Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft

Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt

Band: - (2001)

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: 27.11.2025

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



AUSFLÜGE

VORTRÄGE

Nr. 3 / 2001

R10

R11

R16

R21

RegionalAkzér

Der Regionalteil der Pro Senectute Basel-Stadt

INHALT REGIONALTEIL **IN EIGENER SACHE** R1 **DIENSTLEISTUNGEN** R2 R4 TREFFPUNKTE **SCHNUPPERZYT** R5

KURSANGEBOTE	R6
FÜHRUNGEN	R6
Kultur	R6
Betriebe	R8
Natur	R10
Gesundheit	R11

UND AUSSERDEM	R12
MUSIK, MALEN, GESTALTEN	R13
EDV	R13
SPRACHEN	R15

Gym60-Turnen, Turnen, Gymnastik, Senioren-Aerobic	R17
Aqua-Fitness, Tanzen,	
Laufspass mit dem Laufpass	R18

SPORT UND WELLNESS

Tischtennis, Softball-Tennis,	
Tennis, Atemkurs, Tai-Ji,	
Qi-Gong, Feldenkrais	R19

Rücke	entraining, Sturzprophylaxe,
Selbst	verteidigung, Polysportive
Winte	rtage, Wander- und
Kultur	rwoche

Velofahren

			NAME OF TAXABLE PARTY.
WANDERN			R7

In eigener Sache

Allein im Kanton Basel-Stadt leben 40 000 Rentnerinnen und Rentner. Jede und jeder Dritte unter ihnen beansprucht Dienstleistungen von Pro Senectute, besucht Kurse oder hält sich in einer unserer 200 Sportgruppen fit.

Wir tun viel und wir tun es gern! heisst unser Motto. Einige Zahlen aus dem vergangenen Jahr mögen das belegen:



Singgruppe bei Pro Senectute Basel-Stadt

Der Mahlzeitendienst brachte 38 000 Menus in die Wohnungen meist hochbetagter Menschen. Neben Tausenden von Beratungsgesprächen halfen unsere Sozialarbeiterinnen zahlreichen Seniorinnen und Senioren mit einem finanziellen Zustupf aus einer Notlage. Allein für individuelle Hilfe stellten wir mehr als Fr. 600 000.- bereit. Der Reinigungsdienst leistete rund 28 000 Einsatzstunden.

Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr. Stimmt nicht. Im Jahr 2000 gab es mehr als 3000 Menschen über 60 Jahre, die bei uns mehr als 7000 Kurslektionen (Sprachen, EDV usw.) besuchten oder an kulturellen Führungen teilnahmen.

Haben Sie gewusst, dass Pro Senectute mit deutlich mehr als 2000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern, nach dem Fussballverband, die grösste Sportorganisation der Nordwestschweiz ist?

60 festangestellte und 300 freitätige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter engagieren sich für ältere Menschen – unabhängig davon, ob sie arm oder reich, gesund oder krank sind, ob sie zu den Jungsenioren gehören oder zu den Hochbetagten.

Warum wir das alles sagen?

Es gehört zur Tradition unseres Gemeinwesens, dass Aufgaben, die andernorts der Staat erfüllt, an Organisationen mit einer privaten Trägerschaft übergeben werden. Durchaus zum Wohle der Staatskasse. An unsere Ausgaben von über 8 Millionen Franken bezahlt der Bund rund ein Drittel, der Kanton Basel-Stadt lediglich etwas mehr als 6%. Für die Steuerzahlenden ist das in der Tat eine gute Nachricht. Der grosse Rest unserer Ausgaben, mehr als 4 Millionen Franken im Jahr, wird gedeckt mit Tarifen für unsere Dienstleistungen, mit stiftungseigenen Mitteln und mit der Unterstützung zahlreicher Gönnerinnen und Gönner. Es ist bekannt, dass neun von zehn Spendenden selber das fünfzigste Altersjahr hinter sich haben. Sie sind Teil von Pro Senectute und machen unsere Organisation zu einer Gemeinschaft älterer Menschen, die füreinander einstehen. Das macht uns ein wenig stolz - und verpflichtet uns.

Ihre Pro Senectute Basel-Stadt

BKB-Seniorenteam

Die Vermögensverwaltung als Gratisdienstleistung

Von Senioren für Senioren/-innen

■ Was hat es mit dem BKB-Seniorenteam auf sich?

Senioren wissen, was Senioren/-innen wollen. Unser Beraterteam - alles BKB-Banker im Ruhestand - weiss es auch.

Die BKB und die Pro Senectute Basel-Stadt haben gemeinsam das BKB-Seniorenteam für Sie ins Leben gerufen.

Senioren/-innen stehen in einem anderen Lebensabschnitt. Wünsche und Bedürfnisse ändern sich. Auch in Geldangelegenheiten müssen andere Denkansätze und Lösungen her. Persönliche Erfahrungen mit einem Leben im Ruhestand machen unsere Berater zu qualifizierten Experten im Umgang mit Senioren/-innen, beruflich wie menschlich.

■ Welche Vorteile hat eine Beratung des BKB-Seniorenteams?

Der Umgang mit Geld ist für Senioren/innen anders. Darum ist ihre Anforderung an eine Bankberatung auch anders. Das BKB-Seniorenteam trägt diesem Umstand Rechnung.

■ Was beinhaltet eine Beratung des **BKB-Seniorenteams?**

Ihre Fragen im Zusammenhang mit Zahlungsverkehr, Hypotheken, Anlageund Vermögensangelegenheiten weitesten Sinn werden kompetent beantwortet.

Das BKB-Seniorenteam nimmt sich gerne Zeit für eine kostenlose Beratung.

■ Wie können Sie vom BKB-Seniorenteam beraten werden?

Die Pro Senectute Basel-Stadt vermittelt Ihnen den Kontakt zu der Beraterin und den Beratern des BKB-Seniorenteams.

Einfach anrufen, Telefon 061 206 44 44.

Denken - Planen - Umsetzen, dafür sind wir da.

Ihr BKB-Seniorenteam



Diese Gratisdienstleistung wurde von der BKB in Zusammenarbeit mit der Pro Senectute Basel-Stadt entwickelt.

Trottoir-Kollision



Kürzlich war ich bei einer Dame, die sich für die Anschaffung eines Elektromobils interessierte. Wie üblich, habe ich ihr ein solches Fahrzeug nach Hause gebracht. Sogleich machte sie eine Testfahrt. Sie strahlte. Endlich hatte sie Aussicht auf ein Fahrzeug, mit dem sie täglich ihren Mann im Pflegeheim besuchen, problemlos zum Coiffeur und jederzeit einkaufen gehen konnte. In letzter Zeit war bereits der Gehweg zur Tram-Haltestelle für sie ein Hindernis geworden. Sie blieb oft zu Hause oder musste ein Taxi bestellen. Mit einem diesem Fahrzeug sollte sich das nun ändern.

Bei der Rückkehr suchten wir nach Parkmöglichkeiten, denn sie wohnt in einem Mehrfamilienhaus. Zugleich bemühten wir uns um einen (normalen) Stromanschluss, an welchen sie das Ladegerät hätte anschliessen können. Im Hauseingang trafen wir auf eine Nachbarin. Mit Entsetzen in der Stimme meinte diese: «Aber Frau..., sie wollen doch nicht etwa so ein Fahrzeug anschaffen? Ich fühle mich als Fussgängerin nicht mehr sicher auf dem Trottoir. Ständig muss ich damit rechnen, dass irgend jemand mit einem Fahrzeug auftaucht und mich beim Vorbeifahren anfährt. Jetzt wollen sie doch nicht auch zu so einer Trottoirfahrerin werden!?!»

Vor dem Hintergrund des dichten «Trottoirverkehrs» sind die Besorgnisse dieser Nachbarin verständlich. Jeder Mensch hat seine Gründe, weshalb er eine Strecke zu Fuss oder mit einem Fahrzeug zurücklegt. Wenn sich aber die verschiedenen «Passanten» (insbesondere solche mit einem Elektromobil) rücksichtsvoll verhalten, hat es auf den Trottoirs für alle Platz.

Jemand, der mit dem Elektromobil auf dem Trottoir fährt, kann in der Regel keine grössere Strecke gehen und fühlt sich vielleicht unsicher im hektischen Strassenverkehr. Auf dem Trottoir wird erst dann gefahren, wenn es nicht anders geht. Aber keine Angst. Das auf unseren Verkehrsaufkommen Trottoirs wird deshalb nie sehr gross sein. Sollte es trotzdem einmal zu einer «Kollision» auf dem Trottoir kommen, kann nur gegenseitiges Verständnis und beidseitige Rücksichtnahme helfen.

> Myrta Hügin Rehabilitations-Systeme AG Tel. 478 94 01

Pro Senectute beantwortet Fragen rund ums Älterwerden

Pro Senectute Basel-Stadt verfügt über eine Info-Stelle, die Ihnen gerne Ihre Fragen zum Thema Älterwerden beantwortet. Die Stelle ist geschaffen worden für ältere Menschen selber, aber auch für ihre Angehörigen, Nachbarn oder Freunde.

Jeden Tag werden wir mit einer Vielzahl von Informationen überflutet. Zeitungen, Radio und Fernsehen, aber auch neue Medien wie das Internet bieten uns die Möglichkeit, uns über aktuellste Neuerungen der AHV, des Krankenversicherungsgesetzes, Rechtsfragen, politische Entscheide und vielem mehr auf dem Laufenden zu halten. Doch gerade für ältere Menschen ist es nicht immer einfach, aus der enormen Zahl von Informationen gültige Antworten auf ihre persönlichen Fragen und Probleme zu finden. Allein im Kanton Basel-Stadt leben rund 40 000 ältere Menschen. Vielen von ihnen geht es gut. Sie leben in gesicherten finanziellen Verhältnissen, die Gesundheit erlaubt es ihnen, ihre Freizeit aktiv und nach eigenem Gutdünken zu gestalten. In unserer Arbeit in der Sozialberatung von Pro Senectute Basel-Stadt begegnen wir aber auch täglich Menschen, die ein Leben lang hart gearbeitet haben und nun im Alter, wo andere den Ruhestand geniessen, von Sorgen geplagt werden. Wir wissen, dass es nicht allein Geldsorgen sind, die älteren Menschen zu schaffen machen, wobei rund 6000 Betagte auch in unserer Stadt an der Armutsgrenze leben müssen.

Wir erleben immer wieder, dass viele alte Menschen gar nicht wissen, ob sie Anrecht auf eine Ergänzungsleistung zur AHV oder auf Krankenkassen-Subventionen haben. Manche Angehörige sind hilflos, wenn es darum geht, für die betagte Mutter einen Rollstuhl zu organisieren oder für den schwerhörigen Vater ein Hörgerät zu finanzieren. Manchmal genügt bereits der Hinweis auf unser grosses und gut ausgebautes Dienstleistungsangebot, welches dazu beiträgt, das Leben im Alter zu erleichtern und den Alltag, auch unter schwierigen Lebensumständen zu bewältigen.

Um aber Hilfe in Anspruch nehmen zu können, muss man wissen, dass es sie überhaupt gibt. Deshalb hat Pro Senectute Basel-Stadt eine Informationsstelle geschaffen - übrigens die einzige dieser Art in unserem Kanton. Die Informationsstelle ist für Sie da, wenn Sie Beratung in Altersfragen brauchen für sich selber oder für Verwandte, Freunde oder Nachbarn. Rufen Sie uns unter Tel 206 44 44 an. Wir geben gerne Auskunft und helfen Ihnen weiter.



Wir beraten Sie gerne!



Wir putzen

Unser Team mit über 20 speziell geschulten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist von Montag bis Freitag im Einsatz für

- Reinigungsarbeiten im Dauerauftrag (1 bis 4 mal monatlich)
- Reinigungsarbeiten im Einzelauftrag
- Endreinigungen inkl. Wohnungsabgabe Reinigung heisst für uns, Ihnen den täglichen Kehr zu erleichtern, aber auch Arbeiten zu übernehmen wie:
- Fenster putzen (inkl. Rahmen, Storen, Vorfenster, Vorhänge)
- Aufpolieren von Holz, PVC und Linoleumböden
- Sprühextrahieren von Spannteppichen
- weitere Dienstleistungen auf Anfrage

Selbstverständlich bringen wir das gesamte Putzmaterial sowie die Geräte (Staubsauger, Hochdruckreiniger, Sprühextrahierer usw.) mit.

In Zusammenarbeit mit einem professionellen Zügelunternehmen übernehmen wir Ihre Umzüge - selbstverständlich zu Pro Senectute Preisen. Wir

- unterstützen Sie bei der Vorbereitung des Umzugs, verpacken Ihren Hausrat fachgerecht und demontieren die
- übernehmen die Endreinigung Ihrer alten Wohnung und die Wohnungs-
- entsorgen ausgediente Haushaltgegenstände und Mobiliar
- helfen beim Einrichten der neuen Wohnung, packen aus und montieren die Möbel

Ausserdem übernehmen wir Räumungen von Wohnungen, Kellern, Estrichen usw. und führen Kleintransporte durch.

Wir gärtnern

Unsere Gärtner

- übernehmen die Ganzjahresbetreuung **Ihres Gartens**
- springen für Sie während der Ferien ein
- schneiden Ihre Hecken und Bäume
- säen Ihren Rasen an und pflegen ihn
- beraten Sie beim Einkauf von Pflanzen und übernehmen auf Wunsch die Bepflanzung Ihres Gartens
- unterstützen Sie bei der Gartengestaltung

Weitere Wünsche melden Sie bitte bei uns – denn wir sind gerne bereit, sie zu erfüllen!

Wir servieren

Sie wählen aus einer reichhaltigen Karte wir bringen Ihnen das Gewünschte nach Hause

- Tagesmenüs
- Schonkost
- fleischlose Menüs
- Diabetikermenüs

Die Fertigmenüs werden im Wasserbad oder im Mikrowellenofen erwärmt.

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 / 206 44 44

Mittagstisch mit Fahrdienst für behinderte Betagte

Dienstag, Mittwoch und Freitag, 11.00 – 14.00 Uhr. Anmeldung bis 17.00 Uhr am Vortag bei Frau Bollier, Telefon 691 66 10 / 206 44 44.

Treffpunkt Storchengruppe

Jeden Dienstag von 14.00 – 16.00 Uhr. Programm auf Anfrage, Telefon 206 44 44. Hannelore Fornaro oder Judith Rayot verlan-

Davidseck

Quartiertreffpunkt und Café, Davidsbodenstrasse 25

Seniorentreffpunkt Davidseck

Jeden Donnerstag 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 206 44 44. Annelies Schudel oder Sabine Wittmann verlangen.

Senioren Samschtig Z'Morge

Jeden 1. Samstag im Monat ab 9 Uhr Mit Frühstücksbuffet ab Fr. 6.-

Lottomatch

im Seniorentreffpunkt Kaserne

Wir spielen wieder Lotto mit attraktiven Preisen.

Dazu laden wir Sie sowie Ihre Freunde, Bekannten und Angehörigen ein.

Daten:

Mittwoch, 19. September Mittwoch, 17. Oktober Mittwoch, 14. November Mittwoch, 12. Dezember

Zeit: jeweils von 14.30 - 17.00 Uhr

Das Team des Seniorentreffpunktes Kaserne freut sich auf Ihren Besuch und wünscht Ihnen schon jetzt viel Vergnügen!

Wissenswertes **zum Testament**

Eine Broschüre, herausgegeben von Pro Senectute Basel-Stadt und einigen gemeinnützigen Institutionen.

Diese Broschüre will erklären

- was ein Testament ist
- welches die grundlegenden Inhalte des Erbrechtes sind
- wie man ein Testament formgültig so errichtet, dass es später wirklich rechtswirksam ist

Rufen Sie uns unter Tel. 206 44 44 an. Wir schicken Ihnen gerne unsere kostenlose Broschüre.

Wir laden Sie herzlich ein zu unserem

Konzert

in der Gellertkirche (Tram Nr. 14, Karl Barth-Platz)

Am Samstag, 20. Oktober 2001 16.00 - 17.30 Uhr

Programm

Flötenmusik von H. Purcell, J. Hayden, W. A. Mozart und fröhliche Volkstänze.

Schwungvolle Tanzlieder, Abendlieder voll Ruhe und Besinnlichkeit und dazu - wie immer in unseren Konzerten - Lieder zum Mitsingen.

Mitwirkende

Chor- und Flötengruppe der **Pro Senectute Basel-Stadt**

Leitung: Theres Wurster

Für die Stiftung der Elternvereinigung krebskranker Kinder Regio Basiliensis.

Wir laden Sie ganz herzlich ein zu unserem

EDV-Schnuppertag

Datum: 18. September 2001 10.00 bis 12.00 Uhr Zeit:

14.00 bis 16.00 Uhr

Ort: **Pro Senectute Kurszentrum** St. Alban-Vorstadt 93 /95 (Lift)

Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter stellen Ihnen das Kursangebot vor. Die Vorträge dauern ungefähr eine halbe Stunde und finden zu folgenden Zeiten statt:

10.00 / 11.00 / 14.00 / 15.00 Uhr

In den Pausen zwischen den Vorträgen können Sie sich persönlich beraten lassen. Vielleicht möchten Sie aber auch einen Computer testen?

Am Schnuppertag ist unser Café am Morgen und am Nachmittag geöffnet.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Schnupperzyt

Kennen Sie unser grosses Sport- und Wellnessangebot? Und wissen Sie, dass wir über eine eigene Turnhalle verfügen? Alle, die Lust haben, uns und unsere Kurse kennen zu lernen, laden wir herzlich ein, an unserer Schnupperwoche teilzunehmen.

