bequeme Kleidung und Schuhe

Anmeldung bis 10. Oktober

Gesellschaftstanz

Von Tango über Walzer bis Cha Cha Cha werden die gängigsten Gesellschafttänze unterrichtet.

AnfängerInnen

Daten	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 15.00 – 16.00 Uhr
Ort	Tanzschule Fromm, Freie Strasse 34
Leitung	Bernhard Urfer
Kosten	Fr. 80.–
Anmeldung	bis 30. September

Mittelstufe

Daten	16. Oktober – 18. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 15.00 – 16.00 Uhr
Ort	Tanzschule Fromm, Freie Strasse 34
Leitung	Bernhard Urfer
Kosten	Fr. 80.–
Anmeldung	bis 30. September

Laufpass 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
Freitag	09.30 – 10.30 Uhr 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
Treffpunkt	08.45 Uhr vor dem Pro Senectute-Haus St. Jakob, Brüglingerstrasse 113 (Tram 14 und Bus 36, Parkplätze vis-à-vis bei der Sporthalle St. Jakob). Es steht eine Garderobe mit Dusche zur Verfügung.

Donnerstag	09.00 – 10.00 Uhr Vita-Parcours Allschwilerwald
Donnerstag	09.00 – 10.00 Uhr Laufträff 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.

Ferienwoche Langlauf

Datum	10. – 17. Januar 1998
Ort	Seefeld
Leitung	LeiterInnen der Pro Senectute Basel-Stadt
Kosten	Fr. 870.– (bei 20 TeilnehmerInnen) Fr. 800.– (bei 25 TeilnehmerInnen)
Auskunft	Für nähere Angaben verlangen Sie bitte unser Detailprogramm
Anmeldung	bis 30. September 1997

Do 16. Okt. Dorenbachcenter Binningen
08.30 Uhr Oberwil – Therwil – Leymen – ganztags Wolschwiller (Znün) – Hippoltskirch 455 m ü.M. – Blochmont 680 m ü.M. – **Kiffis** (Mittagessen) – Kleinlützel – Laufen – Aesch – St. Jakob, ca. 70 km
Leitung Jean-Pierre Périsset

Mo 27. Okt. Dorenbachcenter Binningen
13.30 Uhr Oberwil – Therwil – Ettingen – Aesch – **Reinach** (Rest. Waage) – Rückweg der Birs entlang nach Münchenstein (Spengler), ca. 25 km
Leitung Kurt Knecht

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).

Sie entscheiden nach Lust und Laune, an welcher Wanderung Sie gerne teilnehmen möchten.

Teilnehmerbeiträge

Einzelbeitrag	Fr. 5.–
Semesterbeitrag	Fr. 85.–

Anmeldung nicht erforderlich (wenn nichts anderes vermerkt ist).

Mitzunehmen Gute Schuhe, Regenschutz, Tram- und Bahnabonnemente (U-Abo, Halbtax-Abo), Pass oder ID-Karte bei evtl. Grenzübergang.

Montag

2½ – 3 Stunden

Leitung

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

29. Sept.

10.20 Uhr Schalterhalle SBB
Abfahrt 10.38 nach Laufen. Mit Bus nach **Neumühle**. Rundwanderung über Glaserberg. Picknick und ID mitnehmen

27. Okt.

10.40 Uhr Schalterhalle SBB
Abfahrt 10.53 Uhr über Liestal nach **Windentalhöhe**. Wanderung ums Stächpalmenhegli – Ruine Altenberg – Kaiseraugst.

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 15. Sept. Schorenweg 117 (Sportplatz Schorenmatte)
09.00 Uhr Der Wiese entlang nach Steinen (Znün) – Schlächtenhaus – Scheideck 541 m ü.M. – **Kandern** (Mittagessen) – Hammerstein – Binzen – Weil – Lange Erlen, ca. 60 km
Leitung Godi Egloff

Do 25. Sept. Schorenweg 117, (Sportplatz Schorenmatte)
13.30 Uhr Weil – Haltingen – Binzen – Fischingen – **Egringen** (Zvieri) – Eningen – Märkt – Kleinhüningen, ca. 30 km
Leitung Jean-Pierre Périsset

Mo 6. Okt. Birsfelden (Endstation Tram 3)
09.00 Uhr Schweizerhalle – Augst – Rheinfelden (Znün) – Möhlin – Zuzgen – **Wegenstetten** (Mittagessen) – Ormalingen – Gelterkinden – Pratteln – St. Jakob, ca. 65 km
Leitung Georg Uecker

24. Nov. Schalterhalle SBB
11.50 Uhr Abfahrt 12.06 Uhr über Laufen nach **Nenzlingen**. Wanderung Nenzlingerweid – Ruine Pfeffingen – Aesch.

Dienstag 1

ca. 2 Stunden

Leitung
Esther Stauffer
Charlotte LüchingerTelefon 271 76 16
Telefon 361 88 87

16. Sept. Schalterhalle SBB
13.25 Uhr Abfahrt 13.38 Uhr nach Dornach. Bus 13.53 nach **Hochwald**. Wanderung: Hochwald – Ponyranch/Seewen.

14. Okt. Schalterhalle SBB
12.00 Uhr Abfahrt 12.15 Uhr nach **Kai-sten**. Wanderung nach Sisseln.

11. Nov. Tramhaltestelle Allschwil Dorf
12.45 Uhr Abfahrt 12.59 Uhr mit Bus 61 nach **Schönenbuch**. Wanderung: Schönenbuch – Neuwiler – Oberwil. ID und Franzosenfranken mitnehmen.

