Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft

Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt

Band: - (1998)

Heft: 1

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: 29.11.2025

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



Nr. 1 / 1998

edionalAkzént

Der Regionalteil der Pro Senectute Basel-Stadt

INHALT REGIONALTEIL

IN EIGENER SACHE	R1
TREFFPUNKTE	R3
FREIZEIT	R3

KURSANGEBOTE

KUNST UND KULTUR

NATUR UND UMWELT	R6
WISSEN HEUTE	R7
LEBEN HEUTE	R8
MUSIK, MALEN, GESTALTEN	R9
SPRACHEN	R10
SPORT UND BEWEGUNG	R11
Gym 60-Turnen Turnen, Schwimmen und Wassergymnastik	R11
Minitennis, Tischtennis, Tennis	R13
Pétanque, Bowling, Golf Wellness-Tage Schach Rhythmische Gymnastik Rückengymnastik Selbstverteidigung Volkstanz	R14

In eigener Sache

Am 14. September 1985 wurde der Seniorentreffpunkt in der Kaserne im Klingental mit Musik, Tanz und Tombola eingeweiht. Monate zuvor benötigten wir allerdings eine gehörige Portion Optimismus, Einsatzwillen und Tatkraft, um den düsteren Raum, in dem einst brave Pferde ihren Hafer gefressen hatten, in einen Treffpunkt für Betagte umzubauen. Es waren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Pro Senectute, aber auch einige Arbeitslose, welche im alten Rossstall einen grossen Aufenthaltsraum und eine Küche einbauten. Notgedrungen blieb vieles provisorisch, und heute präsentieren sich die Räumlichkeiten, in denen jährlich gegen 5000 Betagte verkehren, in einem äusserst renovationsbedürftigen Zustand.

Aus Anlass des 80. Geburtstages von Pro Senectute Basel-Stadt möchten wir den Treffpunkt neu gestalten und ihn teilweise auch neuen Bestimmungen zuführen. Unsere drei Sozialarbeiterinnen stehen den Besucherinnen und Besuchern zur Verfügung. Sie führen Beratungsgespräche, vermitteln Hilfen zu Hause (Putz- und Mahlzeitendienst, Haushilfe, Gemeindekrankenpflege usw.) und unterstützen finanziell benachteiligte Betagte mit Beiträgen. Mit Jassnachmittagen, kleineren Ausflügen, organisierten Ferienwochen und Gesprächsgruppen schaffen wir für die oft vereinsamten Besucherinnen und Besucher die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen. Zudem betreiben zwei Teilzeitmitarbeiterinnen den Restaurationsbetrieb, kochen Essen für den Mittagstisch und führen die Cafeteria. Gehbehinderte ältere Menschen holen wir an jeweils drei Wochentagen mit dem Pro Senectute-Bus zuhause ab, damit sie gemeinsam essen und Gemeinschaft pflegen können.

Kurz: Der Seniorentreff soll zu einem echten Begegnungszentrum für einsame und benachteiligte Betagte werden. Kontakte knüpfen, Kontakte pflegen, einen Ort haben, wo man willkommen ist, das braucht man in jedem Alter. Ein Treffpunkt mitten im Herzen Kleinbasels, dort, wo ein reges Kulturleben stattfindet, wo sich jung und alt begegnen, ist eine Einrichtung, an der nicht nur viele ältere Menschen Freude haben, sondern auch wir von Pro Senectute Basel-Stadt.

Sabine Währen



R15

Round Dances. Gesellschaftstanz

Velofahren

Laufpass für den Laufspass

BKB-Forum: Die Bankberatung für und von Senioren



Seniorinnen und Senioren haben andere Bedürfnisse an eine Bankberatung als junge Leute. Deshalb

bietet die Basler Kantonalbank (BKB) in Zusammenarbeit mit der Pro Senectute eine Bankberatung für Senioren von Senioren an. Das «Berater-Team 60+» kennt die spezifischen Anliegen der älteren Mitmenschen aus eigener Erfahrung. Im Zentrum stehen meistens Fragen zu Erbschaften, Anlagen oder Hypotheken.

Ist ein Ehe- oder Erbvertrag notwendig? Wo soll ein Testament am besten verwahrt werden? Wie hoch sind Erbschafts- und Schenkungssteuern? Dies sind Fragen, die ältere Leute beschäftigen. Die bewährten, langjährigen BKB-Mitarbeiter des «Berater-Teams 60+» stehen Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite, wenn es darum geht, die Vermögensverhältnisse zu regeln. Viele Seniorinnen und Senioren schätzen einen professionellen Rat, wie sie ihr Vermögen

ihren ganz persönlichen Verhältnissen entsprechend anlegen und verwalten lassen können.

Wir beraten Sie jedoch auch im Hypothekenbereich. Bei Übertritten ins Altersheim stellt sich häufig die Frage, was mit dem Eigenheim geschehen soll. Soll die noch bestehende Hypothek erhöht oder ganz oder teilweise zurückbezahlt werden? Für die Beantwortung solcher und anderer Fragen steht Ihnen das «Berater-Team 60+» gerne zur Verfügung.

Wir nehmen uns Zeit, sei es bei Ihnen zuhause oder in der Bank, um Sie in Ruhe und mit aller Diskretion in Bankangelegenheiten zu beraten. Rufen Sie uns an unter Tel. 272 30 71.

Johann Paukner, Berater Team 60+

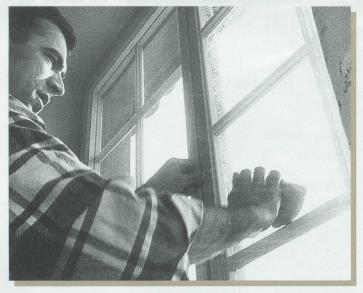
Alle Jahre wieder

Im März ist es wieder soweit: die Steuererklärung liegt im Briefkasten. Seit der Kanton aus Spargründen keine Hilfe mehr beim Ausfüllen der Steuererklärung leistet, sind wir älteren Menschen behilflich, das Formular richtig auszufüllen. Für Menschen mit bescheidenem Einkommen tun wir das gratis. Wer es sich leisten kann, bezahlt dafür einen Beitrag an die Unkosten.

Anmeldungen: Tel. 272 30 71 11.00 - 12.00 Uhr, Frau Jung verlangen.



Wir helfen Ihnen, die Steuererklärung auszufüllen



Wir machen Ihren Frühlingsputz – und wir machen es gern

Haben Sie schon daran gedacht, sich verwöhnen zu lassen? Haben Sie gewusst, dass wir einen Putzdienst haben? Übrigens – wir machen nicht nur den Frühlingsputz. Wenn Sie dies wünschen, kommen wir regelmässig für Reinigungsarbeiten bei Ihnen vorbei. Wir übernehmen auch Umzüge und Wohnungsräumungen, bringen Ihren Garten in Schuss, weisseln die Küche und führen kleinere Reparaturen aus.

Rufen Sie uns an: Tel. 272 30 71! (jeweils am Morgen zwischen 08.00 – 12.00 Uhr).

Herausgepickt

Auch das gibt es: **Ein Pro Senectute-Orchester!**

Zur Zeit besteht das Orchester, vom Dirigenten und einem Cellisten abgesehen, aus lauter Frauen, die neben dem gemeinsamen Musizieren auch eine muntere Kameradschaft pflegen.

Erstaunen mag das grosse Repertoire der Musikerinnen und Musiker: Werke vom Frühbarock bis Gershwin gehören ebenso dazu wie Mozart, Schubert und Bach. Daneben spielen sie eher bekannte Melodien, zu denen der Dirigent, Werner Müller, selber Begleitstimmen geschrieben hat. Er ist es auch, der die Stimmen den vorhandenen Instrumenten und dem Können der Spielerinnen und Spieler anpasst. Bedauernd stellen die Mitglieder aber fest, dass vor allem Bassinstrumente wie Cello, Fagott, Kontrabass und Cembalo in ihrem Orchester untervertreten sind. Als Notbehelf springen Blockflöten anstelle von Oboen und Klarinetten ein.