Datum: 24. – 28. September

Ort: Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7

In der Turnhalle

Montag, 24.9.	Dienstag, 25.9.	Mittwoch, 26.9.	Donnerstag, 27.9.	Freitag, 28.9.
Gym60-Turnen 8.30 – 9.30 Uhr	Gym60-Turnen 8.30 – 9.30 Uhr	Qi-Gong 8.30 – 9.30 Uhr	Gym60-Turnen 8.30 – 9.30 Uhr	Rückentraining Grundkurs 9.00 – 10.00 Uhr
Gym60-Turnen 9.30 – 10.30 Uhr	Gym60-Turnen (nur Frauen) 9.30 – 10.30 Uhr	Tai-Ji 9.45 – 10.45 Uhr	Gym60-Turnen 9.30 – 10.30 Uhr	Rückentraining Fortsetzungskurs 10.15 – 11.15 Uhr
Gym60 Corso tenuto in lingua italiana 10.30 – 11.30 Uhr	Senioren-Turnen 10.30 – 11.30 Uhr	ed con an analysis	Gym60 Corso tenuto in lingua italiana 10.30 – 11.30 Uhr	the vestige say estables to a septiment of a septim
Gym60-Turnen 14.00 – 15.00 Uhr	Gym60-Turnen 14.00 – 15.00 Uhr		Gym60-Turnen 14.00 – 15.00 Uhr	DA estroblibad eurige DA sus sid altisto a relació a Revenible
Senioren-Turnen 15.00 – 16.00 Uhr	Gymnastik und Spiel 15.00 – 16.00 Uhr		Gym60-Turnen (nur Männer) 15.00 – 16.00 Uhr	The Talenton Committee Com
Gym60-Turnen (nur Frauen) 16.00 – 17.00 Uhr	Senioren-Aerobic 16.00 – 17.00 Uhr		Gym60-Turnen (nur Frauen) 16.00 – 17.00 Uhr	spekting bis 5 September
Gym60-Turnen (nur Frauen) 17.00 – 18.00 Uhr	Beckenbodentraining (nur für Frauen) 17.00 – 18.00 Uhr		Gym60-Turnen 17.00 – 18.00 Uhr	Regio (cultural de la constanta de la constant

Im Horst

Montag, 24.9.	Dienstag, 25.9.	Mittwoch, 26.9.	Donnerstag, 27.9.	Freitag, 28.9.
Rhythmische Gymnastik 8.45 – 9.45 Uhr	Feldenkrais 9.00 – 10.00 Uhr	Ask varieties (Schemen et au Parkelle et au Parkell	Sturzprophylaxe 9.00 – 10.00 Uhr	XX of the systems of the system of the syste
Sich wohlfühlen 10.15 – 11.15 Uhr	Sehtraining 10.30 – 11.30 Uhr	Feldenkrais 11.00 – 12.00 Uhr	Selbstverteidigung (nur Frauen) 10.30 – 11.30 Uhr	Atmen 10.15 – 11.15 Uhr

Draussen

Montag, 24.9.	Dienstag, 25.9.	Mittwoch, 26.9.	Donnerstag, 27.9.	Freitag, 28.9.
Velotour	Wandern		Walking	
8.30 Uhr	14.00 Uhr		16.00 Uhr	
Waisenhaus –	Waisenhaus – eiserne Hand		17.00 Uhr	agendade 2.15
Bad Säckingen (65 km)	- Bettingen (ca. 2.5 Std.)		Manager Market (1)	

Wie wird's gemacht? - einfach und unkompliziert: Wählen Sie diejenigen Sport- und Wellnessangebote aus, welche Sie interessieren und kommen Sie zur angegebenen Zeit ins Waisenhaus. Mitbringen: Bequeme Turnkleidung und Turnschuhe oder Gymnastikschläppli, bzw. Velo- oder Wanderausrüstung.

Die Schnupperstunden sind gratis. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Schnupperzyt im Sport ist die Gelegenheit, uns und unser Kursangebot besser kennen zu lernen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Kursangebote

Auskunft und Anmeldung

08.00 - 12.00 Uhr Montag – Freitag

14.00 - 16.30 Uhr

Telefonisch 206 44 44

Persönlich Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet Sie zur Bezahlung des Kursgeldes. Bei einer rechtzeitigen Abmeldung, d.h. bis 5 Tage vor Kursbeginn, wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10% des Kursgeldes, mindestens aber Fr. 15.-, erhoben.

Führungen

Kultur

Das Waisenhaus einst und jetzt

Das Basler Waisenhaus befindet sich in den Gebäuden des ehemaligen Kartäuserklosters. Die Zschekkenbürlinstube ist ein Relikt aus der letzten prachtvollen Zeit des Klosters. Anhand der Kirche und weiterer Innenräume werden Sie auf die Geschicke des Klosters von der Zeit des Basler Konzils bis zur Reformation hingewiesen.

Datum

17. September

Tag/Zeit Treffpunkt Montag, 14.30 - 16.00 Uhr Eingang Waisenhaus,

Tram 2 bis Wettsteinplatz Dr. Daniel Reike

Leitung Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 5. September

Auf den Spuren von Malern durch Basel

Von der Helvetia bis zum Marktplatz (inkl. Fährifahrt) führt unser Spaziergang zu zahlreichen Wohnorten von bedeutenden Künstlern aus verschiedenen Jahrhunderten, die in Basel gewirkt haben.

Datum

20. September

Tag/Zeit Treffpunkt Donnerstag, 10.15 - 11.15 Uhr 10.10 Uhr bei der Helvetia (Mittlere Brücke Kleinbaslerseite)

Leitung

Helen Liebendörfer

Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 6. September

Münsterdach und Chorflankentürme

Sie steigen zur Chorterrasse empor und stehen vor den beiden unteren Turmteilen. Sie haben einen Ausblick auf das renovierte Dach der Niklauskapelle. Der Estrich des Münsters bietet einen Blick auf die gewaltige Dachkonstruktion und das Gewölbe. Auch werden Sie die vier Apostelsymbole an den mächtigen Vierungspfeilern aus nächster Nähe betrachten.

Datum Tag/Zeit

Leitung

21. September

Freitag, 14.30 - 16.30 Uhr Treffpunkt 14.25 vor dem Münster

> Haupteingang Armin Frick

Kosten Fr. 15.-

Besonderes viel Treppen steigen! Versicherung ist Sache der Teilnehmer

Anmeldung bis 5. September

Die Salzkammer

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

Datum Tag/Zeit

1. Oktober

Montag, 14.10 - 16.30 Uhr Treffpunkt 14.10 Uhr Haltestelle Saline/

Bus 70 ab Aeschenplatz. Abfahrt 14.18 Uhr

Leitung Salzkammer Fr. 15.- inkl. Eintritt Kosten bis 19. September Anmeldung

Vitra Design Museum in Weil

Das Vitra Design Museum gehört zu den weltweit führenden Museen für Design. Sie werden durch die Ausstellung «Besessen!» geführt, die 260 Stühle zeigt. Anschliessend wird das Feuerwehrhaus besichtigt. Es war das erste Gebäude in Europa überhaupt, das von der Irakerin Zaha Hadid gebaut wurde. Sie wird als berühmteste Architektin der Welt bezeichnet.

Datum Tag/Zeit 4. Oktober

Treffpunkt

Donnerstag, 14.30 - ca. 16.30 Uhr 14.05 Uhr Claraplatz beim

Brunnen.

Abfahrt mit Bus 55 um 14.15 Uhr Museum

Leitung Kosten

Fr. 25.- (exkl. Eintritt: DM 7.50.-;

Museumspass gültig) Anmeldung bis 19. September

Tibet - Buddhas, Götter, Heilige

Sie werden durch die bedeutendste Sammlung tibetanischer Kunst- und Kulturobjekte geführt. Auf dem Rundgang in einem dreidimensionalen Mandala (Kreis) begegnen Sie den wichtigsten Persönlichkeiten des tibetanischen Buddhismus. Sie treffen auf Mönche, die ihr ganzes Klosterleben dem Studium der heiligen Texte

widmen. Datum

5. Oktober

Tag/Zeit Treffpunkt Freitag, 10.15 – 11.15 Uhr 10.10 Uhr vor dem Eingang des

Museums der Kulturen, Augustinergasse 2

Museum

Leitung

Fr. 20.- (inkl. Eintritt) Kosten Anmeldung bis 19. September

Der «Fährimaa»

Der «Fährimaa» von der St. Alban Fähre «Wilde Maa» erzählt Ihnen Geschichten und Anekdoten vom Alltag auf dem Rhein.

Datum

8. Oktober

Tag/Zeit Montag, 10.00 - 11.00 Uhr Treffpunkt 09.55 Uhr bei der St. Alban Fähre Martin Reidiger, Fährimaa

Leitung Kosten

Fr. 15.-Anmeldung bis 24. September

Der Basler Münsterschatz

Für wenige Monate sollte der Kirchenschatz des Basler Münsters wieder zusammengeführt werden, nachdem er 1833 durch die Kantonsteilung versteigert worden ist. Vor dieser Zeit wurde der Schatz über 300 Jahre in der Sakristei des Münsters gehütet.

10. Oktober Datum

Tag/Zeit Mittwoch, 10.15 - ca. 11.30 Uhr Treffpunkt Vor dem Eingang des Historischen

Museums, Barfüsserkirche Leitung Historisches Museum Kosten Fr. 15.— (exkl. Eintritt Fr. 7.—)

Anmeldung bis 26. September

Auf den Spuren des Basier Erdbebens

Sie besichtigen die heute noch sichtbaren Spuren des Erdbebens. Der Rundgang wird begleitet von literarisch-historischen Darstellungen. Er führt Sie vom Münsterplatz bis zum Nadelberg (mit einer Kaffeepause).

Datum 12. Oktober

Freitag, 14.00 - 17.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 13.55 Uhr Kreuzgang, **Eingang Rittergasse**

Dr. Marcus Fürstenberger Leituna Kosten Fr. 25.- (exkl. Kaffee)

1. Oktober Anmeldung

Archäologische Führung durch Basel

An diesem Nachmittag werden Sie an verschiedene Orte geführt, wo Grabungen durchgeführt wurden. Dabei werden Sie die karolingische Aussenkrypta auf der Pfalz, den Eckturm der Burkard'schen Stadtmauer im Lohnhof, den Keltenwall in der Rittergasse und den archäologischen Keller im Teufelhof besichtigen.

16. Oktober Datum

Tag/Zeit Dienstag, 09.30 - 11.00 Uhr 09.25 Uhr vor dem Münster-Treffpunkt

eingang

Leitung Suzanne Meier Kosten Fr. 15.-Anmeldung bis 2. Oktober

Musikautomaten Museum in Seewen

Seit März 2000 zeigt sich das Museum in neuem Kleide. Die Sammlung der heiteren mechanisch-musikalischen Objekte wurde grosszügig erweitert. Von den wunderschön-kitschigen Jahrmarktsorgeln bis zu den kleinen-feinen Musikdosen, finden Sie in Seewen einen wertvollen, kulturhistorischen Schatz.

Datum Tag/Zeit

17. Oktober

Treffpunkt

Mittwoch, 14.00 - 17.00 Uhr 13.10 Uhr auf Perron nach Laufen-Delémont. Billette bitte selber lösen. Abfahrt von Zug wird in der Bestätigung genau

angegeben. Museum

Leitung Kosten

Fr. 25.- (inkl. Eintritt) Anmeldung bis 1. Oktober

Kunstmuseum

Landschaften – Porträts – Stillleben: An jeweils drei bis vier markanten Beispielen aus den Schätzen unseres Kunstmuseums werden wir die Entwicklung der genannten Bildgattungen von ihren Anfängen bis in die Moderne verfol-

gen. Datum

17.10 / 24.10 / 31.10. (3x) Tag/Zeit Mittwoch, 10.15 - 11.15 Uhr

Treffpunkt **Eingang Kunstmuseum** Max Wehrli Leitung

Kosten Fr. 40.- (exkl. Eintritt) Anmeldung bis 26. September

Das Theater Basel

Ein Blick hinter die Kulissen. Sie werden durch einige Räumlichkeiten des Theater Basel geführt. Das Lager der Bühnenbilder, Hinter- und Seitenbühne, Unterbühne, Malsaal etc.

Datum

22. Oktober

Montag, 14.00 - 15.00 Uhr Tag/Zeit Bühneneingang bei den Treffpunkt

Pyramiden, Elisabethenstrasse

Leitung Theater Kosten Fr. 15.-Besonderes Gut zu Fuss! Anmeldung bis 8. Oktober

Augusta Raurica

In Augusta Raurica wird sehr anschaulich dargestellt, wie das Leben in einer römischen Provinzstadt abgelaufen sein muss. Die Ruinen öffentlicher Bauten wie Theater, Bäder und Tempel vermitteln einen Eindruck der römischen Baukunst. Das Museum zeigt Funde aus dem Alltag den einfachen und gehobeneren Schichten der Bevölkerung.

Datum

24. Oktober

Mittwoch, 09.10 - 12.40 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 09.10 Uhr Bus 70 bei

Aeschenplatz. Abfahrt 09.18 Uhr

Suzanne Meier Leitung Fr. 15.- (exkl. Eintritt) Kosten Anmeldung bis 10. Oktober

Auf den Spuren von Musikern durch Basel

Die Kulturstadt Basel führt im November einen Musikmonat durch. Aus diesem Anlass werden Ihnen an einem informativen Morgen einige Wirkungsstätten von Musikern gezeigt. Der Rundgang führt vom Musiksaal bis zur Martinskirche.

Datum

25. Oktober

Donnerstag, 10.15 - 11.30 Uhr Tag/Zeit

Treffpunkt

10.10 Uhr beim Tinguely-Brunnen

Leitung Helen Liebendörfer

Kosten Fr. 15.-Anmeldung bis 10. Oktober

Aegypten

Das Antikenmuseum eröffnet neu eine ägyptische Abteilung. Mit seinen 1000 Ausstellungsstücken über die drei grossen Epochen ägyptischer Kunst, zählt sie zu einer der bedeutendsten ihrer Art in Europa.

Datum Tag/Zeit 30. Oktober

Dienstag, 10.15 - 11.15 Uhr Treffpunkt 10.10 Uhr Eingang Antiken-

museum, St. Alban-Graben 5

Dr. Andre Wiese Leitung Kosten Fr. 15.- (exkl. Eintritt) Anmeldung bis 15. Oktober

Spielzeugmuseum «Zum bunten S» Liestal

Die Spielzeuge stammen aus Sachsen. Mit ihnen wurde eine bewegliche (technischmechanische) Ausstellung hergestellt. Zu sehen gibt es viel, eine bewegliche kleine Stadt oder Christi Geburt im Weihnachtsberg - man kommt aus dem Staunen nicht heraus. Nach der Führung wird Ihnen noch Kaffee und Kuchen offeriert.

30. Oktober

Tag/Zeit Dienstag, 13.40 - ca. 17.00 Uhr Treffpunkt 13.40 Uhr auf Perron nach

Liestal. Abfahrt 13.53 Uhr. Billette bitte selber lösen. Kathrin Grauwiller-Straub,

Inhaberin

Fr. 23.— (inkl. Kaffee und Kuchen) Kosten Ca. 15 Min. Spaziergang zum Besonderes

Museum

Anmeldung bis 15. Oktober

Datum

Leitung

Musikmuseum im Lohnhof

Im denkmalgeschützten Gebäudebereich des Lohnhofes liegt die grösste Musikinstrumentensammlung der Schweiz. Sie zeigt Instrumente aus fünf Jahrhunderten.

Datum 7. November

Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 - 15.30 Uhr 14.25 Uhr im Lohnhof 9, Treffpunkt Tram 3 bis Musikakademie

Leitung Museum

Kosten Fr. 15.- (exkl. Eintritt: Fr. 5.-;

Museumspass gültig) Treppen laufen!

Besonderes Anmeldung bis 24. Oktober

Beyeler Museum

Das Museum bietet einer wichtigen privaten Sammlung zeitgenössischer Kunst Raum. Es wurde vom Architekten Renzo Piano entworfen. Sie werden durch die aktuelle Ausstellung geführt und auf die Besonderheiten des Museums aufmerksam gemacht.

Datum Tag/Zeit

12. November Montag, 10.30 - 11.30 Uhr

Treffpunkt 10.20 Uhr vor dem Museumseingang.

Museum

Leitung Fr. 15.- (exkl. Eintritt; Sonderaus-Kosten

stellungen Fr. 11.-)

Anmeldung bis 29. Oktober

Uhrensammlung im Kirschgartenmuseum

Im Kirschgartenmuseum können Sie die Entwicklung der Uhrmacherkunst verfolgen. Ihnen werden Elementaruhren (Sonnenuhren), seltene eiserne Räderuhren aus dem 16. Jh. und kostbare, winzige Goldemailuhren aus dem 19.

Jh. gezeigt. Datum

13. November

Dienstag, 10.15 - 11.15 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 10.10 Uhr vor dem Eingang des Kirschgartenmuseums

Leitung Suzanne Meier Kosten Fr. 15.- (exkl. Eintritt) Anmeldung bis 29. Oktober

Das Kulturzentrum Scala Basel

Im ehemaligen Kino Scala ist ein neues Theater entstanden. Mit seinen 400 Sitzplätzen gehört es zu den wenigen mittleren Bühnen in der Stadt. Ebenfalls im Scala ist das Zentrum der Anthroposophischen Gesellschaft, Paracelsus-Zweig Basel. Herr R. Harrer, Leiter des Zweiges und Herr D. Vollen, Intendant des Scala werden diese Führung leiten und Ihnen das Kulturangebot im Theater Scala vorstellen.

Datum 14. November

Tag/Zeit Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr Treffpunkt Freie Str. 89

Leitung R. Harrer und D. Vollen

Kosten Fr. 15.-

Gut zu Fuss! Viel Treppensteigen Besonderes

Anmeldung bis 31. Oktober

Bali - Nabel der Welt

Basel und Bali: Mit der neuen Dauerausstellung würdigt das Museum der Kulturen die Basler Affinität zu Bali. Sie werden durch eine der schönsten und wertvollsten Sammlungen der Welt geführt.

Datum 16. November

Tag/Zeit Freitag, 10.00 - 11.00 Uhr Treffpunkt 10.00 Uhr Eingang im Museum

der Kulturen, Augustinergasse 2

Leitung Museum

Fr. 20.- (inkl. Eintritt) Kosten Anmeldung bis 31. Oktober

Büchsen-Museum im Läckerli-Huus

Die Innenausstattung wird im «Läckerli-Huus» alle zwei Monate verändert, denn es mangelt an Platz für alle Büchsen (2000 Stk.). Ihnen werden die verrücktesten Büchsen vorgestellt. Als Weltkugel, Lampe, Standuhr, Damentasche etc. Sie lernen die Entstehungsgeschichte der Büchsen kennen und werden zu einer Degustation eingeladen.

Datum 19. November

Tag/Zeit Montag, 14.30 - 15.30 Uhr 14.25 Uhr vor dem Eingang, Treffpunkt

Gerbergasse 57 Nathalie Unternährer

Leitung Fr. 15.-Kosten

Anmeldung bis 5. November

Glashüttli Riehen - Glasblasen

Der Glasbläser und Kunsthandwerker Peter Keil führt Sie durch seine Glas-Welt und zeigt Ihnen die Kunst des Glasblasens. Anschliessend ist die Möglichkeit da für jeden, unter genauer Anleitung, selbst Hand oder Mund anzulegen.