Dienstag 2

3 – 4 Stunden

Bitte immer kleines Picknick mitnehmen

Leitung
Annemarie Zurflüh
Hansjörg SalathéTelefon 421 56 16
Telefon 601 46 85

9. Sept. Schalterhalle SBB
08.10 Uhr Abfahrt 08.30 Uhr nach Olten, Burgdorf, Biglen. Mit dem Postauto auf die **Moosegg**. **Em-mental-Wanderung**: Moosegg – Mützlenberg – Rüderswil – Ranflüh – Ramisberg – Ramsei.



23. Sept. Schalterhalle SBB
08.30 Uhr Abfahrt 08.46 Uhr nach Sissach, **Läufelfingen**. Wanderung: Läufelfingen – Epfingen – Reigoldswil.

21. Okt. Schalterhalle SBB
09.20 Uhr Abfahrt 09.35 Uhr nach Rheinfelden, **Mumpf**. Wanderung: Mumpf – Wegenstetten – Anwil.

4. Nov. Schalterhalle SBB
08.30 Uhr Abfahrt 08.53 Uhr nach Olten. Mit dem Postauto auf den **Unt. Hauenstein**.

Wanderung: Unt. Hauenstein – Frobburg – Leutschenberg – Schafmatt – Oltingen.
18. Nov. Schalterhalle SBB
10.00 Uhr Abfahrt 10.15 nach **Augst**. Wanderung: Augst – Schleifenberg – Liestal.

Mittwoch 1

2 – 3 Stunden

Leitung
Brigitte Helbing
Berta WindischTelefon 601 26 25
Telefon 312 55 45

10. Sept. Schalterhalle SBB
10.40 Uhr Abfahrt 10.53 Uhr nach Sissach. Mit dem Bus Nr. 107 nach **Eptingen**. Wanderung über Birch nach Bennwil. Wanderzeit ca. 2½ Std.

15. Okt. Schalterhalle SBB
10.05 Uhr Abfahrt 10.15 Uhr nach Laufenburg. Mit Bus Nr. 141 nach **Bütz/Sulz AG**. Wanderung nach Mettau evtl. bis Schwaderloch. Wanderzeit ca. 2½ Std.

12. Nov. Schalterhalle SBB
10.00 Uhr Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden. Mit Bus Nr. 102 nach **Anwil**. Wanderung nach Asphof – Rothenfluh. Wanderzeit ca. 2½ Std.

Mittwoch 2

2 – 3 Stunden

Leitung
Liliane Ottenburg
Juliette KiefferTelefon 691 70 69
Telefon 601 68 09

24. Sept. Schalterhalle SBB
10.15 Uhr Abfahrt 10.30 Uhr nach Gelterkinden. Mit dem Postauto 11.13 Uhr nach **Rünenberg**. Wanderung nach Läufelfingen. Steigungen ca. 200 m. Wanderzeit ca. 2½ Stunden.

29. Okt. Aeschenplatz Tramstation 14er
10.50 Uhr Abfahrt 10.56 Uhr mit Tram nach **Pratteln**. Wanderung über den Bienenberg – Rösental – Liestal. Wanderzeit ca. 2½ Stunden.

26. Nov. Aeschenplatz Tramstation 10er
10.40 Uhr Abfahrt 10.46 Uhr nach Dornach. Mit dem Postauto 11.15 Uhr nach **Gempen**. Wanderung nach Muttenz. Wanderzeit ca. 3 Std.

Freitag 1

ca. 2 Stunden

Leitung
Berta Windisch
Brigitte HelbingTelefon 312 55 45
Telefon 601 26 25

19. Sept. Schalterhalle SBB
10.40 Uhr Abfahrt 10.51 Uhr nach Rheinfelden. Mit Bus Nr. 100 nach **Buu-seregg**. Wanderung Farnsburg – Homberg – Gelterkinden. Wanderzeit ca. 1½ Std.

31. Okt. Schalterhalle SBB
10.40 Uhr Abfahrt 10.53 Uhr nach Liestal. Mit Bus Nr. 74 nach **Hersberg**. Wanderung nach Magden. Wanderzeit ca. 1½ Std.

14. Nov. Schalterhalle SBB
10.40 Uhr Abfahrt 10.51 Uhr nach Rheinfelden. Mit Bus Nr. 100 nach **Mag-den**. Wanderung nach Nusshof. Wanderzeit ca. 1½ Std.

Gemütliches Spazieren – Freitag 2

ca. 1½ Std.

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

Leitung
Alice Weber
Peter Hoferer

461 56 94

12. Sept. Tramhaltestelle Theater (Tram 10)
12.40 Uhr Abfahrt 12.51 Uhr nach Flüh. Mit Bus nach **Hofstetten**. Wanderung über Rotberg nach Mariastein.

10. Okt. Schalterhalle SBB
12.00 Uhr Abfahrt 12.22 Uhr nach Laufen, mit Bus Richtung **Liesberg**. Wanderung der Birs entlang nach Bärschwil.

7. Nov. Schalterhalle SBB
12.15 Uhr Abfahrt 12.38 Uhr nach **Zwingen**. Herbstwanderung nach Grellingen.