Das Orchester hat nicht den Ehrgeiz, grosse Konzerte zu organisieren, aber das Aufspielen in Altersheimen oder Altersnachmittagen bereitet rundherum Freude. Das Haupterlebnis sind jedoch die Proben. Werke einzuüben. welche man sich vielleicht am Anfang kaum zutraut, um mit der Zeit festzustellen, dass es harmonischer und

besser tönt - das ist ein Erlebnis, das niemand missen möchte.

Das Orchester probt jeweils am Montagmorgen, von 09.15 – 11.00 Uhr, im Saal der Alterssiedlung Rankhof. Falls Sie Interesse haben mitzumusizieren, so rufen Sie Herrn Werner Müller, Tel. 631 32 90, an.

Treffpunkte

Kaserne

Klybeckstrasse 1b, Telefon 691 66 10

Teffpunkt 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

Telefon 691 66 10

Mittagstisch mit Fahrdienst für behinderte Betagte aus dem Kleinbasel

Dienstag, 11.00 - 14.00 Uhr Anmeldung bis Donnerstag der Vorwoche bei Hannelore Fornaro oder Judith Rayot. Telefon 272 30 71

Treffpunkt Storchengruppe

Jeden Donnerstag von 14.30 - 16.30 Uhr. Programm auf Anfrage, Telefon 272 30 71. Barbara Bubendorf oder Judith 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 Martin Rink und Annelies Schudel.

Mittagstisch

Feine Mittagessen: für AHV/IV-RentnerInnen zu Fr. 9.50/10.50.

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

Freizeit

Ein Geschenk von Club 65 für Betagte: zusammen gemütlich wandern, velofahren oder schwimmen.

Die Fahrspesen und Eintritte gehen zu Lasten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Die übrigen Kosten werden von Club 65 bezahlt.

Gemütliches Velofahren

Von April bis Oktober gemütlich Velofahren. Für all jene, die noch 20 – 40 km weit fahren können, sich aber dazu mehr Zeit nehmen möchten (bei jeder Witterung).

Leitung Werner Vogel

Auskunft Gerty Heitz, Tel. 302 89 14 Anmeldung nicht erforderlich

Mittwoch, 15. April

St. Jakob / Gartenbad

13.30 Uhr Münchenstein – der Birs entlang nach Dornach - St. Jakob

Mittwoch, 29. April

St. Jakob / Gartenbad

13.30 Uhr Muttenz - Pratteln - St. Jakob

Mittwoch, 13. Mai

Schorenweg 117

(beim Sportplatz Schorenmatte)

13.30 Uhr Lange Erlen - Weil - Fischingen -Britschen - Lange Erlen

Mittwoch, 27. Mai

Hegenheimerstr. / Alter Zoll

Hegenheim - Bartenheim -Rosenau - Hüningen

Mittwoch, 10. Juni

Hüninger Zoll (Sandoz)

Palmrainbrücke - Kleinkembs 13.30 Uhr Cementklause – Kleinhüningen Mittwoch, 24. Juni

Hüninger Zoll (Sandoz)

10.00 Uhr Kembs Löchle - Kraftwerk (Mittagessen) - Hüningen ganztags

Mittwoch, 26. August

Schorenweg 117

(beim Sportplatz Schorenmatte)

13.30 Uhr Lange Erlen – der Wiese entlang

nach Steinen - Lange Erlen

Mittwoch, 9. September

Dorenbachcenter Binningen

13.30 Uhr Oberwil - Witterswil - Flüh -

Biel-Benken - Binningen

Mittwoch, 23. September

St. Jakob / Gartenbad

13.30 Uhr Muttenz - Pratteln -

Frenkendorf - St. Jakob

Mittwoch, 7. Oktober

Hegenheimerstr. / Alter Zoll

13.30 Uhr **Blotzheim** – Hellhof – Burgfelden

Gemütliches Wandern

Freitag, ca. 1½ Std.

Leitung

Alice Weber 461 56 94

Peter Hoferer A. Zumbrunnen

3. April

Schalterhalle SBB

12.15 Uhr Abfahrt 12.30 Uhr nach Liestal.

mit Bus nach Furlen.

Wanderung: Furlen, Waldlehrpfad

Stockholden – Lausen

27. Mai Mittwoch! Ausflug gemäss

Sonderprogramm

Schalterhalle SBB 12. Juni

Abfahrt 12.30 Uhr nach Liestal, 12.15 Uhr

mit Bus nach Windentalhöhe.

Wanderung: Grammet -Stechpalmenhägli, Panorama-

weg - Lausen

Kurzentrum Rheinfelden

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

Leitung

Helen Ehrsam

461 39 15

Heidi Kressebuch Silvia Meier

Daten

Dienstag, 24. Februar – 16. Juni

Abfahrtszeit und -ort auf Anfrage

(ohne 24. und 31. März)

Treffpunkt Kosten

pro Mal:

Fr. 11.— Eintritt Fr. 10.- Carfahrt

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.

Kunst und Kultur

Strohmuseum in Wohlen

Stroh, dieses bescheidene und scheinbar wertlose Material, war zwei Jahrhunderte lang Grundlage eines blühenden Industriezweiges im Aargau und Umgebung. Es wurden verblüffende Garnituren, Spitzen etc. hergestellt, welche in der Hutindustrie weltweiten Absatz fanden.

Datum

2. April

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr Treffpunkt 13.10 auf Perron nach Lenzburg

- Zürich. Bitte Billett selber lösen wird vom Museum organisiert

Leitung Kosten

Fr. 25.- inkl. Eintritt Besonderes Das Museum befindet sich auf

zwei Stockwerken, d.h. Treppen steigen!

Anmeldung bis 16. März

Romanisches Elsass

Mannigfaltig sind seit jeher die Beziehungen, die das Elsass mit der alten Stadt am Rheinknie verbinden. Das einstige Bistum Basel erstreckte sich bis zur französischen Revolution beinahe über das ganze Gebiet des heutigen Dept. Haut-Rhin.

Datum 13. Mai

Mittwoch, 08.30 - ca. 17.30 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt

08.20 Uhr Heumattstrasse (hinter dem Bahnhof)

Dr. Friedrich Meyer Leitung Fr. 72. – exkl. Mittagessen Kosten

Anmeldung bis 27. April

Kirchen am Thuner- und Brienzersee

Kosten

König Rudolf erbaute nach einer Traumvorgabe - so erzählt die Chronik - zwölf Kirchen. Sie folgen auf dieser Rundreise den Spuren von Rudolf und besichtigen «seine» Kirchen.

28. Mai Datum

Tag/Zeit Donnerstag, 08.30 - ca. 18.00 Uhr

08.15 Uhr Gartenstrasse Treffpunkt Gilbert Uebersax Leitung Fr. 68.- exkl. Mittagessen

Anmeldung bis 11. Mai

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 servieren wir Ihnen einen Apéro im Kurszentrum der Pro Senectute.



Daten Dienstag, 7. April und Donnerstag, 7. Mai
Zeit 17.15 – 19.00 Uhr
Treffpunkt 17.05 Uhr Villa Aeschenplatz

Kosten Fr. 12.– inkl. Eintritt Anmeldung bis 23. März und 24. April

Tinguely-Museum

Einführung 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 25. März

Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr Treffpunkt 14.15 Uhr vor Museumseingang (Bushaltestelle Nr. 31)

Leitung Führung wird durch das Museum

organisiert

Kosten Fr. 15.– exkl. Eintritt (AHV Fr. 3.–)

Anmeldung bis 9. März

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.

Daten Dienstag, 31. März und Mittwoch, 29. April
Zeit 15.00 – 16.00 Uhr

Treffpunkt 14.45 Uhr vor dem Museums-

eingang

Leitung wird durch das Museum

organisiert

Kosten Fr. 15.— exkl. Eintritt (Fr. 5.—) Anmeldung bis 16. März und 20. April

Das Vorstadt-Theater

Sie werden durch das Theater geführt, und anschliessend wird die Vorstellung «Der kleine Herr Winterstein» gezeigt. Es handelt sich um Roman Winterstein, den berühmten jüdischen Geiger, dem sein «Anderssein» zum Verhängnis wurde. Es ist ein Figurentheater über das Berlin der 40er Jahre.