20. November Datum

Tag/Zeit Dienstag, 09.30 - 11.00 Uhr Treffpunkt 09.20 Uhr Tram 6 / Riehen-Dorf

Peter Keil Leitung Fr. 15.-Kosten Anmeldung bis 5. November

Die Welt der Sinne

Das Anatomische Museum zeigt eine überaus interessante Ausstellung über unsere Sinne. In allgemein verständlicher Form wird Wissenswertes über Bau und Funktion der menschlichen Sinnesorgane vermittelt. Zudem können die Besucher selbst einige Funktionen prüfen.

21. November Datum

Mittwoch, 09.30 - 11.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 09.20 Uhr bei der Tramstation

Nr. 11, St. Johanns-Tor. Dr. med. R. Schmidt

Leitung Fr. 15.- (exkl. Eintritt) Kosten Anmeldung bis 7. November

Messerschmiede am Spalenberg seit 1807

Die älteste Messerschmiede von Basel befindet sich im Herzen der denkmalgeschützten Altstadt am Spalenberg. Sie erhalten bei einer FÜHRUNGEN BASEL-STADT

Führung einen Einblick in das alte, noch immer aktuelle Handwerk.

26. November Datum

Montag, 09.30 - 11.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 09.30 Uhr vor dem Eingang,

Spalenberg 33

Erika Ottenburg-Sürth Leitung

Kosten Fr. 15.-Anmeldung bis 12. November

Synagoge in Basel

Führung durch die von Hermann Gauss 1867 erbaute und 1893 erweiterte Synagoge.

Datum 28. November

Tag/Zeit Mittwoch, 09.30 - 11.00 Uhr Leimenstrasse 24

Treffpunkt Leitung Synagoge Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 14. November

«au violon» das Restaurant im Lohnhof

Sie besichtigen das Restaurant, den Jazzclub «the birds eye» und das Hotel mit den umgebauten Zellen als Hotelzimmer. Aus dem ehemaligen Untersuchungsgefängnis ist ein einzigartiges Zentrum der Kultur geworden.

Datum 30. November

Freitag, 10.00 - 11.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 09.55 Uhr im Hof von Lohnhof Leitung Marco Zünd, Architekt

Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 12. November

Schneefall von Joseph Beuys

Der Künstler Joseph Beuys stellt in seinem Werk eine etwas andere Betrachtung des Advents dar. Sie ist von zentraler Bedeutung für die Auseinandersetzung mit ihm und sei-

nem Werk.

4. Dezember Datum

Dienstag, 11.00 - ca. 12.00 Uhr Tag/Zeit 10.55 Uhr beim Eingang vom Treffpunkt

Museum der Gegenwartskunst,

St. Alban Tal

Leitung Gilbert Uebersax Kosten Fr. 15.— (exkl. Eintritt) Anmeldung bis 19. November

Weihnachtsausstellung – Ida Bohatta

Die Kinderbuchillustratorin Ida Bohatta (1900-1992)wird als Klassikerin gefeiert, denn die meisten haben einmal eines ihrer Bücher in Händen gehabt. Die Ausstellung bietet anhand von zahlreichen Dokumenten und Originalillustrationen einen umfassenden Überblick über das Schaffen der Künstlerin.

Datum 4. Dezember

Tag/Zeit Dienstag, 10.15 - 11.15 Uhr Haupteingang im Museum der Treffpunkt Kulturen, Augustinergasse 2

Leitung Museum der Kulturen Fr. 20.- (inkl. Eintritt) Kosten Anmeldung bis 19. November

Die Weihnachtsstube Wanner

Herr Wanner wird Ihnen über die Entstehung des Weihnachtshauses berichten. Seine Weihnachtsstube ist nicht gross aber dafür eine Besonderheit. Anschliessend wird Ihnen Kaffee und Gugelhopf offeriert.

Datum 7. Dezember

Tag/Zeit Freitag, 10.00 – 11.00 Uhr Treffpunkt 09.55 Uhr an der Schneidergasse 7

(hinter dem Marktplatz) Johann Wanner, Geschäftsleiter

Fr. 15.-Kosten

Leitung

Anmeldung bis 21. November

Adventsbesuch in der Predigerkirche

Der traditionelle Adventsbesuch gilt in diesem Jahr der ehemaligen Dominikaner-Klosterkirche. Dabei betrachten wir auch ihren berühmten Totentanz. Zum Abschluss lassen wir uns mit den beiden Orgeln (eine Silbermann - und eine Schwalbennestorgel) in die Adventszeit einstimmen.

Datum 10. Dezember

Montag, 10.15 - 11.15 Uhr Tag/Zeit 09.10 Uhr in der Kirche Treffpunkt Helen Liebendörfer, an der Orgel Leitung

Frieder Liebendörfer

Fr. 15.-Kosten

Die Kirche kann nicht gut Besonderes

geheitzt werden (max: 15 Grad!)

Anmeldung bis 26. November

Weihnachtliches Basel

Seit vielen Jahren wird Basel in der Adventszeit besonders schön geschmückt und ist zu einer viel beachteten Weihnachtsstadt geworden. Auf dem Weg durch die stimmungsvollen Gassen werden weihnachtliche Themen angesprochen und von Basler Sitten und Bräuchen in der Weihnachtszeit erzählt.

Datum 11. Dezember

Tag/Zeit Dienstag, 16.00 – 17.30 Uhr 15.55 Uhr Schifflände Treffpunkt

(Schiffstation) Suzanne Meier Leitung

Kosten Fr. 15.-Anmeldung bis 26. November

Puppenhausmuseum

Die Führung führt Sie in die märchenhafte Welt der Puppen, Bären und Puppenhäuser aus alten und neuen Zeiten. Es ist das grösste Puppenmuseum in Europa und ist auf lebendig-phantasievolle Art ausgestellt.

Datum 13. Dezember

Tag/Zeit Donnerstag, 11.00 - 12.00 Uhr Vor dem Museum am Treffpunkt

Barfüsserplatz

Leitung Museum

Fr. 15.- (exkl. Eintritt: Fr. 5.-) Kosten

Anmeldung bis 28. November

Betriebe

Die Schweizerischen Rheinsalinen

Im Auftrag der Kantone versorgen die Schweizer Rheinsalinen die ganze Schweiz mit Salz. Es sind ca. 30 verschiedene Salzsorten. Speisesalz, Regeneriersalz für Geschirrspüler, Pharmasalz, technisches Salz etc. Mit einer Tonbildschau wird Ihnen die Salzgewinnung vorgeführt. Anschliessend wird das Gelände besichtigt, sowie die Veredelung, Verpackung, Vertrieb etc.

5. September Datum

Mittwoch, 09.30 - 11.00 Uhr Tag/Zeit

Treffpunkt 09.10 Uhr Aeschenplatz Bus 70.

Abfahrt 09.18 Uhr. Rückfahrt 11.06 Uhr

Leitung Rheinsalinen Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 22. August

Tierheim Basel

Nach der Begrüssung werden Ihnen verschiedene Tierschicksale geschildert. Sie werden über den Umgang und Pflege der abgegebenen Tiere informiert. Nach einem Rundgang zu den Tieren, werden bei Kaffee und Kuchen auf Ihre Fragen eingegangen.

Datum 6. September

Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 14.15 Uhr Tramstation Breite,

Tram 3 Richtung Birsfelden

Leitung Edith Baumgartner

Kosten Fr. 15.-Anmeldung bis 22. August

Brauerei Fischerstube

Lernen Sie bei einem Rundgang die kleine Kleinbasler Brauerei kennen, in der das «Ueli-Bier» gebraut wird. Im Anschluss laden wir Sie am Umtrunktisch (der Bierhahn ist direkt am Tisch angeschlossen, somit kann sich jeder selbst ausschenken) im Restaurant Linden zu einem Glas Bier mit Bretzel ein.

13. September Datum

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 – 15.30 Uhr Treffpunkt Restaurant Linden Rhygasse 43 Leitung Brauerei Fischerstube

Kosten Fr. 15.-Besonderes Gut zu Fuss! Anmeldung bis 29. August

Besuch des Basler Rheinhafens

Sie gewinnen einen Einblick in die Revierzentrale. Wie wird der Verkehr auf dem Rhein gesteuert? Anschliessend werden Sie das Bilgenentölungsboot «Bibo Regio» kennenlernen.

19. September Datum

Mittwoch, 15.30 - 16.30 Uhr Tag/Zeit 14.00 Uhr Endstation Treffpunkt

Kleinhüningen, Tram 8 Urs Vogelbacher, Leitung

Direktionsassistent Fr. 15.-

Kosten Besonderes Gut zu Fuss! Anmeldung bis 5. September

Weleda

Nach der Begrüssung mit Kaffee und Gipfeli werden Sie mit einem Dia-Vortrag über die Entstehung der Kosmetik und Diätetika der Weleda informiert. Anschliessend gibt es eine Führung durch den Betrieb und eine Degustation der ganz besonderen Weleda-Elexiere.

Datum 19. September

Tag/Zeit Mittwoch, 09.00 - ca. 11.30 Uhr Treffpunkt 08.45 Uhr Tramstation Stollen-

rain (Tram 10, Richtung Dornach)

Leitung Weleda Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 5. September

Hoffmann-La Roche

Sie erhalten mit einem Video, Vortrag und einer Laborbesichtigung Einblick in den Betrieb. Sie werden informiert über die ersten 100 Jahre Firmengeschichte, die aktuelle Bio- und Gentechnologie und die Herstellung pharmazeutischer Spezialitäten. Im Anschluss offeriert Hoffmann-La Roche ein Mittagessen.

Datum Tag/Zeit 26. September

Mittwoch, 09.00 - 14.00 Uhr Treffpunkt 08.55 Uhr Grenzacherstrasse 124,

beim Eingang

Hoffmann-La Roche Leitung Fr. 18.- (inkl. Mittagessen) Kosten Anmeldung bis 12. September

Kraftwerk und Schleuse Birsfelden

Die wichtigste Energiequelle der Schweiz ist die Wasserkraft. Das Kraftwerk Birsfelden versorgt drei regionale Elektrizitätsgesellschaften mit Strom. Es wird Ihnen ein Film gezeigt und sie besichtigen den Maschinensaal und die Schleuse.

Datum Tag/Zeit 28. September

Freitag, 14.10 - ca.16.00 Uhr 14.10 Uhr bei Bus 70 Aeschen-Treffpunkt platz, Abfahrt 14.18 Uhr

Leitung Kraftwerk Fr. 15.-Kosten Besonderes Gut zu Fuss! Anmeldung bis 17. September

Gefängnis Schällemätteli

Das 1864 erbaute Gefängnis Schällemätteli liegt mitten in der Stadt. Anhand eines Referates wird Ihnen die Geschichte und der Alltag im Gefängnis vorgestellt. Anschliessend werden Sie durch das Gebäude und den Hof geführt.

Datum

18. Oktober

Donnerstag, 17.30 – 19.30 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt Spitalstr. 41, beim Haupteingang Rene Novet

Leitung Kosten Fr. 15.-

Besonderes Gut zu Fuss, Treppenlaufen!

Anmeldung bis 3. Oktober

Kiosk AG in Muttenz

Eine Tonbildschau zeigt Ihnen den Ablauf «vom Lager zu den Kiosken». Nach Kaffee und Gipfel machen Sie einen Rundgang mit Kopfhörer! Dabei erhalten Sie Einblick in verschiedene Sparten des Betriebs.

Datum

19. Oktober

bis 3. Oktober

Tag/Zeit Freitag, 09.30 - 11.30 Uhr Treffpunkt 09.15 Uhr Tramstation zum Park,

Tram 14

Leitung

Roger Mallaun, Techn. Dienst Kosten Fr. 15.-

Anmeldung Perücken

Die Familie Schwald sind Spezialisten in der Perückenfabrikation. Seit vier Generationen fertigt Sie Perücken und Haarersatzteile an. Vieles hat sich verändert und die Kunst des Perückenmachers ist langsam am aussterben. Wir werfen einen Blick hinter die Kulissen.

Datum 23. Oktober

Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr Tag/Zeit

09.55 Uhr vor der Falknerstr. 17 Treffpunkt Thomas Schwald, Perückenmacher Leitung Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 8. Oktober

WBZ für Körperbehinderte in Reinach

Das Wohn- und Bürozentrum in Reinach ist eine für die Schweiz einmalige Einrichtung. Es hat Wohn- und Arbeitsplätze im Zentrum und vermittelt externe Arbeitsplätze. Es ist kein Heim, kein Spital, sondern eine Wohn- und Arbeitseinrichtung mit verschiedenen Abteilungen. Zu den Kunden zählen Unternehmen aller Branchen und jeder Grösse. Nach der Begrüssung werden sie durch die Räumlichkeiten geführt.

Datum

24. Oktober

Mittwoch, 14.30 - 15.30 Uhr Tag/Zeit 14.25 Uhr vor dem Eingang, Treffpunkt

Aumattstr. 70,

Tram 11 Richtung Reinach

Herbert Walter Leitung

Kosten Fr. 15.- (inkl. Kaffee und Kuchen) Anmeldung bis 10. Oktober

Mc Donald's am Badischen Bahnhof

Mit einem Film werden Sie über die Geschichte der berühmten Fast-Food-Kette Mc Donald's aufgeklärt. Sie werden den Kassenbereich, die Küche, den Keller besichtigen und über die Verpackung und den Abfall informiert. Anschliessend wird Ihnen ein Hamburger oder ein Cheeseburger mit einem Getränk offeriert.

Datum

29. Oktober

Montag, 10.00 - 11.00 Uhr Tag/Zeit 09.55 Uhr vor dem Eingang Treffpunkt

Leitung Mc Donald's Fr. 15.-Kosten Anmeldung bis 15. Oktober

Der Teufelhof - das Kunsthotel

Sie werden durch die Zimmer zum archäologischen Keller geführt und erfahren die Geschichte über dieses ganz besondere Hotel. Anschliessend sind Sie zu Kaffee und Kuchen eingeladen.

Datum

6. November

Tag/Zeit Dienstag, 14.30 - ca. 16.00 Uhr

Treffpunkt Vor dem Eingang,

Leonhardsgraben 49 (Tram 3)

Teufelhof Leitung

Fr. 20.- (inkl. Kaffee und Kuchen) Kosten

Anmeldung bis 22. Oktober

Juwelier Kurz

Leitung

Nach einem Einführungsreferat zum Thema «Perlen und Edelsteine» wird Ihnen ein Atelierbesuch ermöglicht. Hier erfahren Sie viel Wissenswertes über das Berufsbild des Goldschmiedes. Anschliessend sind Sie zu einem Apero eingeladen.

Datum 8. November

Tag/Zeit Donnerstag, 17.00 - ca. 19.00 Uhr 17.00 Uhr im Ladengeschäft, Treffpunkt

> Freie Strasse 39 Herbert Pfammatter, Geschäftsführer

Kosten Fr. 15.- (inkl. Apero) Anmeldung bis 24. Oktober

Feuerwehr

Führung durch die Räumlichkeiten und den Fahrzeugpark der Basler Feuerwehr. Im Museum entdecken Sie alte Löschgeräte sowie «gerettetes Gut». Anhand einer Tonbildschau verfolgen Sie den Feuerwehr-Einsatz bei einem Grossbrand.

9. November Datum

Tag/Zeit Freitag, 14.30 - 16.30 Uhr Treffpunkt Kornhausgasse 18 Leitung Feuerwehr

Fr. 15.-Kosten Anmeldung bis 24. Oktober

Grauwiler Fleisch AG

Sie werden durch die Fleischproduktion der Grauwiler Metzgerei geführt. Dabei wird Ihnen der gesamte Ablauf von der Zubereitung des Fleisches bis zur Auslieferung erklärt und gezeigt. Anschliessend wird Ihnen noch ein kleiner Imbiss angeboten.

15. November Datum

Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr Treffpunkt 09.55 Uhr Hagenaustr. 25 Kurt Wick, Geschäftsführer Leitung

Fr. 15.-Kosten Anmeldung bis 31. Oktober

Messe Basel

Bei Kaffee werden Sie ein Referat über die Geschichte, den aktuellen Stand und die Zukunftspläne der Messe Basel hören. Danach werden Sie durch die Räumlichkeiten geführt, in denen die internationale Gastronomiemesse («Igeho») aufgebaut wird.

Datum 19. November

Montag, 14.30 - ca. 16.00 Uhr Tag/Zeit 14.25 Uhr im Service Center Treffpunkt

(Dunkelblauer Pavillon) Bernard Keller

Leitung Kosten Fr. 15.-Besonderes Gut zu Fuss! Anmeldung bis 5. November

Elco Papier AG

Ein Video gibt Ihnen einen ersten Einblick in das Unternehmen, das jährlich 15 Tonnen Papier verarbeitet. Bei der anschliessenden Führung lernen Sie den Produktionsablauf verschiedener Papier- und Büroartikel kennen.

Datum 20. November

Dienstag, 14.00 - 16.00 Uhr Tag/Zeit 13.55 Uhr vor dem Eingang Elco, Treffpunkt

Tram 6 Richtung Allschwil bis Station Merkurstrasse

Leitung Elco Kosten Fr. 15.-Besonderes Gut zu Fuss! Anmeldung bis 5. November

Wie im Krimi?

Auf der Staatsanwaltschaft Binningen schauen Sie der Strafverfolgungsbehörde auf die Finger. Sie werden darüber unterrichtet, wie die staatlichen Behörden auf eine Straftat reagieren und welche Techniken sie anwenden.

21. November Datum

Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 - ca. 16.30 Uhr Treffpunkt

Staatsanwaltschaft, Binningerstr. 21

Leitung Staatsanwaltschaft Kosten Fr. 15.–

Anmeldung bis 7. November

Natur

Tierpark Lange Erlen

1871 veranlasste der Basler Ratsherr Albert Lotz-Holzach den Tierpark Lange Erlen zu gründen als Naherholungsgebiet für die Stadtbevölkerung. Um die Jahrhundertwende musste der ursprüngliche Standort der Lange Erlen dem Neubau des Badischen Bahnhofs weichen. Zehn verschiedene Hirscharten, Wildschweine, Esel, Ziegen, diverse Vogelarten und Affen haben hier ein Zuhause gefunden und werden von fünf festangestellten Tierpflegern betreut.

Datum 25. September

Tag/Zeit Dienstag, 14.30 – 15.30 Uhr Treffpunkt 14.15 Uhr Station Lange Erlen

von Bus 36 Leitung Lange Erlen Kosten Fr. 15.–

Anmeldung bis 11. September

Etoschahaus im Zoo Basel

Etoscha ist der grösste Nationalpark von Namibia. Unter dem Titel «Fressen und Gefressen werden» wird Ihnen der Naturkreislauf näher gebracht. Die Natur lehrt uns auf unsentimentale Art und Weise den Lauf zwischen Leben – Tod – und neuem Leben.