Datum 22. April

Tag/Zeit Mittwoch, 15.00 – 17.00 Uhr Treffpunkt 14.55 Uhr vor dem Eingang

St. Alban-Vorstadt 12

Leitung wird vom Theater organisiert Kosten Fr. 25.– inkl. Eintritt

Anmeldung bis 3. April

Die Synagoge

Sie werden durch die Synagoge in Basel geführt.

Datum 25. Mai

Tag/Zeit Montag, 09.30 – 11.00 Uhr Treffpunkt 09.25 Uhr Leimenstrasse 24

Leitung Herr Selig Kosten Fr. 12.— inkl. Eintritt

Anmeldung bis 11. Mai

Das Stadttheater Basel

Auf dem Rundgang werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen des Stadttheaters.

Datum 1. April

Tag/Zeit Mittwoch, 15.00 – 16.30 Uhr
Treffpunkt 14.50 Uhr vor dem Hintereingang

des Theaters (Pyramiden) wird vom Theater organisiert

Kosten Fr. 12.– inkl. Eintritt

Anmeldung bis 16. März

Basler Bijoux

Leitung

Passanten mögen in der Eile achtlos daran vorbeigehen. Aufmerksamen Kunstfreunden bleiben sie kaum verborgen, die Kostbarkeiten in und an den Gebäuden, die den Basler Geist verströmen.

Tag/Zeit Freitag, 14.30 – 16.00 Uhr Daten/Treffpunkte

24. April Das Thomas-Platter-Haus, Gundeldingerstr. 280

(Metallplastik von Thomas Blank)

8. Mai Kunst in der Universität, Petersplatz 1

15. Mai St. Alban-Tor und St. Alban-Tal, St. Alban-Tor

22. Mai Das Stadthaus und der Andreas-

platz, Stadthausgasse 13

29. Mai N. de Saint-Phalle und J. Tinguely,

Grenzacherstr. 487 **5. Juni** Fresken (offen und versteckt),

Martinsgasse 2 Leitung H.P. Gerhard

Kosten Fr. 65.– (exkl. Eintritt)

Anmeldung bis 6. April

Frauengestalten in Basel

Viele bedeutende Frauen in Basel haben in aller Stille Wesentliches geleistet. Auf dem Rundgang hören Sie an ihren Wirkungsorten oder auch vor ihren Bildern und Statuen über ihr Leben.

Datum 4. Juni

Tag/Zeit Donnerstag, 09.15 – 11.15 Uhr

Treffpunkt vor dem Münster Leitung Helen Liebendörfer

Kosten Fr. 18.— Anmeldung bis 15. Mai

Stadtgeschichte im Historischen Museum

Die historischen Stuben im Museum am Barfüsserplatz zeigen uns, wie die BaslerInnen in den verschiedenen Jahrhunderten gelebt haben. Sie erfahren etwas über die wechselhafte Geschichte Basels und was die Menschen unserer Stadt besonders bewegt hat. Datum 4. Mai

Tag/Zeit Montag, 15.00 – 17.00 Uhr Treffpunkt Vor dem Historischen Museum Leitung Helen Liebendörfer

Kosten Fr. 18.– exkl. Eintritt (Fr. 3.–)

Anmeldung bis 20. April

Basel und die Mission

Die Mission ist ein Stück Stadt- und Riehener-Geschichte. Sie ist Vorläuferin der Entwicklungspolitik, zum Teil auch des Kolonialismus. Wir orientieren Sie über die Geschichte und das Wirken dieser faszinierenden Institution. Daten/Zeit/Ort

21. April 10.15 Uhr

Missionshaus, Missionsstr. 21a

28. April 10.15 Uhr

Museum der Kulturen,

Augustinergasse 2 **5. Mai** 10.15 Uhr

Diakonissenhaus, Schützengasse 51, Riehen

12. Mai 10.45 Uhr

Pilgermission St. Chrischona, Chrischonarain 200, Bettingen

Tag Dienstag Leitung Carl Miville-Seiler Kosten Fr. 60.– inkl. Eintritt

Anmeldung bis 30. März

Friedrich Hölderlin (1770-1843)

Die Wieder- und Neuentdeckung Hölderlins in unserem Jahrhundert nötigt uns zu immer erneuten Deutungsversuchen. Hölderlins Dichten und Denken erweist sich von allerhöchster Aktualität, auch für uns.

Daten 18. und 25. Mai, 8. und 15. Juni (4x)

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

St. Alban-Vorstadt 93 Gilbert Uebersax

Leitung Gilbert Uel Kosten Fr. 40.– Anmeldung bis 4. Mai

Griechische Bildhauer in der Antike

Der Kurs vermittelt Einsichten in die verschiedenen Vorstellungen und Auffassungen der Kunst im Zusammenhang mit dem Mythos der Griechen.

Daten/Themen

21. April Polykletes28. April Phidias5. Mai Lyssipos12. Mai Praxiteles

Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – ca. 11.00 Uhr Ort Skulpturenhalle, Mittlere Strasse 17

Leitung Gilbert Uebersax

Kosten Fr. 40.— Anmeldung bis 30. März

Natur und Umwelt

Gartenkurs

Sie bepflanzen Ihren eigenen Gartenanteil (ca. 30 m²). Ein Gärtner gibt Ihnen praktische und theoretische Anleitungen.

Daten Tag/Zeit Ort

April - Oktober Montag, 09.00 - 11.00 Uhr Gartenareal Reibertweg (Burgfeldergrenze)

Jürgen Blume Leitung Fr. 195.- pro Saison Kosten Anmeldung bis 16. März

Gärten und Balkone

Gestaltung und Bepflanzung von Hausgärten und Balkonen. Der Fachmann gibt Tips für Laien. Am 24. April wird die Dachterrasse des Kantonsspitals besichtigt.

Daten/Treffpunkte

27. März und 3. April

Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

24. April Predigerkirche

Tag/Zeit Freitag, 09.00 – 11.00 Uhr Oskar Frey, Gartenarchitekt Leituna

Kosten Fr. 50.-Anmeldung bis 13. März

Grün 99

Landschaftsgartenschau in Weil.

Datum 26. Mai

Tag/Zeit Dienstag, 14.30 - 17.00 Uhr 14.20 Uhr Tramstation Nieder-Treffpunkt

holz (Tram 6 Richtung Riehen) Leitung Oskar Frey, Gartenarchitekt

Kosten Fr. 25.-

Besonderes Spaziergang vom Tram bis zur

Ausstellung ca. 30 Minuten

Anmeldung bis 11. Mai

Der Ricola-Kräutergarten

Fahrt mit Zug und Postauto nach Nenzlingen. Führung durch den Ricola-Kräutergarten. Ein «z'Nüni» wird im Garten offeriert. Findet nur bei schönem Wetter statt.

Datum 11. Juni

Tag/Zeit Donnerstag, 09.15 - 11.00 Uhr Treffpunkt 08.10 Uhr auf dem Perron nach

Laufen - Delémont.

Abfahrt 08.22 Uhr. Bitte Billett selber lösen Leitung wird von Ricola organisiert

Kosten Fr. 15.-

Der Kräutergarten ist 15 Geh-Besonderes minuten von der Busstation ent-

fernt. Bei unsicherer Witterung rufen Sie bitte Tel. Nr. 180 an.

Anmeldung bis 25. Mai

Hildegard von Bingen

Kräutergartenbesuch und Einführung in Hildegard's Leben und Heilkunde. Wir stellen Ihnen einige Kräuter und Gewürze vor und zeigen, wie diese zubereitet werden.

Datum 27. Mai

Tag/Zeit Mittwoch, 10.00 - ca. 16.00 Uhr Eingang Kurhaus Kreuz in Treffpunkt

Mariastein

Leitung E. Vetter und E. Studer Kosten Fr. 65.- inkl. Mittagessen,

exkl. Getränke

Besonderes Das Mittagessen ist nach

Hildegard-Prinzip

zusammengestellt und gekocht

Anmeldung bis 11. Mai

Steinmuseum in Solothurn

Stein-Zeit: welcher winzige Bruchteil die vom Menschen überblickbare Zeitspanne in der Entwicklung unseres Planeten ist, wird uns anhand von «Steinen» und deren Bearbeitungswerkzeugen bewusst.

Datum 23. April

Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 - 10.30 Uhr Treffpunkt 08.00 Uhr auf dem Perron nach

Olten - Solothurn.

Abfahrt 08.10 Uhr. Bitte Billett selber lösen Leitung Markus Hochstrasser

Fr. 17.- inkl. Eintritt Kosten Anmeldung bis 3. April

Kristallform - Kristallgestaltung

Die Natur bringt die wunderbarsten Kristalle hervor. Viele Rätsel über die Form von Kristallen konnten schon gelöst werden, doch verbirgt die Welt der Kristalle noch vieles, das nicht erklärt werden kann. Eine Ausstellung im Naturhistorischen Museum.

23. März Datum

Tag/Zeit Montag, 09.30 - 10.30 Uhr Treffpunkt Haupteingang Naturhistorisches

Museum, bei der Kasse

Leitung Dr I Arnoth

Kosten Fr. 15.- exkl. Eintritt (Fr. 4.-) Besonderes Bitte Eintritt selber lösen

Anmeldung bis 9. März

Das Salzmuseum

In der stilvoll renovierten Direktorenvilla von Otto von Glenck, Schweizerhalle, werden die spannende Firmengeschichte sowie die kulturgeschichtliche Bedeutung des «weissen Goldes» erklärt.

Datum 6. Mai

Mittwoch, 14.30 - 16.30 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 14.10 Uhr Haltestelle Saline,

Bus 70 ab Aeschenplatz wird vom Museum organisiert Leitung

Fr. 15.-Kosten Anmeldung bis 20. April

Bienen und ihre Produkte

Die Welt der Bienen ist geheimnisvoll.

Daten/Themen

Dienstag, 21. April

Sie lernen verschiedenste Produkte kennen, wie z.B. Honig, Wachs, Kittharz, Pollen usw.

Dienstag, 28. April

Der Imker erklärt Ihnen Zusammenhänge und zeigt, wo die einzelnen Produkte entstehen.

Dienstag, 9. Juni

Der Weg des Honigs bis ins Glas! Sie können bei verschiedenen Arbeitsgängen mithelfen.

Zeit/ Treffpunkte:

21. April 14.00 - 16.00 Uhr

Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

28. April 14.00 - 18.00 Uhr

> Vor dem Bahnhof in Aesch (Basel SBB ab 13.38 Uhr). Nur bei schönem Wetter. Verschiebungsdatum:

5. Mai (Tel. 180 gibt Auskunft)

9. Juni 14.00 - 18.00 Uhr: vor dem Bahnhof in Aesch. Bei jedem Wetter

Martin Dettli Leitung

Fr. 79.-Kosten

Besonderes Kopfschutz ist gewährleistet.

Versicherung für Allergiker ist Sache der TeilnehmerInnen

Anmeldung bis 3. April

Vogelbestimmung in der Langen Erlen

Es ist Frühling: viele Vögel sind am Brüten oder befinden sich auf dem Zug nach Norden in ihre Brutgebiete. Dies gibt uns Gelegenheit, sie auf ihren Rastplätzen wie Weihern und Feldern zu beobachten.

Datum 15. Mai

Tag/Zeit Freitag, 09.00 – 11.00 Uhr Treffpunkt Eglisee, Tram 2 oder 6 Leitung Jean-Pierre Biber, Ornitho-

logische Gesellschaft Basel

Fr. 16.-Kosten

Bei zweifelhafter Witterung gibt Besonderes

Tel. 180 über die Durchführung

Auskunft

Anmeldung bis 29. April

Haben Tiere eine Sprache?

Die meisten Tiere leben in Gruppen oder haben mindestens zeitweise Kontakt mit Artgenossen. Das Zusammenleben erfordert Mittel der Verständigung, Anhand von Fallbeispielen wird das Verhalten der Tiere und ihre «Sprache» näher beobachtet und erläutert.

30. April und 7. Mai Daten/Ort

> Vortrag im Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93, 14. Mai im Zoologischen Garten

Tag/Zeit Donnerstag, 14.15 – 16.00 Uhr Treffpunkt 14.5.: 14.10 Uhr Haupteingang

Zoologischer Garten

Leitung Dr. Joseph Seiler, Biologe Kosten Fr. 48.— exkl. Eintritt

Anmeldung bis 3. April

Die Käfer sind da

Mit über 3 Millionen Käfern besitzt das Naturhistorische Museum Basel die grösste Käfer-Sammlung der Welt. Sie werden in eine Welt der Käfer geführt, die nicht öffentlich zugänglich ist.

Datum 7. April

Tag/Zeit Dienstag 09.30 – 10.30 Uhr

Treffpunkt Augustinergasse 2,

vor dem Eingang Michel Brancucci

Leitung Michel Brancucci Kosten Fr. 20.– exkl. Eintritt (Fr. 4.–)

Anmeldung bis 27. März

Elektrosmog, Wasseradern, Erdstrahlen

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.

Datum 8. Mai

Tag/Zeit Freitag, 09.00 – 11.00 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung W. Gastel,

Geologischer Fachberater

Kosten Fr. 19.— Anmeldung bis 24. April

Wissen heute

EDV

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.

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

Surfen im Internet

Sie werden in die Welt des Internet und dessen vielfältige Möglichkeiten eingeführt. Dabei erhalten Sie Gelegenheit, unter fachkundiger Anleitung im Internet zu surfen, Informationen abzurufen und per E-Mail zu kommunizieren. Termine auf Anfrage.

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Kosten Fr. 213. – für 4 Doppellektionen,

inkl. Kursmaterial

Besonderes Es werden Kurse für Interessierte

mit und ohne PC-Vorkenntnissen

durchgeführt.

Elektrizitätsmuseum

Es gibt viel zu entdecken: fast vergessene frühere Haushaltsgeräte, Bohrmaschinen aus den 30er Jahren, Elektrizität «zum Anfassen». Anschliessend werden Sie von der Elektra Birseck zu einem Apéro eingeladen.

Datum 25. März

Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr Treffpunkt Elektra Birseck, Weidenstrasse 8,

4142 Münchenstein 2

Kosten Fr. 12.– Anmeldung bis 11. März

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. An verschiedenen Orten des Hauses werden Ihnen die Gänge eines Menus offeriert; ergänzt durch Informationen und Geschichten rund um den Hotelbetrieb.

Datum 27. März

Tag/Zeit Freitag, 18.30 – 21.00 Uhr
Treffpunkt Empfangshalle des Hotel Euler

Kosten Fr. 85.— Anmeldung bis 13. März

Chocolat Frey

In einem Film können Sie die Herstellung von Schokolade vom Kakaobaum bis zum Praliné mitverfolgen. Anschliessend werden Sie durch die Produktionsanlagen geführt. Zum Abschluss werden Ihnen ein Getränk und ein «Bhaltis» offeriert.

Datum 30. März

Ort

Tag/Zeit Montag, 12.10 – ca. 17.30 Uhr

Buchs (Aargau)



Treffpunkt Kosten

Bahnhofshalle SBB

Fr. 14.50 inkl. Busfahrt in Buchs Besonderes Bahnbillett nach Aarau und

retour bitte selber lösen. Nur für gute Fussgänger geeignet.

Anmeldung bis 9. März

Chrischona-Sendeturm

Nach einer Tonbildschau der PTT im Sendeturm werden Sie durch den Senderaum und auf den Turm geführt.

Datum 7. April

Tag/Zeit Dienstag, 14.50 - 16.00 Uhr Treffpunkt Bushaltestelle St. Chrischona (mit Bus 32A von Bettingen aus)

Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 6. März

Porzellanfabrik Langenthal

Nach einem Kaffee-Empfang orientieren Sie Videoshow und anschliessender Rundgang über die Herstellung, Druck und Bemalung von Porzellan. Im Anschluss besteht Kaufmöglichkeit zu reduzierten Preisen.

23. April Datum

Donnerstag, 13.00 - ca. 18.00 Uhr Tag/Zeit Porzellanfabrik Langenthal, Ort

Bleienbachstrasse 12, 4900 Langenthal

13.00 Uhr SBB Bahnhofshalle. Treffpunkt

Bitte Billett selber lösen.