Datum 1. November

Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.00 Uhr Treffpunkt Vor dem Zoo Haupteingang, Tram

10 Richtung Binningen. Dr. Mauro Bodio

Leitung Dr. Mauro Bodio Kosten Fr. 15.– (exkl. Eintritt Fr. 14.–)

Anmeldung bis 17. Oktober

Reptilien im Basler Zoo

Das Vivarium beherbergt viele spannende Reptilien. Sie hören vom Einfang, Transport, Pflege, Wartung, Ernährung und Verhalten der Tiere. Mit der Schlange, die in uns meist Bewunderung und Ekel zur gleichen Zeit auslöst, können Sie hautnah in Berührung kommen.

Datum 5. November

Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.30 Uhr

Treffpunkt 09.55 Uhr

Eingang Zoologischer Garten Leitung Dr. Joseph Seiler, Biologie Kosten Fr. 15.– (exkl. Eintritt)

Anmeldung bis 22. Oktober

Die Käfer sind da

Mit über 3 Millionen Käfer besitzt das Naturhistorische Museum Basel die grösste Käfersammlung der Welt. Sie werden durch diese Sammlung geführt, die nicht öffentlich zugänglich ist.

Datum 27. November

Tag/Zeit Dienstag, 09.30 – 10.30 Uhr Treffpunkt 09.25 Uhr Eingang des Naturhistorischen Museums,

Augustinergasse 2 Michel Brancucci Fr. 20.— (inkl. Eintritt)

Kosten Fr. 20.– (inkl. Eintritt)
Besonderes Keine Sitzmöglichkeiten
Anmeldung bis 12. November

Gesundheit

Praxis-Klinik Birshof

Sie hören einen kurzen Vortrag über das künstliche Hüftgelenk. Während dem Rundgang durch die Räumlichkeiten erhalten Sie Einblick in sämtliche Bereiche des Hauses. Nach der Führung sind Sie zu einem Apero eingeladen.

Datum 16. Oktober

Tag/Zeit Dienstag, 17.30 – ca. 19.00 Uhr Treffpunkt 17.25 Uhr vor dem Eingang der Klinik, Reinacherstr. 28, Tram 11

bis Spengler

Dr. med. Walter Seelig

Kosten Fr. 15.— Anmeldung bis 1. Oktober

Die Mistel

Leitung

In den Laboratorien der Hiscia wird, basierend auf Angaben von Rudolf Steiner, das Medikament «Iscador» aus der Mistelpflanze hergestellt. Dieses Medikament wurde bekannt durch seine grossen Erfolge bei Krebskranken. Die Führung gibt einen Einblick in den Herstellungsprozess und die Geschichte der Pflanze.

Datum 31. Oktober

Tag/Zeit Mittwoch, 09.30 – 11.00 Uhr Treffpunkt 09.10 Uhr Haltestelle Arlesheim

Dorf / Tram 10 Richtung Dornach Laboratorium

Leitung Laborato Kosten Fr. 15.–

Besonderes Treppenlaufen, 2 Stockwerke

Anmeldung bis 17. Oktober

Bruderholzspital

Sie erhalten einen Einblick in das Alltagsgeschehen vom Bruderholzspital. Dabei führt man Sie durch die Küche, die Notfallstation, die Therapieräumlichkeiten und die Zimmer. Anschliessend wird Ihnen in der Cafeteria Kaffee und Kuchen offeriert.

Datum **2. November**

Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.00 Uhr Treffpunkt 13.55 Uhr vor dem Haupteingang, Bus 37a von Bottmingen

Leitung Eduardo Forgas Kosten Fr. 15.— Anmeldung bis 17. Oktober

Ita Wegman Klinik in Arlesheim

Die Klinik ist das erste anthroposophische Krankenhaus, das noch von Ita Wegman und Rudolf Steiner gegründet wurde. Die Führung gibt Einblick in die Besonderheiten der Pflege und Behandlung.

Datum 23. November
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.30 Uhr
Treffpunkt 13.45 Uhr Arlesheim Dorf/Tram 10
Ruth Slama
Kosten Fr. 15.—

Anmeldung bis 7. November

Blutspendezentrum SRK

Sie erfahren wie gespendetes Blut von Transfusionen in seine Komponenten aufgeteilt und zu verschiedenen medizinischen Produkten verarbeitet wird.

Datum 27. November

Tag/Zeit Dienstag, 14.30 – 15.30 Uhr Treffpunkt 14.25 Uhr vor Hebelstr. 10

Leitung Heidi Lüscher Kosten Fr. 15.–

Ausflüge

Blumeninsel Mainau

Der erste Halt liegt bei der Kartause in Itingen. Dem Untersee entlang fahren Sie zur Blumeninsel Mainau. Dort besuchen Sie das Schmetterlingshaus und die Gartenanlage der Insel. Auf der Rückfahrt machen wir beim Rheinfall einen kurzen Halt.

Datum 11. September

Tag/Zeit Dienstag, 08.00 – ca.19.00 Uhr Treffpunkt 08.00 Uhr Abfahrt Gartenstrasse

mit Robert Saner

Leitung Oscar Frey, Gartenarchitekt Kosten Fr. 106.– (exkl. Mittagessen)

Anmeldung bis 27. August

Gesundheitszentrum Dr. Vogel in Teufen

Ein Erlebnisausflug in den Thurgau und an den Bodensee. Am «Seerücken» fahren wir durch die Obstanlagen des Kantons Thurgau und machen einen Zwischenhalt bei einem Obstbauer (Degustation). Danach nehmen wir im Schloss Hagenwil das Mittagessen ein. Um 14.00 Uhr werden wir im Gesundheitszentrum Dr. Vogel in Teufen erwartet. Dr. Vogel ist einer der bedeutendsten Pioniere auf dem Gebiet der Naturheilkunde. Anschliessend besichtigen wir das Städtchen Teufen.

Datum 27. September

Tag/Zeit Donnerstag, 08.00 – 19.00 Uhr Treffpunkt 08.00 Uhr Abfahrt an der Gartenstrasse mit Robert Saner Bus

Leitung Oscar Frey, Gartenarchitekt
Kosten Fr. 95.– (exkl. Mittagessen)

Anmeldung bis 12. September

Kerzenfabrik in Sursee

Sie werden umfassend in die Kerzenproduktion eingeführt und verfolgen den gesamten Herstellungsprozess, bis zum Verpacken der Kerzen. Bei der Arbeit mit den verschiedenen Wachsen und Dochten muss noch immer einiges an Handarbeit geleistet werden. Die ganze Schweiz wird von dieser Kerzenfabrik beliefert. Im Anschluss an die Führung können Sie sich im Fabrikladen umsehen.

Datum 2. Oktober

Tag/Zeit Dienstag, 12.30 – 18.00 Uhr Treffpunkt 12.40 Uhr auf Perron nach Luzern. Abfahrt 12.53 Uhr. Billette

bitte selber lösen

Leitung Daniel Felder, Herzog AG Kosten Fr. 15.– (exkl. Zugreise) Anmeldung bis 17. September

Mit Rimuss-Champagner stossen alle an!

Nach der Begrüssung wird Ihnen der Film «von der Rebe bis zum goldenen Tropfen» gezeigt. Sie sehen wie die Weine gekeltert und abgefüllt werden. Der anschliessende Rundgang führt Sie durch die Presserei, den Keller, die Abfüllanlage und in die Lagerhalle. Bei der Degustation gibt es nicht nur den «Kinder-Champagner», sondern auch verschiedene Weine und natürlich die besonders guten Traubensäfte.

Datum 3. Oktober

Tag/Zeit Mit Treffpunkt Abf

Mittwoch, 13.00 – 18.00 Uhr Abfahrt 13.00 Uhr an der Gartenstrasse mit Robert Saner Bus

Leitung

Rimuss Leitung Kosten Fr. 56.-

Anmeldung bis 19. September

Raubtiere in Olsberg

Der Dompteur Jürg Jenny geht mit seiner Grosskatzenhaltung einen neuen Weg, indem er seinen Tieren weitläufige Gehege bietet und sie in Dressurstunden beschäftigt und fordert. Er arbeitet in einfühlsamer Weise, ohne Stock und Peitsche, nur durch geduldiges Zureden. Bei der eindrücklichen Arbeit mit acht Tigern und zwei Leoparden können Sie zusehen und Fragen stellen.

Datum 11. Oktober

Donnerstag, 14.00 - ca. 17.30 Uhr Tag/Zeit 14.00 Uhr Abfahrt Gartenstrasse Treffpunkt

mit Robert Saner Bus Jürg Jenny, Dompteur Leitung Fr. 48.— (exkl. Kaffee) Kosten Anmeldung bis 26. September

Bundeshaus Bern

Sie werden durch den Kuppel- und Wandelsaal sowie die Tagungsräume des National- und Ständerats geführt.

15. Oktober Datum

Montag, 08.00 - 11.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 08.00 Uhr Perron nach Bern

08.10 Uhr Abfahrt. Billette bitte

selber lösen Leitung Bundeshaus Kosten Fr. 15.-Anmeldung bis 1. Oktober

Fahrt ins Elsass

Auf diesem Tagesausflug besichtigen Sie verschiedene romanische Kirchen und Kapellen im Elsass: In Murbach die Abteikirche St. Leodegar, in Epfig die Margarethenkapelle (11. Jh.), in Andlau die ehemalige Abteikirche und in Rosenheim die Pfarrkirche St. Peter und Paul.

Datum 18. Oktober

Donnerstag, 08.00 - ca. 18.00 Uhr Tag/Zeit Abfahrt 08.00 Uhr an der Garten-Treffpunkt strasse mit Robert Saner Bus

Gilbert Uebersax Leitung

Kosten Fr. 79.- (exkl. Mittagessen)

Anmeldung bis 3. Oktober

Chrysanthemenschau in Besançon

Jeden Herbst verwandeln Stadt- und Privatgärtner die Altstadt von Besançon in ein Blumenmeer von Chrysanthemen. In den Grünanlagen und auf den Fensterbänken der öffentlichen Gebäude blüht und leuchtet es in allen Farben. Auf der Rückfahrt machen Sie einen «Zvieri-Halt» auf dem «Chapeau de Napoleon» im Val de Travers.

25. Oktober Datum

Donnerstag, 08.00 - ca. 19.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 08.00 Uhr Abfahrt Gartenstrasse

mit Robert Saner Bus

Oscar Frey, Gartenarchitekt Leitung Fr. 91.– (exkl. Mittagessen) Kosten

Anmeldung bis 10. Oktober

Keramikmuseum in Kandern

Die «Töpferstadt» Kandern hat seit 25 Jahren ihr eigenes Keramikmuseum. Das schön renovierte Staffelhaus aus dem 16. Jh. bietet einen nahezu vollständigen Überblick über die Geschichte der Töpferei, eine der ältesten Kulturtechniken der Menschheit.

26. Oktober Datum

Tag/Zeit Freitag, 13.00 – 17.00 Uhr Treffpunkt 13.10 Uhr Busstation 55 bei

Badischer Bahnhof Giselher Haumesser, Museumsleiter

Fr. 15.- (exkl. Busfahrt: Fr. 6.-) Kosten

Besonderes Treppen laufen! Anmeldung bis 10. Oktober

Leitung

Orchideenkultur in Wangen

Während der Hauptblütezeit der Orchidee, im November, werden Sie über den Anbau und die Pflege dieser exotischen Pflanze informiert. Es erwartet Sie ein Meer von in verschiedenen Farben leuchtenden Blüten.

Datum 22. November

Donnerstag, 13.30 - 18.30 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 13.30 Uhr Gartenstrasse,

Robert Saner Bus Oscar Frey, Gartenarchitekt Leitung Kosten Fr. 55.— (exkl. Kaffee) Anmeldung bis 7. November

Erdbeermadonna in Solothurn

Am Morgen besuchen Sie die Verena-Schlucht. Nach dem Mittagessen werden Sie durch das Kunstmuseum geführt. Das Schmuckstück des Museums ist die «Erdbeermadonna», eine der schönsten spätgotischen Mariendarstellungen.

Datum 29. November

Donnerstag, 09.30 – 18.00 Uhr Tag/Zeit Abfahrt 09.30 Uhr mit Robert Treffpunkt Saner Bus, Gartenstrasse

Gilbert Uebersax

Fr. 75.- (exkl. Mittagessen) Kosten

Anmeldung bis 14. November

Grand Hotel Dolder in Zürich

Vorwiegend grosse Prominenz (Hillary Clinton, Jaques Chirac, Elton John,...) übernachtet im Grand Hotel Dolder. Das Jugendstilgebäude wurde vor 102 Jahren eröffnet. Sie machen einen Rundgang. Im Hotel werden Sie zu Kaffee und Kuchen eingeladen. Auf dem Heimweg spazieren Sie mit Führung durch das weihnachtliche Zürich zum Bahnhof zurück.

Datum 5. Dezember

Mittwoch, 12.40 - 19.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 12.40 Uhr auf Perron nach Zürich Abfahrt 12.51 Uhr. Bitte Billette

> selber lösen Hotel Dolder

Leitung Fr. 28.- (inkl. Kaffee und Kuchen) Kosten

Anmeldung bis 14. November

Vorträge

Kultur

z Basel an mym Rhy

Aus dem Buch «Basler Fähren-Geschichten» von Rudolf Graber werden Ihnen einige Texte vorgelesen. Sie beschreiben Basler Alltagssituationen aus der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts. Daneben werden einige Gedichte von Basler Lyrikern vorgetragen.

Datum 24. September Tag/Zeit

Montag, 14.30 – 16.00 Uhr Cafe Spillman, im hinteren Saal Ort Hanspeter Thum, Leitung

Geschichtenerzähler Fr. 15.- (exkl. Kaffee) Kosten Anmeldung bis 10. September

Kino - Kino - Kino

Ein Wiedersehen mit alten Klassikern der Filmkunst aus den 40er bis 60er Jahren. Der Einführungsvortrag widmet sich einem den jeweiligen Film bestimmenden Aspekt – sei es der Star, das Genre oder der Regisseur. Auf dem Programm stehen u.a. Rita Hayworth und Orson Wells «Lady from Shanghai». Im Anschluss an den Film findet, wenn die Teilnehmenden dies wünschen, eine Diskussion bzw. ein Austausch im Restaurant Kunsthalle statt.

19. Okt., 9. Nov., 14. Dez. Daten Tag/Zeit Freitag, 14.45 - ca. 17.30 Uhr Treffpunkt 14.40 Uhr Eingang Stadtkino bei

der Kunsthalle

Franziska Trefzer, Lic. phil. Leitung Filmwissenschaftlerin

Fr. 15.- (exkl. Fr. 9.- Eintritt) Kosten bis 3. Oktober (für den ersten Anmeldung

Vortrag), bis 31. Oktober (für den zweiten), bis 28. November (drit-

ter Vortrag)

Rainer Maria Rilke - ein Literaturzyklus

Heutzutage richtet der Mensch seinen Blick allzusehr auf den zivilisatorischen Fortschritt. Er läuft dabei Gefahr, den Bezug zu seiner Seele zu verlieren. Die Dichtung Rilkes leitet den Blick wieder in die Tiefen eines menschlicheren Daseins. Er stellt damit die Verbindung zum Unsichtbaren wieder her.

Datum 6. - 20. November (3x) Dienstag, 15.15 - 16.15 Uhr Tag/Zeit Ort Kurszentrum Pro Senectute, St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Gilbert Uebersax Fr. 42.

Kosten Anmeldung bis 22. Oktober

Gesundheit

Ernährung im Seniorenalter

An diesem Nachmittag stehen die modernen Prinzipien einer gesunden Ernährung im Vordergrund. Dabei werden «functional food» und Vitaminpräparate, Fasten- und Ent-schlackungskuren erklärt und beurteilt.

25. Oktober Datum

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr Ort Kurszentrum Pro Senectute, St. Alban-Vorstadt 93

Dr. med. Rudolf Schmidt

Kosten Fr. 15.-Anmeldung bis 10. Oktober

Teebaumöl

Leitung

Anhand von Dias werden Sie etwas über die Geschichte des Teebaums und über die Herstellung seines Öls erfahren. Auf Teebaumöl trifft

man u.a. in Körperlotionen, Seifen oder Shampoos. Der starke Geruch dieses Öls beeinflusst auch den Gefühlsbereich und steuert indirekt die Hormone.

Datum 1. November

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr Pro Senectute Kurszentrum, Ort

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Chris Benz Fr. 15.-Kosten Anmeldung bis 17. Oktober

Lebensmittel-Deklaration

Die Etiketten von Lebensmitteln sind zum Teil kaum verständlich. In diesem Vortrag werden Ihnen verschiedene Details im Zusammenhang mit Lebensmitteln und ihrer Beschriftung erklärt.

Datum 8. November

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 - 16.30 Uhr Kurszentrum Pro Senectute, Ort

St. Alban-Vorstadt 93 Dr. h.c. Karl Zürcher

Fr. 15.-Kosten Anmeldung bis 24. Oktober

Leitung

Klassische Homöopathie

Die klassische Homöopathie ist mehr als ein natürliches Heilverfahren. Eine Homöopathin erläutert Ihnen auf welchen Grundsätzen diese Methode aufbaut, welche Philosophie über Gesundheit und Krankheit dahintersteht.

22. November Datum

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 - ca. 16.00 Uhr Kurszentrum Pro Senectute, Ort

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Helen Dubach, Homöopathin Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 7. November

Herzinfarkt und Hirnschlag

Begriffe rund um den Herzinfarkt und den Hirnschlag werden Ihnen erläutert. Es werden Symptome beschrieben, die auf eine solche Gefahr hinweisen. Sie erhalten Tipps, wie Sie bestmöglich einem Infarkt vorbeugen können.

29. November Datum

Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr Tag/Zeit Ort Kurszentrum Pro Senectute,

St. Alban-Vorstadt 93

Dr. Hans Kummer Leitung

Fr. 15.-Kosten

Anmeldung bis 14. November

Alzheimer-Krankheit

Der Vortrag zeigt, neben einer kurzen Einführung in die Krankheit, einen Videofilm. Vor allem Ursachen, Symptome und der Umgang mit dieser Krankheit werden behandelt. Auch werden Möglichkeiten der Vorbeugung erörtert.