Kosten Fr. 13.-Anmeldung bis 9. April

COOP Weinkellerei

Ein Kellermeister führt Sie durch den Fass- und Flaschenkeller sowie die Abfüllerei. Ein Apéro rundet Ihre Weinkenntnisse ab.

Datum 14. Mai

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr

Treffpunkt Coop Weinkellereien,

Elsässerstrasse 201, 4056 Basel

Kosten Fr. 12.-Anmeldung bis 27. April

SBB Lokdepot und Stellwerk

Sie lernen die Werkstattremise, den Abspritzkanal und die Betriebsremise kennen und erhalten einen Einblick in den Kommandoraum des neuen Stellwerks. Anschliessend offerieren wir Ihnen einen Kaffee im Personalrestaurant.

Datum 27. Mai

Mittwoch, 13.50 - ca. 16.30 Uhr Tag/Zeit Ort SBB Lokdepot, Walkeweg 55,

4053 Basel

Treffpunkt Tramhaltestelle Dreispitz

Kosten Fr. 12.-Anmeldung bis 13. Mai

Zu Besuch bei Hoffmann-La Roche

Sie erhalten per Video, Vortrag und Laborbesichtigung Einblick in die ersten 100 Jahre Firmengeschichte, die aktuelle Bio- und Gentechnologie und die Herstellung pharmazeutischer Produkte. Im Anschluss offeriert Ihnen die Hoffmann-La Roche ein Mittagessen.

Datum 11. Juni

Tag/Zeit Donnerstag, 09.00 - 14.00 Uhr Firmeneingang Hoffmann-Treffpunkt

La Roche, Grenzacherstrasse 124,

4058 Basel

Kosten Fr. 18.-Anmeldung bis 28. Mai

Memoiren schreiben

Aufregende Erlebnisse, vergnügliche und betrübliche Geschehnisse, Alltag von damals... Wer hat nicht was zu erzählen? Und wie wär's denn mit Schreiben? Sie kramen in der Schatzkiste der Erinnerungen und entdecken Ihr Schreibtalent.

Daten 11. März - 6. Mai

(8x, ohne 15. April)

Tag/Zeit Mittwoch, 14.15 - 16.15 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93 Leitung Brigitte Schneebeli, Journalistin

Kosten Fr. 165.-Anmeldung bis 25. Februar

Astrologie

Sie lernen Grundbegriffe der Astrologie kennen und mit Hilfe Ihres eigenen Horoskops vertiefen. So können Sie über sich selbst etwas erfahren und sich über Astrologie ein eigenes Urteil bilden.

Schnuppern

Datum 27. März

Freitag, 15.00 - 17.00 Uhr Tag/Zeit Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Irene Portmann Leitung Fr. 16.-Kosten

Anmeldung bis 13. März

Kurs

24. April - 12. Juni Daten (6x, ohne 1. und 22. Mai)

Tag/Zeit Freitag, 15.00 - 17.00 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Irene Portmann Leitung Fr. 150.-Kosten

Anmeldung bis 7. April

Leben heute

Tai-Ji

Tai-Ji bietet die Möglichkeit, sanfte Bewegung spielerisch zu erlernen. 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 17. März - 19. Mai

(8x, ohne 14. und 21. April)

Tag/Zeit Dienstag, 16.00 – 17.00 Uhr

(AnfängerInnen) und 17.30 -18.30 Uhr (Fortgeschrittene)

Pro Senectute Kurszentrum Ort St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Christian Nigg, Physiotherapeut

Kosten Fr. 105.-Anmeldung bis 27. Februar

Atemkurse

Die Folgen von schlechter oder falscher Atmung sind bekannt: Nervosität, muskuläre Verspannung, Rücken- oder Gelenkbeschwerden, Konzentrations- und Schlafstörungen. Einfache Übungen in Ruhe und Bewegung helfen, die Atemfunktion zu verbessern und das körperliche Wohlbefinden zu fördern.

Daten 23. April - 25. Juni

(9x, ohne 21. Mai)

Tag/Zeit Donnerstag, 09.00 – 10.00 Uhr (AnfängerInnen willkommen)

oder 10.00 - 11.00 Uhr (Fortgeschrittene)

Studio für Atem- und

Bewegungsschulung, Blotzheimerstrasse 28

Carmen Siegrist, Atemlehrerin Leituna

Kosten Fr. 126.-Anmeldung bis 7. April

Feldenkrais

Ort

Durch feine, achtsame Bewegungen lernen Sie, Ihre körperlichen Gewohnheiten - die oft zu Verspannungen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen führen - besser wahrzunehmen.

6. Mai - 24. Juni Daten (7x, ohne 20. Mai)

Mittwoch, 14.00 - 15.00 Uhr Tag/Zeit Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Monika Ulrich, Feldenkrais-

Lehrerin, Physiotherapeutin

Kosten Fr. 98.-Anmeldung bis 22. April

Geistige Fitness / Gedächtnistraining

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.

Kurs 1

Daten 9. März - 4. Mai

(8x, ohne 13. April)

Tag/Zeit Montag, 15.00 - 17.00 Uhr

Ort Luftgässlein 3 Leitung Theres Weigel,

Gedächtnistrainerin

Kosten Fr. 140.-Anmeldung bis 27. Februar

Kurs 2

Daten 2. April - 4. Juni

(8x, ohne 9. April und 21. Mai)

Donnerstag, 15.00 - 17.00 Uhr Tag/Zeit Dieser Kurs findet statt, ist aber bereits ausgebucht!



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 Ort Leitung

Kosten

Freitag, 09.30 - 10.45 Uhr Alterssiedlung, Bruderholzweg 93

Theres Wurster Fr. 95.- pro Trimester

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.

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

Sie arbeiten mit unterschiedlichen Mal- und Zeichentechniken.

Donnerstag, 09.30 - 11.00 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum Ort St. Alban-Vorstadt 93

Linda Heydegger Leitung Fr. 130.- pro Trimester Kosten

exkl. Material

Zeichnen und Aguarellmalen

Anfänger und Fortgeschrittene

Freitag, 14.00 - 15.30 Uhr oder Tag/Zeit

15.45 - 17.15 Uhr

Pro Senectute Kurszentrum Ort

St. Alban-Vorstadt 93

Suzanne Senn Leitung

Fr. 130.- pro Trimester Kosten

exkl. Material

Aguarellieren

Dienstag, 09.00 - 11.00 Uhr Tag/Zeit Ort

Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Annelise Fischer Leituna

Fr. 170. - pro Trimester Kosten

exkl. Material

Nass- und Trocken-Aquarellmalen

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

Tag/Zeit Mittwoch, 08.30 - 10.00 Uhr

oder 10.15 - 11.45 Uhr

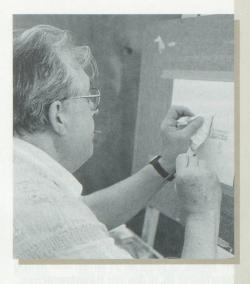
Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung **Urs Leiser**

Fr. 130.- pro Trimester Kosten

exkl. Material



Seidenmalen

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

Daten 25. März - 13. Mai (8x) Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 - 16.30 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Elisabeth Trueb

Kosten Fr. 165.- inkl. Grundmaterial

Anmeldung bis 9. März

Oster- und Glückwunschkarten

Sie gestalten Ihre eigenen Geschenkkarten.

Daten 26. März und 2. April (2x) Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 - 17.00 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Monique Studer Kosten Fr. 65.- plus ca. Fr. 20.-

Materialkosten (Materialkosten

werden direkt im Kurs bezahlt)

Anmeldung bis 16. März

Blumenmalkurs in Brüglingen

Blumensommer - Farbenpracht!

27. Mai - 24. Juni (5x) Daten Mittwoch, 09.00 Uhr - 11.30 Uhr Tag/Zeit

Café Merian Brüglingen (Grün80) Ort

Sabine Fritzsche Leitung Fr. 165.- exkl. Material Kosten

Besonderes Materialliste wird zugeschickt

Anmeldung bis 11. Mai

Kleider ändern, Kinderkleider nähen

Sie ändern Ihre Garderobe selber, flicken Kleider und nähen neue Kinder- und Puppenkleidli.

Mittwoch, 08.30 - 11.30 Uhr, Tag/Zeit

14täglich

Rankhof 8 Ort Helen Wehrli Leitung Fr. 35.- pro Monat Kosten

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 ler-

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

Englisch

AnfängerInnen:

Montag, 10.30 Uhr Montag, 16.00 Uhr Dienstag, 08.30 Uhr Donnerstag, 10.30 Uhr Donnerstag, 17.30 Uhr Freitag, 14.00 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Montag, 08.30 Uhr Montag, 08.40 Uhr Montag, 10.55 Uhr Montag, 14.00 Uhr Mittwoch, 08.30 Uhr Mittwoch, 10.30 Uhr Mittwoch, 16.00 Uhr Donnerstag, 16.30 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 Mittwoch, 08.15 Uhr Mittwoch, 09.30 Uhr Donnerstag, 09.15 Uhr



Mittelstufe:

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

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Mittwoch, 10.30 Uhr Donnerstag, 08.30 Uhr

Französisch

Anfängerinnen

Donnerstag, 09.45 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Dienstag, 14.00 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Montag, 09.00 Uhr Dienstag, 15.00 Uhr

Mittelstufe:

Donnerstag, 08.30 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 10.30 Uhr

Italienisch

AnfängerInnen:

Dienstag, 10.30 Uhr Mittwoch, 08.30 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Mittwoch, 09.30 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Dienstag, 14.00 Uhr

Mittelstufe:

Donnerstag, 11.00 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 09.20 Uhr Dienstag, 09.00 Uhr Mittwoch, 10.45 Uhr

Spanisch

AnfängerInnen:

Freitag, 10.00 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Freitag, 09.00 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Donnerstag, 08.25 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Donnerstag, 09.40 Uhr

Anmeldung

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

Kursdauer

Ein Trimester umfasst 13 Lektionen à 50 Minu-

Kurskosten

Fr. 105.- pro Trimester

Neue Kurse für AnfängerInnen

Auf Anfrage

Sprachkurse für Kleingruppen

Möchten Sie mit Ihrer Schwester und dem Schwager Englisch lernen, oder mit zwei Bekannten Ihr Spanisch auffrischen? Auf Ihren Wunsch organisieren wir gerne einen Kurs, der speziell auf Ihre Kleingruppe zugeschnitten ist.

Kurskosten: Preis auf Anfrage

Latein für Fortgeschrittene

19. März - 20. August Daten

(15x ohne 16.4., 21.5., 29.6. – 9.8.)

Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 - 10.45 Uhr Ort Luftgässlein 3

Leitung Dr. Friedrich Meyer

Kosten Fr. 235.-Anmeldung bis 5. März

Russisch für fortgeschrittene

Anfängerinnen

Ort

22. April - 21. Oktober Daten

(20x ohne 20.5. und 6.7. - 8.8.)

Mittwoch, 16.30 - 17.20 Uhr Tag/Zeit

Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Madeleine Szirt Fr. 210.-

Kosten Anmeldung bis 7. April



Russisch Oberstufe

22. April - 21. Oktober Daten

(20x ohne 20.5. und 6.7. - 8.8.) Mittwoch, 17.30 - 18.20 Uhr Tag/Zeit

Pro Senectute Kurszentrum Ort

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Madeleine Szirt

Kosten Fr. 210.-Anmeldung bis 7. April

Club de conversation française

Für TeilnehmerInnen mit guten Französisch-

kenntnissen

7. April - 18. August Daten

(15x, ohne 6.7. - 10.8.)

Dienstag, 16.15 - 17.30 Uhr Tag/Zeit Ort

Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Francine Hanselmann Leitung

Fr. 173.50 inkl. Kaffee/Tee Kosten

Anmeldung bis 24. März

English Conversation Club

Daten 17. März - 30. Juni

(15x, ohne 14.4.)

Dienstag, 16.00 - 17.15 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum Ort

St. Alban-Vorstadt 93

Connie Malik Leitung

Fr. 173.50 inkl. Kaffee/Tee Kosten

Besonderes Für TeilnehmerInnen mit guten

Englischkenntnissen

Anmeldung bis 6. März

Reisekofferkurs Englisch für

Anfängerinnen

24. März - 2. Juni Daten

(10x, ohne 14. April)

Tag/Zeit Dienstag, 09.45 - 11.00 Uhr

Pro Senectute Kurszentrum Ort St. Alban-Vorstadt 93

Win Ferns Leitung

Fr. 130.-Kosten

Anmeldung bis 11. März

Littérature féminine française

Nous découvrirons différentes voix de femmes en lisant et en commentant des extraits de Madame de Staël, Colette, Simone de Beauvoir

etc.

Daten 6. April - 18. Mai

(6x, ohne 13.4.)

Montag, 15.30 - 17.20 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum Ort

St. Alban-Vorstadt 93

Marie-Charlotte Marcetteau Leitung

Kosten Fr. 125.-

Besonderes Für TeilnehmerInnen mit guten

Französischkenntnissen

Anmeldung bis 16. März

Le musée de l'impression sur étoffes

de Mulhouse

Voulez-vous mettre en pratique vos connaissances de français tout en visitant une collection exceptionnelle? Nous découvrirons 250 années d'impression textile, l'art décoratif, l'industrie, la technique, la mode, l'histoire sociale et locale.

Daten/Zeit/Ort

Donnerstag, 23. April, 14.00 - 15.50 Uhr Vorbereitungskurs im Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Dienstag, 27. April, 13.10 - ca. 17.35 Uhr

Ausflug nach Mulhouse

Treffpunkt 13.10 Uhr französischer

Bahnhof, beim Billettautomaten

Leitung Marie-Charlotte Marcetteau Kosten

Fr. 58.- inkl. Bahnfahrt,

Vorbereitungskurs, Eintritt und Führung im Museum

Besonderes Für TeilnehmerInnen mit guten

Französischkenntnissen

Anmeldung bis 7. April

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.

Halbjahres-Abonnement Fr. 85.-

Eintritt jederzeit möglich.

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)

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-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, 09.00 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, 15.00 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

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

Ort

Eintritt

Dienstag, 15.00 Uhr

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.

Tag/Zeit Donnerstag, 10.15 – 11.15 Uhr

> Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Monique Mattarelli-Deslex Leitung Fr. 85.- pro Semester Kosten

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

09.00 Uhr Dienstag

09.45 Uhr

Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43

Montag 09.30 Uhr, 10.15 Uhr

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

14.00 Uhr, 14.45 Uhr Mittwoch

Kleinbasel

Bläsischulhaus

Eingang Müllheimerstrasse

15.30 Uhr*, 16.15 Uhr Mittwoch

(*Wassertiefe 2 m)

Hallenbad La Roche

Grenzacherstrasse 124

Mittwoch 08.30 Uhr, 09.15 Uhr

Waisenhaus

Theodorskirchplatz 7

09.15 Uhr Dienstag

Mittwoch 09.00 Uhr, 09.45 Uhr

Wasserstelzenschulhaus

Wasserstelzenstrasse

15.30 Uhr Mittwoch

Rückenschwimmkurs für AnfängerInnen

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

24. März - 26. Mai Datum

(8x ohne 7. und 14. April)

Dienstag, 09.15 - 10.00 Uhr Tag/Zeit Hallenbad La Roche, Ort

Grenzacherstrasse 124, Bau 67

Yvonne Beeler, Cécile Vecchioli

Fr. 90.-Kosten Anmeldung bis 9. März

Rücken-/Brustschwimmkurs

Sie können Ihr Rückenschwimmen verbessern und das stilgerechte Brustschwimmen erler-

nen. Datum

Leitung

24. März - 26. Mai

(8x ohne 7. und 14. April)

Tag/Zeit Ort

Dienstag, 08.30 - 09.15 Uhr Hallenbad La Roche,

Grenzacherstrasse 124, Bau 67 Yvonne Beeler, Cécile Vecchioli

Leitung Kosten

Fr. 90.-

Anmeldung bis 9. März

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

Fr. 160.- pro Semester Kosten

Turnkleidung, Hallensportschuhe. Ausrüstung

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 für AnfängerInnen

Mit Spiel und Spass lernen Sie die Grundschlä-

ge und die Tennisregeln.