12. Dezember Datum

Mittwoch, 14.30 - ca.16.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt Pro Senectute Kurszentrum,

> St. Alban-Vorstadt 93 Peter Graditzky,

Leitung Alzheimervereinigung beider Basel

Fr. 15.-Kosten

Anmeldung bis 28. November

Reisen

Vietnam - ein Dia-Vortrag

Vietnam - Land der Trauer - Land der Hoffnung. Nach turbulenten Kriegsjahren kann das Land wieder bereist werden. Von Hanoi im Norden bis Saigon im Süden sehen Sie grossartige Reislandschaften, quirlige Städte, Pagoden und Paläste.

Datum 15. November

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr Pro Senectute Kurszentrum, Ort St. Alban-Vorstadt 93

Anne-Marie Baumann Leitung

Kosten Fr. 15.-Anmeldung bis 31. Oktober

Island - ein Dia-Vortrag

Isalnd ist die Insel der Vulkane, der kochenden Quellen und der grössten Wasserfälle Europas. Von der Hauptstadt Reykjavik umrunden wir die ganze Insel, erleben einsame Gegenden, eine scheue Bevölkerung, seltsame Landschaften und eigenartige Häuser. Island ist wirklich anders!

Datum

6. Dezember

Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr Tag/Zeit Ort Pro Senectute Kurszentrum, St. Alban-Vorstadt 93 Leitung Anne-Marie Baumann

Kosten Fr. 15.

Anmeldung bis 21. November

Verschiedenes

Farbe und Stil

An diesem Nachmittag werden Sie auf die folgenden Fragen interessante und fachkundige Antworten erhalten:

■ Welche Auswirkungen und Vorteile bringt eine Farb-, Stil- und Modefachberatung?

■ Welche Bedeutungen haben kalte und warme Farben; Farbanalyse und Jahreszeiten?

Datum 24. September

Montag, 14.00 - 17.00 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum, Ort

St. Alban-Vorstadt 93 Edith Gisin, dipl. Farb-,

Leitung Stil- und Modefachberaterin

35.-Kosten

Anmeldung bis 10. September

Schmetterlinge aus der Region

Es wird Ihnen die Entwicklung des Schmetterlings gezeigt. Anhand von Dias sehen Sie seinen wunderbaren Wandel von der Raupe zum majestätischen Falter. Daneben wird Ihnen die Vielfalt der Falter und Raupen aus der Region Basel vorgestellt.

Datum 27. September

Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr Tag/Zeit Kurszentrum Pro Senectute, Ort

St. Alban-Vorstadt 93 Peter Frei

Leitung Kosten Fr. 15.-

Anmeldung bis 12. September

Was ist Tarot?

Tarot, auch «Spiegel der Seele» genannt, ist ein Kartenspiel, welches sich über Bilder und Symbole ausdrückt. Mit Hilfe der 78 Tarotkarten können Lebensphasen durchleuchtet und besser verstanden werden. Sie erfahren etwas über die Herkunft, die Bedeutung und die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten der Karten.

19. Oktober Datum

Freitag, 14.30 - 16.30 Uhr Tag/Zeit Kurszentrum Pro Senectute, Ort St. Alban-Vorstadt 93 Irene Schneider-Uebersax Leitung

Kosten Fr. 25.-Anmeldung bis 3. Oktober

Numerologie - Wissenschaft der Zahlen

Diese uralte Weisheit der Zahlen soll sogar älter als die Astrologie sein. Die Numerologie nimmt an, dass Geburtsdatum sowie der Name eines Menschen dessen Charaktereigenschaften, Fähigkeiten und Begabungen widerspiegeln. Der Vortrag erläutert diese Wissenschaft.

3. Dezember Datum

Tag/Zeit Montag, 14.00 - 17.00 Uhr Pro Senectute Kurszentrum, Ort

St. Alban-Vorstadt 93 Edith Gisin

Leitung Fr. 35.-Kosten Anmeldung bis 19. November

Und ausserdem...

Kochkurse

Herbstliche Phantasien!

Es wird gekocht, gegessen, gelacht! Unter kundiger Leitung werden Sie in die Kochkunst eingeführt. Es werden einfache aber abwechslungsreiche Mahlzeiten (Pilze und Wild etc.) zubereitet. Viel Vergnügen!

10. und 17. Oktober (2x) Datum Mittwoch, 10.00 - 14.00 Uhr Tag/Zeit Migros Klubschule, Jurastrasse 4, Ort

Nähe Tellplatz René Imark Leitung Fr. 140.-Kosten Anmeldung bis 26. September

Asiatische Spezialitäten!

Es werden einfache aber abwechslungsreiche Wok-Gerichte zubereitet. Viel Vergnügen!

19. und 26. Oktober (2x) Datum Freitag, 10.00 - 14.00 Uhr Tag/Zeit Ort Migros Klubschule, Jurastrasse 4,

Nähe Tellplatz Frau Jansky-Kim Leitung Kosten Fr. 140.-Anmeldung bis 3. Oktober

Geistige Fitness / Gedächtnistraining

Möchten Sie geistig beweglich bleiben? Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis auf abwechslungsreiche Art. Dabei stützen wir uns auf die Erkenntnisse der Hirnforschung. Die Anregungen, Tipps und Memoriertechniken, die Sie in diesem Kurs lernen, können Ihnen den Alltag um Vieles erleichtern.

Grundkurs

Daten 15. Oktober – 3. Dezember Montag, 15.00 – 16.30 Uhr Tag/Zeit Anmeldung bis 1. Oktober

Fortsetzungskurs

Voraussetzung: Besuch des Grundkurses
Daten

2. Oktober – 20. November
Tag/Zeit
Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr
Ort
Pro Senectute Kurszentrum,
St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Theres Weigel-Gysel Kosten Fr. 142.– (8x) Anmeldung bis 19. September

Tarotkurs

Auf unterhaltsame und unkomplizierte Art lernen Sie die wichtigsten Bedeutungen und Symbole der 22 Hauptkarten kennen. Tarot bietet den Raum zur Auseinandersetzung mit den verschiedensten Lebensthemen. Es wird Ihnen auch gezeigt, wie Sie die Karten anhand eines einfachen Systems legen können. Tarot macht Ihren Alltag bunt!

Daten
Tag/Zeit
Ort
Current St. Alban-Vorstadt 93
Leitung

26. Oktober – 9. November
Freitag 14.30 – 16.30 Uhr
Kurszentrum Pro Senectute,
St. Alban-Vorstadt 93
Irene Schneider-Uebersax

Kosten Fr. 74.– (3x)

Besonderes Falls vorhanden, bitte Tarotkarten

mitbringen.

Anmeldung bis 10. Oktober

Spiele erleben - Fortsetzung

Voraussetzung: Besuch des ersten Kurses! Spielen Sie wieder mit? Möchten Sie Ihre Erkenntnisse aus dem ersten Kurs «Spiele erleben» vertiefen? Je nach Interesse werden wir diese bereits bekannten Spiele gemeinsam spielen sowie Neues dazulernen

Daten 27. Nov. – 18. Dezember (4x)
Tag/Zeit Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum,
St. Alban-Vorstadt 93
Theres Weigel-Gysel

Leitung Theres Weig Kosten Fr. 58.—

Anmeldung bis 12. November

Musik, Malen, Gestalten

Langzeitkurse

Malen und Mischtechnik Donnerstag, 09.30 – 11.00 Uhr

Nassmalen

Mittwoch, 09.30 - 11.30 Uhr

Aquarellieren

Dienstag, 09.00 – 11.00 Uhr

Malen und Zeichnen

Freitag, 14.30 - 16.00 Uhr

Altflötenkurse

Mittwoch, 08.15 – 09.15 Uhr Mittwoch, 09.15 – 10.15 Uhr

Blockflötenspiel

Freitag, 09.30 - 10.45 Uhr

Chor

Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr

Musik

Altflöten für fortgeschrittenen Anfänger

Für eine bestehende Flötengruppe suchen wir noch einige Leute, die Freude am Musizieren haben.

Tag/Zeit Mittwoch, 09.15 – 10.15 Uhr Ort Horst, Waisenhaus,

Theodorskirchplatz 7
Leitung Elisabeth Buess
Kosten Fr. 160.– (20x)

Besonderes Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Es kann mit der Altflöte eine Schnupperstunde gemacht werden.

Malen

Bauernmalerei

Anfänger und Fortgeschrittene werden individuell durch den Kurs geführt. An kleinen Gegenständen wird geübt. Vom Kleiderbügel bis maximal zur Grösse des Schirmständers lernen Sie die Kunst der Bauernmalerei kennen.

Daten
Tag/Zeit
Ort

23. August – 25. Oktober (8x)
Donnerstag, 14.30 – 16.30 Uhr
Pro Senectute Kurszentrum,
St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Suzanne Senn

Kosten Fr. 170.— (exkl. Material)

Anmeldung bis 20. August

Malen und Zeichnen

Auch in diesem Kurs werden Anfänger und Fortgeschrittene individuell durch den Kurs geführt. Sie lernen den Umgang mit dem von Ihnen gewählten Farbmaterial und den Vorlagen.

Daten

28. Sept. – 14. Dez. (10x)
ausser 5. und 12. Oktober
Tag/Zeit
Ort

Pro Senectute Kurszentrum,
St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Suzanne Senn

Kosten Fr. 130.— (exkl. Material)
Anmeldung bis 12. September
Anmeldung bis 14. September

Mandala malen

Mandala bedeutet Kreis und kommt aus dem Altindischen. Wenn der Kreis als Symbol eine sinnbildliche Bedeutung enthält, dann spricht man von einem Mandala. Das Malen von einem Mandala ist ein besinnlicher und zugleich ein schöpferischer Prozess, der die seelischen Kräfte stärkt.

Daten
Tag/Zeit
Ort
Tag/Xeit
Ort
Tag/Xeit
Ort
Tag/Xeit
Ort
Tag/Xeit
Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr
Kurszentrum Pro Senectute,
St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Edith Gisin

Kosten Fr. 117.– (exkl. Material)

Anmeldung bis 31. Oktober

Gestalten

Kalligraphie

In diesem Kurs lernen Sie die Fraktur-Schrift, die sich gegen Ende des 15. Jh. aus der gotischen Schrift entwickelte. Unter individueller Anleitung lernen Sie den Umgang mit Feder und Tinte. Sie gestalten Einladungen, Glückwunschkarten und vieles mehr.

Daten
7. Sept. – 9. Nov. (8x)
(ohne 5.10 und 12.10.)
Tag/Zeit
Ort
Pro Senectute Kurszentrum,
St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Edith Gisin

Kosten Fr. 142.– (exkl. Material ca. Fr. 20.–, direkt im Kurs zu bezahlen)

Anmeldung bis 22. August

Weihnachtsschmuck

Aus Perlen werden Sie lernen Ihren ganz persönlichen Weihnachtsschmuck zu gestalten. Sie machen Sterne und Weihnachtskugeln, die Sie auch zur Dekoration von Päckchen brauchen können.

Daten
Tag/Zeit
Ort

14. und 21. November (2x)
Mittwoch, 14.00 – 17.00 Uhr
Kurszentrum Pro Senectute,
St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Rosmarie Moor

Kosten Fr. 55.– (exkl. Material ca. Fr.

20.-, direkt im Kurs zu bezahlen)

Anmeldung bis 24. Oktober

EDV

Schnuppertag

Wir möchten Sie ganz herzlich zu unserem EDV-Schnuppertag einladen.

Datum: **18. September 2001**Zeit: 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr

14.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Ort: Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93/95 (Lift)

Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter stellen Ihnen das Kursangebot vor. Die Vorträge dauern ungefähr eine halbe Stunde und finden zu folgenden Zeiten statt:

10.00 / 11.00 / 14.00 / 15.00 Uhr

In den Pausen zwischen den Vorträgen können Sie sich persönlich beraten lassen. Vielleicht möchten Sie aber auch einen Computer testen?

Am Schnuppertag ist unser Café am Morgen und am Nachmittag geöffnet.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Unser aktuelles Kursangebot

In **Kleingruppen** mit 4 – 6 TeilnehmerInnen erlernen Sie auf neuesten Geräten in sechs resp. vier Doppellektionen das Arbeiten mit dem PC.

Wir arbeiten mit dem Betriebssystem Windows '98 und den Anwendungsprogrammen aus Office 2000.

Nach dem Einführungskurs können Sie folgende Aufbaukurse besuchen: «Textverarbeitung 1, 2 und 3», «Tabellenkalkulation 1 und 2» und «Surfen im Internet 1 und 2».

Vertiefungskurse: «Installationskurs», «Bildbearbeitung» und «Homepage».

Wenn Sie eine Homepage erstellen möchten, empfiehlt es sich, vorher die Bildbearbeitung zu lernen. Kursdaten Kursort

laufend auf Anfrage Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Üben

Frauenkurse ab August ist der Montagnachmittag für Frauenkurse reserviert Haben Sie keinen Computer zu Hause und auch sonst keine Gelegenheit zum Üben? Ab sofort können Sie einmal pro Woche 2 Stunden bei uns im Kursraum üben. Eine Kursleiterin hilft Ihnen, wenn Sie nicht mehr weiter kommen. Genauere Informationen erhalten Sie beim Sekretariat.

Einführungskurs

Am Ende des Einführungskurses können Sie den Computer starten, herunterfahren, die Maus bedienen, Texte schreiben, Fehler korrigieren, nachträglich Wörter und Sätze einfügen oder verschieben. Sie wissen, wie man eine Datei, also zum Beispiel einen Text, speichert und ausdruckt. Dateien und Ordner können Sie erstellen, öffnen, schliessen und löschen, und Sie wissen, wie diese im «Gedächtnis» des Computers angeordnet sind. Zudem erhalten Sie Informationen über die Geschichte, die Funktionsweise und die weiteren Verwendungsmöglichkeiten von Computern. Wenn es künftig um Bits und Bytes, Windows, Dialogboxen, Peripheriegeräte, Taskleisten und Ähnliches geht, wissen Sie, wovon die Rede ist.

Voraussetzungen: Keine, ausser Interesse und Lust, sich mit dem Computer zu beschäftigen.

Kosten pro Kurs à 12 Lektionen Fr. 360.- (inkl. Unterlagen)

Aufbaukurse

Textverarbeitung 1

In diesem Kurs wiederholen und vertiefen Sie den Stoff des Einführungskurses. Zudem setzen Sie Tabulatoren, zentrieren Titel und verändern Schriftart und -grösse. Nach diesem Kurs können Sie Ihre Texte professionell gestalten. Sie wissen auch, wie man mit dem Explorer arbeitet und wie man einen Absatz formatiert.

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse des Betriebssystems Windows 95/98 oder Besuch des Einführungskurses.

Besonderes: Es besteht die Möglichkeit, nach dem Besuch eines Aufbaukurses einen Folgekurs zu besuchen.

Kosten pro Kurs à 12 Lektionen: Fr. 360. – (inkl. Unterlagen)

Textverarbeitung 2

Sie wiederholen und vertiefen den Stoff von «Textverarbeitung 1». Zudem erstellen Sie Tabellen und Vorlagen in Word. Sie arbeiten mit der Rechtschreibeprüfung und der Funktion «suchen und ersetzen».

Nach diesem Kurs können Sie mit Office 2000 zeichnen und wissen, wie man Symbolleisten und Menüs einrichtet.

Voraussetzungen: Gute bis sehr gute Kenntnisse des Betriebssystems Windows 95/98 oder Besuch des Aufbaukurses «Textverarbeitung 1».

Textverarbeitung 3

Sie wiederholen und vertiefen den Stoff von «Textverarbeitung 2». Nach diesem Kurs können Sie mit grossen Dokumenten und mit Formularen arbeiten. Ein weiterer Schwerpunkt des Kurses ist der Serienbrief. In Zukunft wird es kein Problem mehr für Sie sein, Adresslisten und Etiketten zu erstellen. Einen grösseren erledigen Sie mühelos.

Voraussetzungen: Sehr gute Kenntnisse des Betriebssystems Windows 95/98 oder Besuch des Aufbaukurses «Textverarbeitung 2».

Tabellenkalkulation 1

Das Programm «Microsoft Excel» bietet die Möglichkeit, Budgets und Rechnungen zu erstellen. Nach diesem Kurs sind Sie in der Lage, selber Daten einzugeben, Tabellen übersichtlich zu gestalten, mit Excel zu rechnen und Ihre Zahlenwerte in Grafiken umzusetzen. Sie können aber auch Adresslisten anlegen und nach verschiedenen Kriterien sortieren. Vor allem für die Vereinsarbeit ist dieses Programm eine grosse Hilfe.

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse des Betriebssystems Windows 95/98 oder Besuch des Einführungskurses.

Kosten pro Kurs à 12 Lektionen: Fr. 360.- (inkl. Unterlagen)

Tabellenkalkulation 2

Sie wiederholen und vertiefen den Stoff von «Tabellenkalkulation 1». Nach diesem Kurs können Sie sich in der Tabelle effizienter bewegen. Sie kennen die gängigen Funktionen (z.B. SUMME, MITTELWERT, RUNDEN, WENN) und wissen, wie man Zahlenformate definiert. Ein weiterer Schwerpunkt ist das detaillierte Arbeiten mit Diagrammen, das Verwenden von Namen statt Bezügen, der Einsatz von Formatund Mustervorlagen, der Datenaustausch mit Word und mehr.

Voraussetzungen: Gute bis sehr gute Kenntnisse des Betriebssystems Windows 95/98 oder Besuch des Aufbaukurses «Tabellenkalkulation 1».

Kosten pro Kurs à 12 Lektionen: Fr. 360.- (inkl. Unterlagen)

Surfen im Internet 1

In einer kleinen Gruppe von 4 – 6 Teilnehmerlnnen lernen Sie das Internet kennen. Sie haben die Gelegenheit, unter fachkundiger Anleitung im Internet zu surfen. Nach diesem Kurs können Sie Informationen gezielt suchen und per Mail kommunizieren.

Voraussetzungen: Besuch eines Einführungskurses oder Grundkenntnisse.

Kosten für Internetkurse à 12 Lektionen: Fr. 390.— (inkl. Unterlagen)

Surfen im Internet 2

Der Stoff vom Kurs «Surfen im Internet 1» wird wiederholt. Sie lernen, Ihre Mails und das Adressbuch zu verwalten. Nach dem Kurs können Sie Bilder und komprimierte Dateien verschicken. Wenn jemand von Chat oder Newsgroups spricht, wissen Sie wovon die Rede ist. Im Kurs haben Sie auch die Gelegenheit, individuelle Fragen zu stellen.

Voraussetzung: Besuch des Kurses «Surfen im Internet 1».

Kosten für Internetkurse à 12 Lektionen: Fr. 390.— (inkl. Unterlagen)

Vertiefungskurse

Installationskurs

Nach diesem Kurs können Sie den elektronischen Fahrplan, das Telefonbuch, ein Spiel oder eine Standardsoftware auf Ihrem Computer installieren und auch wieder entfernen. Sie wissen, welche Dateien Sie problemlos löschen können und wo Vorsicht geboten ist.