22. April – 24. Juni (10x)

Daten

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

Reinacherstrasse 66, Münchenstein

Leitung Evelyne de Roche

Kosten Fr. 200. – bei 4 TeilnehmerInnen

Fr. 280.- bei 3 TeilnehmerInnen

Fr. 390. – bei 2 TeilnehmerInnen

Besonderes Tennisrackets können gratis

zur Verfügung gestellt werden.

Gespielt wird auf Sandplätzen.

Anmeldung bis 31. März

Tennis für Fortgeschrittene

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

Daten

22. April - 24. Juni (10x)

Tag/Zeit

Mittwoch, 10.00 - 11.00 Uhr Kurs I:

11.00 - 12.00 Uhr Kurs II:

Tenniszentrum Münchenstein. Ort

Reinacherstrasse 66.

Münchenstein

Evelyne de Roche Leitung

Fr. 200. - bei 4 TeilnehmerInnen Kosten

Fr. 280. – bei 3 TeilnehmerInnen

Fr. 390. – bei 2 TeilnehmerInnen

Tennisrackets können gratis zur Besonderes

Verfügung gestellt werden.

Gespielt wird auf Sandplätzen.

Anmeldung bis 31. März

Freies Tennisspielen

Sie möchten gerne Tennis spielen, haben aber keinen Tennispartner. Bei uns können Sie alleine kommen. Gespielt wird in der Regel im Doppel (keine festen Gruppen).

21. April - 16. Juni (9x) Daten Tag/Zeit Dienstag, 09.00 - 11.00 Uhr

2. Basler Lotto-Schiff



Lotto spielen an der Schifflände verbunden mit einem gemütlichen Nachtessen während einer stündigen Schiffahrt. Es winken tolle Preise!

Samstag, 28. März 1998

Lotto auf dem liegenden Schiff an der Schifflände

während einer Rundfahrt mit

20.00-24.00 19.00-20.00

17.00-19.00

Nachtessen

Nachtessen

Fr. 2.- pro Karte

Lotto-Einsatz **Fahrpreis**

pauschal für Schiffahrt und

Fr. 40.- exkl. Lotto-Einsatz

Offizieller Organisator: SC Morgarten



Basler Personenschiffahrt

Fahrt Si hi und zrugg. Tel. 061 639 95 00, Fax 061 639 95 06

Tenniszentrum Münchenstein, Ort

Reinacherstrasse 66,

Münchenstein

Leitung Tennisleiter Pro Senectute

Basel-Stadt

Fr. 215.— ab 6 TeilnehmerInnen Kosten

Fr. 240. – bei 4 TeilnehmerInnen

Besonderes Jeweils die erste Stunde wird

betreut

Anmeldung bis 31. März

Pétanque / Boule

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.

6. Mai - 10. Juni (6x) Daten Mittwoch, 10.00 - 11.30 Uhr Tag/Zeit Schützenmattpark Ort Wielandplatz, Bus 33 Treffpunkt Ruedi Wiesendanger Leitung

Kosten Fr. 95.-

Besonderes Material wird zur Verfügung

gestellt

Anmeldung bis 21. April

Bowling

In diesem Kurs haben Sie Gelegenheit, diesen interessanten Sport kennenzulernen oder Ihr Können wieder aufzufrischen

Daten 20. April - 25. Mai (6x) Tag/Zeit Montag, 14.00 - 14.45 Uhr Bowling Center Basel, Ort Güterstrasse 89

C. Abegglen, Leitung

Bowling Center Basel

Fr. 100. – bei 6 TeilnehmerInnen Kosten

Fr. 130. – bei 4 TeilnehmerInnen

Besonderes leichte Freizeitbekleidung

(z.B. Trainingsanzug) empfohlen

Anmeldung bis 24. März

Golf

Ab Mai beginnen in D-Kandern wieder unsere Golfkurse für AnfängerInnen und (leicht) Fortgeschrittene. Kandern ist mit dem Auto in ca. 25 Min. oder ab Bad. Bahnhof mit dem öffentlichen Bus bequem zu erreichen.

Sie werden in den Golfsport eingeführt, lernen z.B. Schlagtechnik, Etikette, Spielregeln, Chipping und Putting sowie Verfeinerung von Abschlag und Schwung.

Daten/Preis auf Anfrage

Wellness-Tage – Oase der Entspannung

Sich etwas Gutes tun, entspannen und erholen: im Swiss Holiday Park in Morschach/SZ, einem Ferien- und Erlebniscenter inmitten einer wunderschönen Berg- und Naturlandschaft direkt über dem Vierwaldstättersee. Zusätzlich sorgt die Reisebegleiterin von Pro Senectute für Ihr Wohl.

Unsere Leistungen:

- Fahrt mit Bus nach Morschach und retour
- 2 Übernachtungen im Vier-Sterne-Hotel «Swiss Holiday Park» mit HP
- Begrüssungsapéro
- Eintritt in Erlebnisbad und Saunalandschaft (bis 16.00 Uhr)
- Badetuch und Bademantel
- 2 Stunden Sport und Spiel pro Tag bis 16.00 Uhr (Kegeln, Bowling, Billard, Tischtennis, Armbrustschiessen, Squash)
- Sport- und Spielstunde mit dem bekannten ehemaligen Fussballer und Trainer Timo Konietzka
- Gym60-Lektion durch Pro Senectute Sportleiterin
- Schlussapéro

Datum 3. - 5. April 3. April, 08.00 Uhr, **Abfahrt**

Gartenstrasse Basel

Rückkehr 5. April, ca. 19.00 Uhr Swiss Holiday Park in Ort

Morschach/SZ

Reisebegleitung: Rosmarie Eichenberger Kosten Einführungspreis Fr. 295.- pro

Person im Doppelzimmer. Sie sparen gegenüber dem üblichen

Preis Fr. 70.-

Anmeldung bis 13. März

Verlangen Sie unser Detailprogramm!

Schach

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene. Je nach Kenntnisstand werden Sie in das Schachspiel eingeführt, oder Sie vertiefen Ihre bereits vorhandenen Kenntnisse.

30. April - 25. Juni Daten (8x, ohne 21. Mai)

Donnerstag, 09.00 - 11.00 Uhr Tag/Zeit Ort Basler Schachgesellschaft,

Dornacherstrasse 86, 4053 Basel Leitung Basler Schachgesellschaft

Fr. 213.-Kosten Anmeldung bis 8. April

Rhythmische Gymnastik

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

4. Mai - 22. Juni Daten (**7x**, ohne 1. Juni)

Montag, 09.20 - 10.20 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum Ort

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Eva Däppen Fr. 63.-Kosten Anmeldung bis 30. März

Rückentraining

Die Muskulatur des Haltungsapparates wird mittels gezielter Dehn- und Kräftigungsübungen gestärkt und das Körperbewusstsein gefördert. Ausserdem erhalten Sie Hinweise, wie Sie Ihren Rücken im Alltag richtig belasten.

Daten 23. April - 25. Juni (9x, ohne 21. Mai)

Tag/Zeit Donnerstag, 15.30 – 16.30 Uhr Pro Senectute Kurszentrum Ort

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Rita Schrämmli-Kellerhals,

Physiotherapeutin

Kosten Fr. 82.-Anmeldung bis 1. April

Selbstverteidigung / Grundkurs

Sie stärken Ihr Selbstbewusstsein, indem Sie das richtige Verhalten in bedrohlichen Situationen üben sowie Ihre Reaktion und Koordination schulen.

Daten 20. April - 15. Juni (8x, ohne 1. Juni)

Tag/Zeit Montag, 15.30 - 17.00 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Mädi Hauert Kosten Fr. 120.-

Besonderes Begueme Freizeitbekleidung

(Trainingsanzug)

Anmeldung bis 25. März

Selbstverteidigung / Aufbaukurs

Für TeilnehmerInnen, die schon einen Grundkurs besucht haben.