Voraussetzungen: Gute bis sehr gute Kenntnisse des Betriebssystems Windows 95/98 oder Besuch eines Aufbaukurses.

Kosten pro Kurs à 8 Lektionen: Fr. 240. – (inkl. Unterlagen)

Bildbearbeitung

Mit dem Programm «Adobe Photoshop 5.0 light» lernen Sie die Bildbearbeitung kennen. Nach dem Kurs können Sie Bilder einscannen, Bildteile auswählen, die Helligkeit und den Kontrast verändern, mit Farben experimentieren, die Bildgrösse einstellen und vieles mehr.

Sie arbeiten unter anderem mit Bildern, die Sie mit in den Kurs nehmen. Die bearbeiteten Bilder brennen wir auf CD oder drucken sie auf ein spezielles Fotopapier.

Voraussetzung: Einführungs- und Aufbaukurs oder gute bis sehr gute Anwendungskenntnisse.

Besonderes: Es empfiehlt sich, das Programm vor dem Kurs zu kaufen. Auch wer mit MAC arbeitet, kann diesen Kurs besuchen.

Kosten pro Kurs à 12 Lektionen: Fr. 360.— (inkl. Material)

Homepage

Unter fachkundiger Anleitung erstellen Sie eine Homepage für Ihren Verein oder Ihr Geschäft. Sie arbeiten mit Bildern, Links und einfachen Animationen. Zudem erfahren Sie etwas über die Internet-Programmiersprache.

Voraussetzung: Gute bis sehr gute Kenntnisse des Betriebssystems Windows 95/98 oder Besuch eines Aufbaukurses.

Kosten pro Kurs à 12 Lektionen: Fr. 390.— (inkl. Unterlagen)

Sprachen

Schnupperwoche

vom 22. bis am 26. Oktober

Möchten Sie einen Sprachkurs besuchen? Möchten Sie den Unterrichtsstil unserer Lehrerinnen und Lehrer kennen lernen?

Dann kommen Sie doch vorbei! Die Anfangszeiten der einzelnen Lektionen finden Sie hier im Akzent auf Seite R15/R16.

Wenn Sie nicht sicher sind, welches Niveau Ihren Kenntnissen entspricht, dann wenden Sie sich bitte an Frau Sabina Brücker, Tel. 206 44 44 (jeweils am Morgen).

Unser Café ist während der Schnupperwoche am Morgen und am Nachmittag geöffnet.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Langzeitkurse

Lieben Sie Italien? Verbringen Sie Ihre Ferien gerne in Spanien? Haben Sie Verwandte in der Romandie? Oder möchten Sie Ihr Schulenglisch auffrischen?

Butzemummel.

Wemmen uff baseldytsch mit Kinder oder iber Kinder redt, bruucht men en aigeni Sprooch, wo d Weerter zem Dail nimmen alle Lyt glaifig sinn. Wenn e Kind bim Aesse s Gsicht und s Glaidli dräggig macht, duet s druele. Wenn s im Wasser ummespritzt, duet s gaitsche. Dno mien mer em e ney Heesli aaleege (nit aazie). Dr dytsch «Knäuel» isch bi uns e Gnungele, uus Grälleli macht men e Kettene (nit Ketti), und besser als Bilderbuech deent Helgebuech. Was mer im e Maiteli in d Hoor binde, isch e Lätsch (nit e Schlaife), und luegt s drno unzfriide dry, no macht s e Lätsch. Em Kindergaarte het me friener Hääfelischuel gsait, well die Glaine deert no uff de Hääfeli ummegrutscht sinn. Wie beweege sich lääbhafti Kinder? Si wuusele, grobble, wääbere, fäägnäschte, gischplen und gaissen uff dr Matte (nit Wiise) umme. Wenn son e glaine Schnuuffer grooss aagit, macht er sich grutig.

Wär wurd nit gäärn e rundlig Kind, e Bummerli, ummebuttle? Wemme s waarm yypaggt, duet me s ymummele. S Wort het z due mit «vermummt». Soom ene Kind het men amme Butzemummel gsait. Butz isch en alten Uusdrugg fir Gschpängscht oder Fasnachtsmassge. Als «Butzenwerk» isch in frienere Sittemandat d Fasnacht verbotte worde. Dr glai Butzemummel isch also sproochlig verwandt mit de Röllibutze, den «Usserschwyzer» Fasnachtsnaare.

Carl Miville-Seiler

Dann sind Sie bei uns am richtigen Ort: Wir bieten über sechzig Sprachkurse an.

Hauptsprachen:

Englisch

Italienisch

Französisch

Spanisch

Stufen

Anfängerinnen und Anfänger Fortgeschrittene Anfängerinnen und Anfänger Leichte Mittelstufe Mittelstufe Fortgeschrittene Mittelstufe Oberstufe/Konversation/Lektüre

Anmeldung

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

Fr. 175. – pro Semester à 19 Lektionen

Zur Zeit finden folgende Langzeit-Sprachkurse

Englisch für Leute, die nicht gut hören

Anfängerinnen und Anfänger:

NEUER KURS

Datum ab 17. September Montag, 14.00 bis 14.50 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum Ort St. Alban-Vorstadt 93

Eliane Flach Leitung

Kosten Fr. 130.- (Kurzsemester) Anmeldung bis 3. September

Besonderes Kleingruppe (4 – 6 Personen)

Englisch

Anfängerinnen und Anfänger Datum ab 17. September

Tag/Zeit Montag, 10.40 - 11.30 Uhr Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93 Leitung **Brigitt Freimann** Kosten Fr. 150.- (Kurzsemester) Anmeldung bis 3. September

Fortgeschrittene Anfängerinnen und Anfänger:

Montag, 08.30 Uhr Montag, 11.00 Uhr Montag, 14.00 Uhr Montag, 15.00 Uhr Montag, 16.00 Uhr Dienstag, 08.20 Uhr Dienstag, 10.30 Uhr Mittwoch, 14.00 Uhr Mittwoch, 16.00 Uhr Donnerstag, 08.45 Uhr Donnerstag, 09.45 Uhr Donnerstag, 10.45 Uhr Donnerstag, 16.00 Uhr Freitag, 08.30 Uhr

Leichte Mittelstufe:

Montag, 09.15 Uhr Montag, 10.15 Uhr Mittwoch, 10.30 Uhr Donnerstag, 10.30 Uhr Freitag, 09.30 Uhr

Mittelstufe:

Dienstag, 08.30 Uhr Dienstag, 09.30 Uhr Dienstag, 10.30 Uhr Mittwoch, 08.30 Uhr Mittwoch, 09.30 Uhr Mittwoch, 15.00 Uhr Freitag, 08.30 Uhr

Fortgeschrittene Mittelstufe:

Montag, 09.35 Uhr Dienstag, 09.20 Uhr Dienstag, 15.15 Uhr Mittwoch, 09.30 Uhr Donnerstag, 09.30 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 15.00 Uhr Mittwoch, 10.30 Uhr Donnerstag, 08.30 Uhr Donnerstag, 09.30 Uhr

Französisch

Anfängerinnen und Anfänger:

Kurszeiten auf Anfrage

Fortgeschrittene Anfängerinnen und Anfänger:

Dienstag, 14.00 Uhr Donnerstag, 09.45 Uhr

Leichte Mittelstufe:

Montag, 09.00 Uhr

Oberstufe

Dienstag, 15.00 Uhr Donnerstag, 08.30 Uhr

Italienisch

Leitung

Anfängerinnen und Anfänger:

Datum ab 25. Oktober Donnerstag, 15.00 - 15.50 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum Ort

St. Alban-Vorstadt 93 Anna Giovannelli

Fr. 90.-Kosten

(Kurzsemester à 9 Lektionen)

Anmeldung bis 11. Oktober

Fortgeschrittene Anfängerinnen und Anfänger:

Dienstag, 09.30 Uhr Dienstag, 10.30 Uhr Dienstag, 14.00 Uhr Mittwoch, 08.30 Uhr Mittwoch, 09.30 Uhr Donnerstag, 14.00 Uhr

Leichte Mittelstufe:

Dienstag, 15.00 Uhr Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Dienstag, 08.45 Uhr Mittwoch, 10.45 Uhr

Fortgeschrittene Oberstufe/ Konversation / Lektüre Dienstag, 16.30 Uhr (Kleingruppe)

Spanisch

Anfängerinnen und Anfänger:

Kurszeiten auf Anfrage

Fortgeschrittene Anfängerinnen und Anfänger:

Montag, 08.30 Uhr Montag, 09.30 Uhr Montag, 10.00 Uhr Montag, 10.30 Uhr Mittwoch, 09.30 Uhr Mittwoch, 10.30 Uhr Freitag, 08.30 Uhr

Mittelstufe:

Freitag, 09.30 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Donnerstag, 10.45 Uhr

Sprachkurse für Kleingruppen

Auf Wunsch organisieren wir gerne einen Kurs, der speziell auf Ihre Kleingruppe (4 - 6 Personen) zugeschnitten ist. Preis auf Anfrage.

Kurzzeitkurse

Reisekoffer

Englisch, Französich, Italienisch, Spanisch auf Anfrage

Konversationsclubs

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch auf Anfrage

Filmclubs

English Film Club

Who would be interested in seeing and discussing a variety of English/American films? We offer 4 films with following discussion group.

Good knowledge of English required.

Mid August - October Date (by agreement)

Wednesday 15.00 - 16.15 Day/Time

(4 x 1½ Lessons)

Place Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93 Fr. 100.— (excl. cinema ticket)

Price by 30.07.01 Enrolment

15.08.01, 15.00 Start The film afternoons/evenings will **Extras**

be accompaned by Elaine Clement. The first meeting will be on 15.8. when all future dates for the course will be discussed.

Cinema club in italiano

Chi desidera vedere alcuni film italiani con successiva dicussione? Guarderemo da 3 a 4 videofilm.

Quando sarà possibile andremo anche insieme al cinema. Sono richieste buone conoscenze della lingua italiana.

settembre - dicembre Date

(da stabilire)

venerdì ore 15.30 – 16.45 (6x) Giorno/ora Luogo Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Responsabile Anna Giovannelli

Costi Fr. 100.-

(escluso l'entrata al cinema)

Iscrizione fino al 17 settembre 1° incontro 21 settembre, ore 15.30

Particolarità Gli altri appuntamenti saranno fissati insieme il 21 settembre

Cine club en español

¿Le gustaría ver algunas películas españolas y sudamericanas y participar después de cada película en una discusión? Le ofrecemos de dos a cuatro películas en vídeo. Si se nos presenta la ocasión, iremos también todos juntos al cine.

Se requiere buenos conocimientos de español.

Fecha: fines de septiembre a fines de diciembre

Día/Hora: viernes, de 10.30h a 11.45h (6x) Pro Senectute Kurszentrum Lugar:

St. Alban-Vorstadt 93

Instructora: Erica Chávez

100 francos (sin la entrada al cine) Costo: Inscripción: hasta el 17 de septiembre

1° fecha: 21 de septiembre, 10.30h Importante: Las fechas restantes se fijarán con el grupo de participantes el

día de 21 septiembre

Ciné club en français

en printemps

Geschichten für alle Jahreszeiten

Autumn Stories

«when fall is falling winter awaiting...»

There's time to read und reflect the impermanence of life. In a small group of 4 - 6 people we will chose and discuss topical and literary texts.

Good knowledge of English required.

17th, 24th Sept., 1st, 8th Oct. (4x) Date Monday, 15.00 - 15.50 Day/Time

Place Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93

Teacher Eliane Flach Fr. 76.-Price by 30th Enrolment

Small group (4 – 6 Persons) Extras

Storie autunnali in italiano

Leggiamo insieme dei testi e delle canzoni concernenti l'autumno con relative discussioni.

Sono richieste buone conoscenze dell'italiano.

Date 24 settembre 1, 8, 15 ottobre

(4 volte)

Lunedì, 09.30 - 10.20 Giorno/ora Pro Senectute Kurszentrum Luogo

St. Alban-Vorstadt 93 Responsabile Anna Giovannelli

Costi Fr. 76.-

Iscrizione fino al 6 settembre

Particolarità Kleingruppe (4 – 6 Personen)

Curso de español en el otoño

¿Quieres leer, entender e interpretar cuentos y

canciones en español? Entonces no lo pienses más, inscríbete.

Requisito: Buenos conociemientos de español

21 y 28 de Sept., 5 y 12. Oct. Fechas:

(4x)

Día/Hora: Viernes, 10.30 h a 11.45 h Pro Senectute Kurszentrum Lugar:

St. Alban-Vorstadt 93

Instructora: Mirta Maggi Fr. 114.-Costo Inscripción: hasta el 22.10.01 Particularidad Grupo de 4 – 6 personas

Des Comptes d'automne en français

en printemps

Deutsch

Ort

Deutsch für Fortgeschrittene

Kommen Sie aus der Romandie, aus dem Tessin oder aus England? Leben Sie schon lange in der Deutschschweiz? Nach diesem Kurs machen Sie beim Schreiben weniger Fehler. Wir repetieren die Fälle, den Satzbau und die Verben. Sie haben ebenfalls die Gelegenheit, ihr mündliches Hochdeutsch anzuwenden.

Daten 7. November - 23. Januar

(10 x 1½ Lektionen, ohne 2.1.02) Mittwoch, 16.00 – 17.15 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum +goM

St. Alban-Vorstadt 93

Marianne Egloff Kursleitung Kosten Fr. 285.bis 22. Oktober Anmeldung

Besonderes Kleingruppe (4 – 6 Personen)

Deutsch für Deutschsprachige

Sie möchten jemandem gratulieren oder Freunde zu einem kleinen Fest einladen. Sie müssen Ihrer Krankenkasse einen Brief schreiben. Aber Sie finden die richtigen Worte nicht. Nach diesem Kurs können Sie sich klarer, verständlicher und trotzdem lebendig ausdrücken. Sie fühlen sich sicherer beim Schreiben und können je nach Bedarf zwischen verschiedenen Stilen wählen.

5. November - 21. Januar Daten

(10 Lektionen)

Montag, 16.00 bis 16.50 Uhr Tag/Zeit Pro Senectute Kurszentrum Ort

St. Alban-Vorstadt 93 Rhea Kyvelos

Kursleitung Fr. 190.-Kosten Anmeldung bis 22. Oktober

Besonderes Kleingruppe (4 – 6 Personen)

Sport und Wellness

Pro Senectute Basel Stadt organisiert ihr Sportangebot in Zusammenarbeit mit dem Sportamt Basel-Stadt. Frauen und Männer ab 50 Jahren sind herzlich willkommen!

Die Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Gym60-Turnen

Für bewegungsgewohnte Frauen und Männer in Turnhallen oder Gymnastikräumen. In unseren Gruppenstunden wird die allgemeine Kondition gefördert. Wir bewegen uns zu rassiger Musik mit und ohne Handgeräte. Auch Spiel und Entspannung kommen nicht zu kurz. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt).

Das Gym60-Turnen findet - ausser in den Schulferien - immer zu den angegebenen Zeiten statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement

Fr. 90.exkl. MWST

Gotthelfschulhaus

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

Missionshaus-Turnhalle

Nonnenweg 34 Mittwoch, 14.30 Uhr

Zwinglihaus

Gundeldingerstr. 370

Freitag, 13.45 Uhr (nur Männer)

Turnhalle Pro Senectute

Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7 Montag, 08.30, 09.30, 14.00 Uhr

Montag 16.00 Uhr (nur Frauen), 17.00 Uhr (nur Frauen)

Lunedì, ore 10.30 corso tenuto in lingua italiana Dienstag, 08.30, 09.30 Uhr (nur Frauen),

14.00 Uhr

Donnerstag, 08.30, 09.30, 14.00, 16.00 Uhr

(nur Frauen), 17.00 Uhr

Giovedì, ore 10.30 corso tenuto in lingua italiana

Neue Gym60-Turngruppe nur für Männer

Daten	Beginn 18. Oktober
	Der Kurs findet – ausser in den
	Schulferien – immer statt.
Tag/Zeit	Donnerstag, 15.00 – 16.00 Uhr
Ort	Turnhalle Pro Senectute,
	Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7
Leitung	Susanne Hattler-Kretzer
Kosten	Fr. 50.— exkl. MWST (1/4-Jahr-Abo)
Anmeldung	bis 4. Oktober
	Schnupperstunde am 27. Sept.
	von 15.00 – 16.00 Uhr

Gymnastik und Spiel

Bei fröhlichem Ballspiel beweglich, fit und reaktionsfähig bleiben.

Datum	Der Kurs findet – ausser in den
	Schulferien – immer statt.
Tag/Zeit	Dienstag, 15.00 – 16.00 Uhr
Ort	Turnhalle Pro Senectute,
	Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7
Leitung	Agnes Voltz
Kosten	Halbjahres-Abonnement
	Fr. 90.– exkl. MWST
Anmeldung	nicht erforderlich,
	Eintritt jederzeit möglich
	Schnupperstunde am 25. Sept.
	Seniapperstande din 251 Septi

von 15.00 - 16.00 Uhr

Turnen

Für weniger geübte Frauen und Männer in verschiedenen Lokalen und Gymnastikräumen. Das Ziel unserer Gruppenstunden ist es, die Beweglichkeit zu erhalten und zu verbessern, die Muskulatur zu kräftigen und das Gleichgewicht zu schulen. Spiel, Spass und Musik sind ebenso enthalten wie Atmung und Entspannung. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt).

Die Turnstunden finden – ausser in den Schulferien – immer zu den angegebenen Zeiten

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement

Fr. 90.exkl. MWST

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, 14.45 Uhr (nur Frauen)

Eglise française

Holbeinplatz 7

Groupe de langue française Vendredi, 14.30 h (seulement des femmes) Vendredi, 09.00 h (seulement des femmes)

Gellertkirche

Christoph Merian-Platz 5 Dienstag, 09.00 Uhr

Gundeldingerhof Alterssiedlung

Bruderholzweg 3

Donnerstag, 09.00 Uhr, Mittwoch 14.30 Uhr

St. Leonhard Alterssiedlung

Schweizergasse 23 Freitag, 14.30 Uhr

Ökolampad Gemeindehaus

Allschwilerplatz 22

Dienstag, 09.30 Uhr (nur Männer), 14.30 Uhr

Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung

Donnerstag, 08.45 Uhr (nur Frauen),

10.00 Uhr (nur Männer) Radsporthalle

Luzernerringbrücke

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

Stephanus Gemeindehaus

Furkastrasse 12 Dienstag, 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, 10.00 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

Glaibasel Altersheim

Sperrstrasse 100 Donnerstag, 14.00 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus

Wiesendamm 30

Montag, 14.00 Uhr, Dienstag, 14.45 Uhr

Rankhof Alterssiedlung

Rankhof 10, Saal Freitag, 09.30 Uhr

St. Markus Gemeindehaus

Kleinriehenstrasse 71 Donnerstag, 09.30 Uhr

St. Matthäus Gemeindehaus

Klybeckstrasse 95 Montag, 14.30 Uhr

Dienstag, 09.30 Uhr (nur Männer)

St. Theodor Gemeindehaus

Claragraben 43 Mittwoch, 14.15 Uhr

Donnerstag, 09.00 Uhr

Turnhalle Pro Senectute Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7

Montag, 15.00 Uhr Dienstag, 10.30 Uhr

Wesleyhaus Alterssiedlung

Hammerstrasse 88 Montag, 15.00 Uhr

Riehen

Andreashaus

Keltenweg 41

Montag, 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (nur Männer)

Diakonissen-Schwesternhaus, Turnsaal

Schützengasse 66 Montag, 14.15 Uhr Mittwoch, 09.30 Uhr

St. Franziskus Pfarreiheim

Äussere Baselstrasse 168 Mittwoch, 09.00 Uhr Kornfeldkirche Kornfeldstrasse 51

Dienstag, 14.30 Uhr

Senioren-Aerobic

Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit werden in diesem Kurs trainiert. Bekannte, rassige Musikrhythmen begleiten dabei die abwechslungsreichen Übungen.

Daten **16. Okt. – 18. Dez.** (10x) Dienstag, 16.00 - 17.00 Uhr Tag/Zeit Ort Turnhalle Pro Senectute,

Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7

Leitung Hedy Streicher, Fitnessinstruktorin Fr. 95.-Kosten Anmeldung

bis 2. Oktober Schnupperstunde am 25. Sept.

von 16.00 - 17.00 Uhr

Jazz-Gymnastik

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

Daten 16. Okt. - 18. Dez. (10x) Dienstag, 14.30 - 15.30 Uhr Tag/Zeit Gymnastikraum der Ort

Eglise française, Holbeinplatz 7

Franziska Thomke Leitung

Fr. 95.-Kosten Anmeldung bis 2. Oktober

Rhythmische Gymnastik

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

im Alltag.

15. Okt. - 17. Dez. (10x) Daten Montag, 08.45 - 09.45 Uhr Tag/Zeit Ort Horst, Waisenhaus,

Theodorskirchplatz 7 Leitung Susanne Hattler-Kretzer

Fr. 95.-Kosten Anmeldung bis 1. Oktober

Schnupperstunde am 24. Sept. von 08.45 - 09.45 Uhr

Agua-Fitness

Wassergymnastik mit Schwimmen

Erleben Sie Wohlbefinden und Spass während unserer Wassergymnastik- und Schwimmstunden in geheizten Schwimmbecken, für Schwimmer und Nichtschwimmer, Lektionen à 45 Minuten. Unsere Schwimmkurse mit Gymnastik finden ausser in den Schulferien - immer zu den angegebenen Zeiten statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement: Fr. 130.- (inkl. Eintritt) exkl. MWST

Grossbasel

Dalbehof

Kapellenstrasse 17

Dienstag 09.00 Uhr, 09.45 Uhr

Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43

09.30 Uhr, 10.15 Uhr, 14.00 Uhr, Montag 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

Fit im Wasser

Sie stärken Ihren Kreislauf, fördern Ihre Kraft und Beweglichkeit, ohne die Gelenke zu belasten. Die Fit im Wasser-Stunden setzen sich zusammen aus Schwimmen und Wassergymnastik (in geheizten Schwimmbecken für Schwimmer und Nichtschwimmer, Lektionen à 45 Minuten).

Eintritt jederzeit möglich.

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

Halbjahres-Abonnement: Fr. 130.- (inkl. Eintritt) exkl. MWST

Kleinbasel

Bläsischulhaus

Eingang Müllheimerstrasse 15.30 Uhr*, 16.15 Uhr Mittwoch (*Wassertiefe 2 m)

Hallenbad La Roche

Grenzacherstrasse 124, Bau 67 08.00 Uhr, 08.45 Uhr Dienstag 08.00 Uhr, 08.45 Uhr Mittwoch

Wasserstelzenschulhaus

Wasserstelzenstrasse Mittwoch 15.30 Uhr

Aquafit

In Zusammenarbeit mit Ryffel Running, dem «Erfinder» von Aquafit und einzigen Ausbildner von Leiterinnen und Leitern, organisiert Pro Senectute Basel-Stadt Aquafit-Kurse für Frauen und Männer ab 50 Jahren.

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 Menschen.

19. Okt. - 21. Dez. (10x) Daten Tag/Zeit Freitag, 08.45 - 09.30 Uhr Hallenbad La Roche Ort **Beatrice Meier** Leitung

Fr. 160.- (inkl. Hallenbadeintritt) Kosten

Anmeldung bis 5. Oktober

30. Okt. - 18. Dez. (8x) Daten Tag/Zeit Dienstag, 13.30 - 14.20 Uhr Ort Hallenbad Muttenz Leitung Ursula Zoller

Fr. 112.- (exkl. Hallenbadeintritt: Kosten Fr. 7.-/12er Abonnement: Fr. 70.-)

Anmeldung bis 16. Oktober

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. 90.exkl. MWST

Grossbasel

Alban-Breite Alterszentrum

Zürcherstrasse 143 Freitag, 15.00 Uhr

Schnuppertage: 31.08., 21.09., 26.10., 16.11.

Stephanus Kirchgemeindehaus

Furkastrasse 12 Freitag, 14.30 Uhr

Schnuppertage: 21.09. + 19.10.

St. Johannes Gemeindehaus

Am Krayenrain 24 Montag, 14.45 Uhr Schnuppertage: 15.10. + 22.10.

Zum Wasserturm

Betagtenzentrum und Pflegeheim Giornicostrasse 144 Schnuppertage: 03.09., 10.09., 17.09. Montag, 09.30 Uhr

Zwinglihaus

Gundeldingerstrasse 370 Freitag, 09.30 Uhr Schnuppertage: 19.10., 26.10.

Kleinbasel

Rankhof Alterssiedlung

Rankhof 10, Saal Freitag, 15.00 Uhr

Schnuppertage: 02.11., 09.11.

Kleinhüningen Gemeindehaus Wiesendamm 30

Donnerstag, 09.30 Uhr Schnuppertage: 20.09., 25.10.

Riehen

Haus zum Wendelin

Inzlingerstrasse 50 Freitag, 09.15 Uhr

Schnuppertage: 26.10., 16.11.

Gesellschaftstanz

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

AnfängerInnen

17. Okt. - 19. Dez. (10x) Daten Mittwoch, 15.30 - 16.30 Uhr Tag/Zeit Tanzschule Fromm, Freie Strasse 34 Ort

Leitung Romy Diethelm Fr. 85. Kosten Anmeldung bis 3. Oktober

Mittelstufe

Daten **18. Okt. – 20. Dez.** (10x) Tag/Zeit Donnerstag, 15.00 - 16.00 Uhr Ort Tanzschule Fromm, Freie Strasse 34 Leitung Bernhard Urfer

Kosten Fr. 85. Anmeldung bis 4. Oktober

Laufspass mit dem Laufpass

Vita-Parcours, Joggen und Exercise-Walking sind Sportarten im Freien. In aufgestellten Gruppen ausgeübt, machen sie nicht nur Spass, sondern auch die Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination wird verbessert. Deshalb sind sie ideal 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. 90.- exkl. MWST 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 09.15 - 10.30 Uhr/

Freitag

Laufträff Lange Erlen 09.15 - 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

09.00 - 10.00 Uhr/ Freitag

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

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.

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

Softball-Tennis

Softball-Tennis - auch Kleinfeldtennis genannt - wird mit leichten Rackets und Softtennisbällen im Doppel gespielt. Keine Vorkenntnisse nötig. AnfängerInnen werden einzeln angelernt.

Mittwoch, 09.00 - 10.00 Uhr Tag/Zeit und 10.00 - 11.00 Uhr

St. Jakobshalle Ort Leitung Eva Guiglia

Fr. 170.- pro Semester Kosten

exkl. MWST

Turnkleidung, Hallensportschuhe. Rackets und Softbälle werden zur Ausrüstung

Verfügung gestellt.

Anmeldung erforderlich, Eintritt jederzeit

Ein Angebot von Swiss Tennis

Swiss Tennis organisiert Tennisstunden für Frauen und Männer ab 50 Jahren. Sie lernen die Grundschläge und die Tennisregeln und als Fortsetzung Spezialschläge. Die Einteilung der Gruppen nimmt die Tennislehrerin vor.

17. Okt. – 19. Dez. (10x) Datum Mittwoch, 09.00 - 10.00 Uhr Tag/Zeit

Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr Mittwoch, 11.00 – 12.00 Uhr

Evelyne de Roche Leitung

Fr. 248. - bei 4 TeilnehmerInnen Kosten Fr. 335. – bei 3 TeilnehmerInnen

Tennisrackets können gratis zur Besonderes Verfügung gestellt werden.

Interessierte melden sich bitte bis 3. Oktober bei Pro Senectute Basel-Stadt, Telefon 206 44 44 (08.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 16.30 Uhr). Ihre Anmeldung wird an Swiss Tennis weitergeleitet.

Sich wohlfühlen

Gehören Sie auch zu den bewegungsmüden Seniorinnen und Senioren mit ev. schlechtem Gewissen?

15. Okt. - 17. Dez. (10x) Daten Montag, 10.15 – 11.15 Uhr Tag/Zeit Horst, Waisenhaus, Ort Theodorskirchplatz 7 Elisabeth Gantenbein

Leitung Kosten Fr. 95.-Anmeldung

bis 1. Oktober Schnupperstunde am 24. Sept. von 10.15 - 11.15 Uhr

Atemkurs

Mit gezielten Atem- und Bewegungsübungen

- Erkältungen vorbeugen
- Zwerchfellatmung fördern
- Herz und Kreislauf stärken
- Sinneswahrnehmungen verfeinern

Dadurch entwickeln Sie ein besseres Lebensgefühl und erfahren Freude und Entspannung.

Atem und Entspannen Kurs 1 (AnfängerInnen willkommen) 16. Okt. - 18. Dez. (10x) Daten Dienstag, 09.00 - 10.00 Uhr Tag/Zeit

Kurs 2 Atem und Bewegen

(mit Übungen im Liegen auf der

Bodenmatte)

Daten **16. Okt. – 18. Dez.** (10x) Tag/Zeit Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr

Kurs 3 Atem und Entspannen (AnfängerInnen willkommen) 18. Okt. - 20. Dez. (10x) Daten Donnerstag, 09.00 - 10.00 Uhr Tag/Zeit

Kurs 4 **Atem und Entspannen** 18. Okt. - 20. Dez. (10x) Daten Donnerstag, 10.00 - 11.00 Uhr Tag/Zeit

Ort Studio für Atem- und Bewegungsschulung, Blotzheimerstrasse 28 Leitung Carmen Siegrist, Atemlehrerin Kosten

je Kurs Fr. 150.bis 2. Oktober Anmeldung

Schnupperstunde am 28. Sept. von 10.15 - 11.15 Uhr im Horst Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7.

Atem - Stille

Aus der inneren Stille heraus schöpfen wir Kraft für den Alltag. Wir feiern die Gemeinschaft und das Alleinsein, um zu innerer Ruhe, Zufriedenheit und Geborgensein zu finden.

1. Nov. - 6. Dez. (6x) Daten (Allerheiligen - St. Nikolaus) Donnerstag, 15.30 - 16.30 Uhr Tag/Zeit Studio für Atem- und Bewegungs-Ort schulung, Blotzheimerstrasse 28 Leitung Carmen Siegrist, Atemlehrerin Kosten Fr. 96.-Anmeldung bis 18. Oktober

Tai-Ji

Tai-Ji ist Fitness, Selbstverteidigung und Meditation in Bewegung. Es fördert die Beweglichkeit der Gelenke, verbessert die Haltung, stärkt den Kreislauf und sorgt für innere Ausgeglichenheit. Die Bewegungen, die geübt werden, folgen dem natürlichen Atemzyklus und werden von Musik begleitet.

AnfängerInnen

17. Okt. – 19. Dez. (10x) Mittwoch, 09.45 – 10.45 Uhr Daten Tag/Zeit Schnupperstunde am 26. Sept.

von 09.45 - 10.45 Uhr

Fortgeschrittene

17. Okt. - 19. Dez. (10x) Daten Mittwoch, 11.00 - 12.00 Uhr Tag/Zeit Ort Turnhalle Pro Senectute, Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7

Meister Xinhua Zhu Leitung

Fr. 140.-Kosten Anmeldung bis 3. Oktober

Qi-Gong

Qi-Gong harmonisiert den Energiefluss im Körper und führt zu seelischem und körperlichem Gleichgewicht. Die Übungen verbinden Bewegung, Körperhaltung, Atemführung und meditative Konzentration.

17. Okt. - 19. Dez. (10x) Daten Mittwoch, 08.30 - 09.30 Uhr Tag/Zeit Turnhalle Pro Senectute, Ort Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7

Leitung Meister Xinhua Zhu Fr. 140.-Kosten

bis 3. Oktober Anmeldung Schnupperstunde am 26. Sept.

von 08.30 - 09.30 Uhr

Feldenkrais

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

Kurs 1

17. Okt. - 12. Dez. (9x) Daten Mittwoch, 10.30 - 11.30 Uhr Tag/Zeit Horst Waisenhaus, Ort Theodorskirchplatz 7 Monika Ulrich, Feldenkrais-Leitung Lehrerin, Physiotherapeutin

Kosten Fr. 110.-

Anmeldung bis 3. Oktober

Schnupperstunde am Mittwoch, 26. Sept. von 11.00 - 12.00 Uhr

Kurs 2

23. Okt. - 18. Dez. (9x) Daten Dienstag, 09.00 - 10.00 Uhr Tag/Zeit Horst Waisenhaus, Ort Theodorskirchplatz 7 Marlys Müller, Feldenkrais-Leitung Lehrerin

Kosten Fr. 110.-Anmeldung bis 9. Oktober

Schnupperstunde am Dienstag, 25. Sept. von 09.00 - 10.00 Uhr

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.

Grundkurs

19. Okt. - 21. Dez. (10x) Daten Freitag, 08.20 - 09.20 Uhr Tag/Zeit Schnupperstunde am Freitag,

28. Sept. von 09.00 - 10.00 Uhr

Fortsetzungskurs 1

19. Okt. - 21. Dez. (10x) Daten Freitag, 09.30 - 10.30 Uhr Tag/Zeit Schnupperstunde am Freitag,

28. Sept. von 10.15 - 11.15 Uhr

Fortsetzungskurs 2

19. Okt. - 21. Dez. (10x) Daten Freitag, 10.40 - 11.40 Uhr Tag/Zeit Turnhalle Pro Senectute, Ort

Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7,

Rita Schrämmli-Kellerhals, Leitung Physiotherapeutin

Fr. 95.-Kosten Anmeldung bis 5. Oktober

Beckenbodenkurs für Frauen

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

19. Okt. – 16. Nov. (5x) Freitag, 10.15 – 11.45 Uhr Daten Tag/Zeit Horst, Waisenhaus, Ort

Theodorskirchplatz 7 Beatrice Meier-Keller,

Physiotherapeutin

Fr. 73.- (inkl. Kursmaterial) Kosten

Anmeldung bis 5. Oktober

Beckenbodentraining

Wir trainieren gezielt den ganzen Körper mit Schwerpunkt Beckenbodenmuskulatur. Nur für

Frauen.

Leitung

16. Okt. - 18. Dez. (10x) Daten Dienstag, 17.00 - 18.00 Uhr Tag/Zeit Ort Turnhalle Pro Senectute,

Waisenhaus, Thedorskirchplatz 7,

Leitung Beatrice Meier-Keller,

Physiotherapeutin

Kosten Fr. 95.bis 2. Oktober Anmeldung

> Schnuppestunde am Dienstag, 25. Sept. von 17.00 - 18.00 Uhr

Ganzheitliches Sehtraining

Grundkurs

Mit Hilfe von gezielten Sehspielen, Entspannungs- und Bewegungsübungen fördern Sie die Sehkraft, entdecken neue Sichtweisen und lernen «augenfreundliches» Verhalten im Alltag.

Daten Tag/Zeit Ort

16. Okt. - 13. Nov. (5x) Dienstag, 10.15 - 11.30 Uhr Horst, Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7

Leitung Anna Hirt, Sehlehrerin Kosten

Fr. 58.-

Besonderes geeignet für Normal- und

Fehlsichtige. Anmeldung bis 2. Oktober

> Schnupperstunde am Dienstag, 25. Sept. von 10.30 - 11.30 Uhr

Sturzprophylaxe

Sicher durchs Alter!

Mit gezielten Übungen fördern Sie Gleichgewicht und Kraft und erhalten Ihre Unabhängigkeit und Bewegungsfreiheit. Verschiedene Fachpersonen erläutern medizinische Hintergründe und Ursachen von Stürzen.

Ein Gemeinschaftsprojekt von Pro Senectute und dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin.

Daten

Ort

18. Okt. - 13. Dez. (9x) Donnerstag, 10.00 - 11.00 Uhr Tag/Zeit erste und letzte Kursstunde

> 10.00 - 12.00 Uhr Horst, Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7

Leitung Catherine de Capitani,

Physiotherapeutin und Fachteam Fr. 150.-

Kosten bis 4. Oktober Anmeldung

Verlangen Sie das Detailprogramm Schnupperstunde am Donnerstag 27. Sept. von 09.00 - 10.00 Uhr.

Selbstverteidigung

Einführungsworkshop

Die tägliche Gewalt macht gerade auch vor Senioren leider keinen Halt. Verletzungen und Angst können Folgen für Opfer sein. Die Betroffenen ziehen sich zurück und verzichten auf liebgewonnene Freizeitaktivitäten und auf zwischenmenschliche Kontakte. Dass man sich auch im Alter wirksam verteidigen kann und dadurch an Selbstvertrauen gewinnt, beweist dieser Workshop (2 x 1 Tag).