20. April - 15. Juni Daten (8x, ohne 1. Juni)

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

Mädi Hauert Leitung Fr. 80.-Kosten

Besonderes Bequeme Freizeitbekleidung

(Trainingsanzug) Anmeldung bis 25. März

Volkstanz

Sie 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**

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, 15.00 Uhr **Haus zum Wendelin** Inzlingerstrasse 50

Freitag, 09.30 Uhr

Round Dances / Aufbaukurs 1

Für TeilnehmerInnen des letztjährigen Kurses

Daten **24. April – 19. Juni**

(**6x**, ohne 1./ 22. Mai und 5. Juni) Freitag, 14.15 – 15.45 Uhr

Tag/Zeit Freitag, 14.15 – 15.45 Uhr
Ort Providentia Pfarreiheim Heiliggeist, Laufenstrasse 46, 1. Stock

Leitung Susanne Bolliger Heuss

Kosten Fr. 60.–

Kleidung Begueme Kleidung und Schuhe

Anmeldung bis 1. April

Round Dances / Aufbaukurs 2

«Butterfliers»

Für TeilnehmerInnen des letztjährigen Kurses

Daten **24. April – 19. Juni** (**6x**, ohne 1./ 22. Mai und 5. Juni)

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 1. April

Gesellschaftstanz

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

AnfängerInnen

Daten **22. April – 24. Juni (10x)**Tag/Zeit Mittwoch, 15.30 – 16.30 Uhr
Tanzschule Fromm,

Freie Strasse 34
Bernhard Urfer

Leitung Bernhard Ur Kosten Fr. 80.– Anmeldung bis 25. März

Mittelstufe

Daten 23. April – 25. Juni (9x ohne 21. Mai)

Tag/Zeit Donnerstag, 15.00 – 16.00 Uhr

Ort Tanzschule Fromm, Freie Strasse 34 Leitung Bernhard Urfer

Kosten Fr. 72.– Anmeldung bis 25. März

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

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

Teffpunkt 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

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.

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.–

Do 23. April St. Jakob / Gartenbad

13.30 Uhr Muttenz – Pratteln – Augst –

Kraftwerk – **Lärgen** (Rest. Kraftwerk) – Wyhlen – Grenzach (Zoll) (ca. 28 km)

Leitung Hugo Düblin

12.00 Uhr nach Oberhofen.

Wanderung nach Rheinsulz,

09.00 Uhr ganztags

Mo 4. Mai Lange Erlen (Resslirytti) Friedlingen – Märkt – Efringen (Znüni) – Egringen – Riedlingen

- Kandern (Rest. Ochsen) -Hammerstein – Rümmingen – Binzen - Haltingen - Weil - Lan-

ge Erlen (ca. 55 km)

Leitung Hugo Düblin

Do 14. Mai St. Jakob / Gartenbad

09.00 Uhr ganztags

Dornach - Grellingen (Znüni) -Zwingen - Breitenbach -Büsserach (Rest. Reh) -

Wahlen - Laufen - Grellingen -Aesch – Münchenstein (Spengler) (ca. 60 km)

Hans Soder Leitung

Wandern

Wandern

Wanderungen in der näheren Umgebung von Basel. Dauer der Wanderungen zwischen einer und fünf 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).

Mitnehmen Gute Schuhe, Regenschutz, Tram- und Bahnabonnemente

(U-Abo, Halbtax-Abo), Pass oder ID-Karte bei evtl. Grenzübertritt

Montag

2½ - 3 Stunden

Leitung

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

30. März Schalterhalle SBB

10.35 Uhr Abfahrt 10.51 Uhr nach Rheinfelden - Magden. Wanderung:

Magden - Sunnenberg - Zeiningen

27. April 10.25 Uhr Schalterhalle SBB

Abfahrt 10.38 Uhr nach Laufen -

Röschenz. Wanderung: Röschenz - Kleinlützel

Schalterhalle SBB 25. Mai

Abfahrt 10.51 Uhr nach Frick -10.35 Uhr Staffelegg. Wanderung:

Staffelegg – Bözberg

Dienstag 1

ca. 2 Stunden

Leitung

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

Schalterhalle SBB 17. März

11.40 Uhr Abfahrt 11.51 nach Rheinfelden.

Wanderung: Rheinfelden – Augst

21. April Schalterhalle SBB

12.05 Uhr Abfahrt 12.22 Uhr nach Fehren.

Wanderung: Fehren – Breitenbach

12. Mai Heuwaage Tram 10 11.00 Uhr Abfahrt 11.11 Uhr.

Wanderung: Challhöchi

Mittwoch 1

2 – 3 Stunden

Leitung

Brigitte Helbing Telefon 601 26 25 Berta Windisch Telefon 312 55 45

11. März Schalterhalle SBB

11.50 Uhr Abfahrt 12.06 Uhr nach Zwingen - Blauen. Wanderung nach

Nenzlingen, je nach Wetter evtl. bis Pfeffingen, ca. 3 Std.

Schalterhalle SBB 1. April

Abfahrt 11.15 Uhr nach Laufen-11.00 Uhr burg, Bus nach Bürensteig.

> Wanderung über Sennhütten nach Elfingen, ca. 21/2 Std.

6. Mai Schalterhalle SBB

Abfahrt 11.15 Uhr nach Laufen-11.00 Uhr

burg. Bus nach Bürensteig. Wanderung um den Laubberg

nach Wil, ca. 21/2 Std.

Mittwoch 2

2 - 3 Stunden

Leitung

Liliane Ottenburg Telefon 691 70 69 Juliette Kieffer Telefon 681 04 90

Schalterhalle SBB 25. März

Abfahrt 11.51 Uhr nach 11.35 Uhr Rheinfelden. Wanderung nach

Zeiningen, ca. 2½ Std., Steigungen unbedeutend.

29. April Schalterhalle SBB

11.00 Uhr Abfahrt 11.15 Uhr nach Laufenburg, mit dem Postauto ca. 21/2 Std., Steigungen ca. 150 m. Schalterhalle SBB Abfahrt 10.30 Uhr nach Gelterkinden, mit dem Postauto

11.13 nach Salhöhe.

Wanderung nach Zeglingen, ca. 2½ Std., Steigungen ca. 100 m.

Donnerstag

27. Mai

10.15 Uhr

3 - 4 Stunden

Bitte immer kleines Picknick mitnehmen

Leitung

Annemarie Zurflüh Telefon 421 56 16

19. März Schalterhalle SBB

Abfahrt 12.10 Uhr nach Gelter-11.55 Uhr

kinden. Mit PTT nach Anwiler Weiher. Wanderung: Anwiler Weiher – Oltingen – Wenslingen Grossholz – Ormalingen.

2. April

Tramhaltestelle Riehen-Dorf Wanderung zur Wiese, Weil am 11.00 Uhr

Rhein und auf dem

Markgräfler Wiiwegli nach Oetlingen - Käferholz -

Untertüllingen - Stetten. Bitte ID und DM mitnehmen.

7 Mai

Schalterhalle SBB 09.10 Uhr

Abfahrt 09.30 Uhr nach Olten -Lenzburg - Birrwil. Wanderung: Birrwil - Länderen, Uf Berg -Flügelberg – Homberg – Beinwil

am See - Birrwil.

Freitag 1

ca. 2 Stunden

Leituna

Berta Windisch Telefon 312 55 45 Telefon 601 26 25 **Brigitte Helbing**

20. März 10.30 Uhr

Claraplatz, Bushaltestelle 31

Fahrt bis Hörnli-Grenze. Wanderung: Grenzach, dem

Rhein entlang – Kraftwerk Augst - Augst, ca. 2 Std.,

bitte ID mitnehmen.

Schalterhalle SBB 17. April

Abfahrt 09.51 Uhr nach Frick, 09.40 Uhr

Postauto bis Herznach. Wanderung: Haugerhölzli -Wölflinswil, ca. 2 Std., Steigung

ca. 150 m.

15. Mai Schalterhalle SBB

10.10 Uhr

Abfahrt 10.22 Uhr nach Laufen, Postauto nach Himmelried. Wanderung nach Seewen, ca. 2 Std.