24. Nov. und 1. Dez. Daten

Tag/Zeit Samstag, 09.00 - 12.00 Uhr und

14.00 - 17.00 Uhr Ort Turnhalle Pro Senectute,

Waisenhaus, Thedorskirchplatz 7,

Mädi Hauert Leitung Kosten Fr. 120.-Anmeldung bis 2. November Besonderes nur für Frauen

Schnupperstunde am Donnerstag, 27. September von 10.30 - 11.30 Uhr im Horst, Waisenhaus

Gesundheitsorientiertes Krafttraining

Der fortschreitende Verlust an Muskelkraft ist der Hauptgrund für frühzeitige Unselbstständigkeit und sturzbedingte Verletzungen im Alter. Wissenschaftliche Studien beweisen, dass Kraft und damit verbesserter Gelenkschutz in jedem Alter erfolgreich aufgebaut werden kann. Wir helfen Ihnen dabei gerne!

Krafttrainig

nach Absprache Datum Tag/Zeit täglich, 07.00 - 21.00 Uhr Ort

Physiotherapie GYM medico Hebelstrasse 56, Basel (Bus 33, Bernoullianum)

Urs Geiger, dipl. Physiotherapeut Leitung

und Team

Fr. 240.- für 3 Monate Kosten Fr. 350.- für 6 Monate

Tel. 206 44 44 Anmeldung Qualitop anerkannt Besonderes (Teilrückvergütung durch

Krankenkasse möglich)

Polysportive Wintertage in Klosters

Sportprogramm mit Volkstanz, Aqua-Fitness, Langlauf und Winterwandern.

Unterkunft im «Ferien-, Familien- und Seminarhotel Sport». Im Preis inbegriffen sind ein Willkommen-Apéro und während des gesamten Aufenthaltes ein reichhaltiges Frühstücksbuffet sowie ein 4-Gang-Auswahlmenu am Abend; ferner die Benutzung des Hallenbades, der Sauna, Turnhalle, des Ping-Pong-Raumes und des Ortsbusses.

6. - 12. Februar 2002 Daten

Leitung erfahrene Alter und Sport-Leiterinnen und -Experten

vorläufiger Richtpreis Fr. 990.-Kosten

(Basis Doppelzimmer)

Besonderes für nähere Angaben verlangen bitte das Detailprogramm Sie

Wander- und Kulturwoche

«Achensee» Tirol (A)

Zuerst entdeckten Österreichs Kaiser den Achensee. Dann kamen Gäste aus aller Welt für Ferien am grössten Alpensee Tirols, eingebettet zwischen Rofangebirge und dem Alpenpark Karwendel. Lassen Sie sich von typischen Almen, kristallklaren Bergbächen, den Herbstfarben und der Tiroler Gastfreundschaft überraschen.

Ein Gemeinschaftsproiekt der Pro Senectute Kanton Bern und Basel-Stadt.

1. - 7. Oktober Daten

Hotel Sonnenhof, Pertisau (A), Ort 940 m.ü.M.

Therese Masshart und Leitung Hansruedi Wyler Kosten

ca. Fr. 850.-(je nach Teilnehmerzahl)

inkl. Bus, Führungen und Transporte, Halbpension

Besonderes für nähere Angaben verlangen Sie bitte das Detailprogramm

Wander- und Kulturwoche «Slowenien»

Die Wander- und Kulturwoche führt uns von der Pannonischen Tiefebene ans Meer. Wir erleben die Vielfältigkeit der Landschaft, das sehr gut erhaltene Kulturerbe und die vielfältige Verpflegung mit den vorzüglichen Weinen. Es steht uns für die gesamte Reise ein Bus zur Verfügung und wir können uns dem Wanderund Kulturgenuss voll hingeben.

Ein Gemeinschaftsprojekt der Pro Senectute Kanton Bern und Basel-Stadt.

22. - 28. Oktober Daten Ort Hotels(***und** *) in Ptuj,

Rogaska Slatina,

Doljenske Toplice und Piran

Leitung Therese Masshart

und Hansruedi Wyler

ca. Fr. 950.-Kosten

(je nach Teilnehmerzahl) inkl. Bahn, Flug, Bus und Schiff, Führungen, Halbpension

Besonderes

für nähere Angaben verlangen Sie bitte das Detailprogramm

Velofahren

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

Anmeldung nicht erforderlich.

Organisation Ursula Weber, Tel. 601 68 49

(für Touren)

Delicia Vogel, Tel. 702 23 03 (für «Gemütliches Velofahren»)

Tourenleiter Hugo Düblin, Tel. 311 14 04

Walter Grünblatt, Tel. 821 34 53 Rosmarie Wyttenbach, Tel. 311 23 20 Jean-Pierre Périsset, Tel. 681 51 05

Werner Vogel, Tel. 702 23 03 Max Pusterla, Tel. 312 00 60 Willy Ummel, Tel. 032/341 99 28 Albert Wyttenbach, Tel. 311 23 20 Ursula Weber, Tel. 601 68 49

Ernst Wirz, Tel. 312 28 70

Immer mitnehmen

Veloausweis, Sonnen- und Regenschutz, für Pannen einen zum Velo passenden Schlauch. Für Touren ins Ausland Pass oder Identitätskarte sowie Geld in fremder Währung

Ausrüstung des Velos

Vorschriftsgemässe Ausrüstung. Wichtig sind gepumpte Reifen und intakte Bremsen. Ein gut eingestellter Sattel und Lenker erleichtern das Fahren.

Teilnehmerbeiträge

Saisonabonnement April - Oktober Fr. 55.exkl. MWST Zehnerabonnement Fr. 60.-

Touren

Anforderungsstufen:

mehrheitlich flaches Gelände, nur Stufe 1 sanfte Steigungen

Stufe 2 mehrere kurze mittlere Steigungen oder längere leichte Steigungen

mehrere starke Steigungen oder Stufe 3 längere mittlere Steigungen

Donnerstag, 23. August 13.30 Uhr, ca. 35 km Stufe 1

Startort: Bushaltestelle 31 (Rankstrasse) Grenzach - Wyhlen - Lägern - Schleuse -Augst - Rheinfelden - Möhlin (Zvieri) - Rheinfelden – Augst – Pratteln – Muttenz – St. Jakob.

Tourenleiterin: Rosmarie Wyttenbach

Dienstag, 28. Aug. (Ausweichdat.: 30. Aug.) 07.22 Uhr, ca. 75 km

Zwei-Seen-Tour!

Von Yverdon les Bains, Estavayer le Lac, Erlach, Hagneck nach Biel (Route N5) Verlangen Sie das detaillierte Programm! Tel. 206 44 44. Anmeldung bis 23. August.

Montag, 3. September 09.00 Uhr, ca. 70 km

Stufe 1-2

Startort: Lange Erlen (Ressli Rytti) Binzen – Fischingen – Egringen – Riedlingen (Znüni) - Liel - Schliengen - Auggen (Mittag) Steinenstadt - Schliengen - Bellingen - Istein – Märkt – Lange Erlen Tourenleiter: Max Pusterla

Donnerstag, 13. September 13.30 Uhr, ca. 30 km Stufe 1

Startort: Lange Erlen (Ressli Ryttli) Lörrach – Hauingen – Steinen (Zvieri) – Brombach – Lörrach – Lange Erlen (Schliessi) Tourenleiterin: Ursula Weber

Montag, 24. September 09.00 Uhr, ca. 65 km Stufe 1-2

Startort: St. Jakob (Gartenbad) Muttenz - Pratteln - Augst - Rheinfelden -

Riburg (Znüni) Mumpf – Säckingen (Mittag) – Wallbach - Rheinfelden - Wyhlen - Grenzach (Zoll)

Tourenleiter: Walter Grünblatt

Donnerstag, 4. Oktober 09.00 Uhr, ca. 60 km Stufe 1-2

Startort: St. Jakob (Gartenbad)

Muttenz - Liestal - Lausen (Znüni) Sissach -Diegten - Bennwil (Mittag) - Hölstein -Bubendorf – Liestal – Muttenz – St. Jakob (Gartenbad)

Tourenleiter: Walter Grünblatt

Montag, 15. Oktober 13.30 Uhr, ca. 30 km Stufe 1

Startort: Grenzacher Zoll

Grenzach - Wyhlen - Lägern - Kraftwerk -Augst (Zvieri) – Pratteln – Muttenz – St. Jakob Tourenleiter: Hugo Düblin

Donnerstag, 25. Oktober 13.30 Uhr, ca. 30 km Stufe 1-2

Startort: St. Jakob (Gartenbad) Münchenstein - Reinach - Ettingen - Witterswil - Flüh - Benken (Zvieri) - Oberwil - Binningen (Schulhaus).

Tourenleiter: Albert Wyttenbach

Gemütliches Velofahren

Von April bis Oktober führen wir gemütliche Velofahrten auf vorwiegend ebenen Strecken durch. Diese Touren sind geeignet für Fahrerlnnen, die gerne 20 bis 30 km weit fahren, sich aber etwas mehr Zeit nehmen möchten (Fahrgeschwindigkeit ca. 13 – 15 km/h.).

Bei schlechter Witterung geben die entsprechenden Tourenleiter oder die Organisatorin über die Durchführung der Tour telefonisch Auskunft.

Tourenleiter: siehe Velofahren

Mittwoch, 29. August 13.30 Uhr, ca. 28 km

Binningen (Dorenbachcenter) - Oberwil Therwil – Flüh – Witterswil – Ettingen -Binningen Tourenleiter: Walter Grünblatt

Mittwoch, 12. September 13.30 Uhr, ca. 30 km

Schorenmatte – Haltingen – Binzen Efringen – Märkt – Lange Erlen Tourenleiter: Ernst Wirz

Mittwoch, 26. September 13.30 Uhr, ca. 28 km

St. Jakob Gartenbad - der Birs entlang Dornach - Grellingen - Duggingen Münchenstein - St. Jakob Gartenbad Tourenleiter: Werner Vogel

In den fettgedruckten Orten wird ein Restaurant aufgesucht (z.B. Aesch).

Weitere empfehlenswerte Touren sind alle Fahrten der sportlicheren Velogruppe mit dem Schwierigkeitsgrad 1 und einer Fahrstrecke von bis zu 30 km.

Wandern

Wanderungen in der näheren Umgebung von Basel. Die Wanderungen dauern zwischen einer und fünf Stunden. Sie werden bei jedem Wetter durchgeführt (evtl. Änderung der vorgesehenen Route)

Sie entscheiden nach Lust und Laune, an welcher Wanderung Sie gerne teilnehmen möch-

Teilnehmerbeiträge

Zehnerabonnement Fr. 60.-Semesterbeitrag Fr. 90.exkl. MWST

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. Grenzübertritt

Montag

2½ – 3 Stunden. Bitte immer kleines Picknick mitnehmen.

Leitung

Rita Waech Telefon 281 33 94 Telefon 421 03 74 Heidi Gunti

27. August, 10.00 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 10.22 Uhr nach Laufen und mit Bus bis Nunningen. Wanderung: Nunningen - Roderis - Breitenbach.

24. September, 09.10 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 09.28 Uhr nach Gelterkinden und mit Bus bis Hemmiken. Wanderung: Hemmiken -Junkerschloss – Baregg – Buseregg – Höchi – Sissacherfluh – (Einkehr) – Wintersingerhöhe und mit Bus nach Sissach.

- 29. Oktober, 10.35 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 10.52 Uhr nach Sissach und mit Bus bis Ober-Diegten. Wanderung: Ober-Diegten Langgarben – Lägerts – Zunzgerberg – Zunzgen.
- 26. November, 10.20 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 10.33 Uhr nach Rheinfelden und mit Bus nach Möhlin-Riburg. Wanderung: Riburg - dem Rhein entlang nach Rheinfelden.

Dienstag 1

2 Stunden. Bitte immer kleines Picknick und Getränk mitnehmen.

Leitung

Charlotte Lüchinger Telefon 361 88 87 Natel: 079 286 82 60 Marie Claire Grob Telefon 401 42 86

- 11. September, 13.00 Uhr, Ettingen, Tramhaltestelle Bahnhöfli. Wanderung: Ettingen -Kluserhof - Aesch - Einkehr im Weingut Koellreuter. Anmeldung bis 10. September, 12.00 Uhr bei der Leitung.
- 16. Oktober, 11.15 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 11.33 Uhr nach Stein Säckingen. Wanderung: Von Säckingen zum Bergsee ca. 45 Minuten leicht steigend. Zurück am Wildgehege vorbei nach Säckingen; ca. 1 Stunde leicht abwärts. ID und DM nicht vergessen! (DM 2.80 für Bus in Säckingen).
- 13. November, 12.05 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 12.20 Uhr nach Liestal. Um 12.33 Uhr im Waldeburgerli nach Höllstein. Umsteigen nach Bennwil um 12.48 Uhr. Wanderung: Bennwil über Fuchsfarm nach Oberdorf oder Waldenburg. Ca. 1 Stunde leicht steigend.

Dienstag 2

3 – 4 Stunden. Bitte immer kleines Picknick und Getränk mitnehmen

Leitung

Annemarie Zurflüh Telefon 421 56 16 Immer kleines Picknick und Trinken mitneh-

18. September, 09.40 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 09.51 Uhr nach Rheinfelden. Mit Bus nach Wegenstetten. Wanderung: Wegenstetten – Hellikon – Rütihof – Rigiberg – Buus – Schönenberg - Maisprach (Einkehr).

Neuer «alter» Brauch.

Der Brauch, dass der Weinbauer Wein im eigenen Haus und einfache Speisen servieren darf, war einst weit verbreitet. Ab 1990 liess man diese alte Tradition wieder aufleben. So werden wir am Schluss der Wanderung beim Weinbauer einkehren.

9. Oktober, 07.50 Uhr, Schalterhalle SBB, Abfahrt 08.10 Uhr nach Burgdorf und weiter nach Oberburg.

Einmaliges Emmental

Was wäre ein Besuch im Emmental, ohne die Landschaft der «Höger, Eggen und Chrächen» zu erwandern. Heil erscheint hier die Welt mit den prächtigen alten Höfen und Spychern wie zu «Gotthelfs Zeiten».

Wanderung: Oberburg - Lochbach - Bättwil -Busswil - Schalenberg - Rachisberg - Binzberg - Hasle-Rüegsau. Billett mit UWS: Gelterkinden – Oberburg, retour ab Hasle-Rüegsau

13. November, 10.00 Uhr, Schalterhalle SBB, Abfahrt 10.10 Uhr nach Gelterkinden. Mit Bus nach Rothenfluh.

«Zu hablichen Baselbieter Dörfern». Wanderung: Rothenfluh - Anwil - Oltingen (Einkehr) - Kilchberg - Rünenberg.

Mittwoch 1

2 - 3 Stunden

Leitung **Brigitte Helbing** Berta Windisch

Telefon 601 26 25 Telefon 312 55 45

- 12. September (Zvieri auf dem Bauernhof) 10.10 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 10.22 Uhr nach Laufen. Bus 114 nach Grindel. Wanderung Grindel-Bärschwil zum «Haselhof», wo uns Frau Henz etwas zum Essen serviert.
- 10. Oktober (Tiervorführung), 11.40 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 11.53 Uhr nach Liestal. Bus 74/83 nach Hersberg. Wanderung von Hersberg zur Sennweide, wo uns Dompteur Jürg Jenny kommentierte Vorführungen mit seinen Raubtieren zeigt. Einkehr im Dornhof, anschliessend Wanderung bis Olsberg evt. Giebenach.
- 7. November, 11.40 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 11.53 Uhr nach Liestal. Wanderung Liestal - Goldbrunnen - Röserental - Bad Schauenburg – Adlerhof – Pratteln.

Mittwoch 2

2½ - 3 Stunden. Bitte immer kleines Picknick und Getränk mitnehmen.

Leitung

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

- 22. August, 10.15 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 10.30 Uhr nach Gelterkinden. Mit dem Bus um 11.07 Uhr nach Oltingen. Wanderung: Oltingen - Anwil - Wittnau.
- 19. September, 11.10 Uhr, Tramhaltestelle Theater. Abfahrt 11.18 Uhr mit Tram Nr. 10 nach Flüh. Mit dem Postauto um 12.01 Uhr nach Challhöhe. Wanderung nach Laufen.
- 24. Oktober, 10.40 Uhr, Aeschenplatz. Abfahrt 10.46 Uhr mit Tram Nr. 10 nach Dornach. Mit Bus Nr. 67 um 11.15 Uhr nach Gempen. Wanderung: Gempen – Schönmatt – Sulzkopf - Pratteln.
- 21. November, 11.15 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 11.30 Uhr nach Liestal. Mit Bus Nr. 70 um 11.57 Uhr nach Bubendorf Zentrum. Wanderung: **Bubendorf** – Murenberg Wildenstein – Lampenberg Dorf.

Donnerstag

4 – 5-stündige Wanderungen für trainierte Seniorinnen und Senioren. Bitte immer kleines Picknick und Getränk mitnehmen.

Leituna Christa Kuster

Telefon 401 35 86

- 20. September, 10.00 Uhr, Tramendstation Allschwil Dorf. Wanderung: Allschwil - Biel -Ettingen - Klus - Aesch. Wieder einmal verweilen wir in der nahen Region und durchstreifen die Wälder und Hügelzüge, mit wunderbarer Sicht ins Elsass und in den Schwarzwald.
- 18. Oktober, 09.20 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 09.33 Uhr nach Mumpf. Wanderung: Mumpf - Schupfart - Eikerberg Mumpferflueh - Mumpf. Eine prächtige Herbstwanderung, ungewöhnlich und nicht alltäglich. Mit stets wechselnder Aussicht weit in den Jura und in den Schwarzwald.
- 15. November, 09.40 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 09.52 Uhr nach Liestal, Waldenburg. Wanderung: Waldenburg - Beretenrundweg - Langenbruck. Durch das alte Städtchen steigen wir beim Schwimmbad bergwärts über Wiesen, durch Wald und über Weiden zur Hofgruppe Dürrenberg. Weiter über die Breitenhöchi erreichen wir den Beretenrundweg, welcher uns schlussendlich nach Langenbruck

Freitag 1

ca. 2 Stunden

Leitung

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

- 21. September, 10.40 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 10.51 Uhr nach Rheinfelden. Mit Bus 100 nach Engerfeld. Wanderung durch viel Wald nach Zeiningen.
- 19. Oktober, 10.20 Uhr, Schalterhalle SBB. Abfahrt 10.30 Uhr nach Liestal. Mit Bus 70 bis Reigoldswil. Bus 91 bis Lauwil. Wanderung über Bärsberg nach Ziefen.
- 16. November, 12.10 Uhr, Tramhaltestelle 14er Aeschenplatz. Fahrt nach Pratteln. Mit Bus 83/84 bis Liebrüti. Wanderung durch den Frauenwald nach Olsberg und weiter bis Aris-

