

Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt
Band: - (2010)
Heft: 3: Schwerpunkt Riehen

Rubrik: Akzent Forum

Nutzungsbedingungen

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

Conditions d'utilisation

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

Terms of use

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

Download PDF: 13.01.2026

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

Bildung, Kultur und Sport

... auch während der Sommerferien

Es lohnt sich, nach Riehen zu gehen. Besonders in den kommenden Wochen. Wir haben für Sie Führungen in Riehen organisiert, einen Landschaftsfotografie-Kurs im Wenkenpark und einen Tierfotografie-Kurs in den Langen Erlen. Daneben können Sie bei uns Sport treiben oder eines unserer Bildungsangebote nutzen.



Führungen in Riehen

Auf unserer Führung durch Riehen machen Sie eine Zeitreise durch 1000 Jahre Dorfgeschichte. Sie haben aber auch die Möglichkeit, den Landschaftspark Wiese besser kennenzulernen, einen Einblick in den Alltag im Diakonissenhaus zu bekommen oder einen Rundgang durch den Wenkenpark zu machen (vgl. S. 38 u. 39).

Spezielle Angebote im Sommer

Dazu haben wir für Sie auch in diesem Jahr ein attraktives Sommerferienprogramm zusammengestellt. In unserem kühlen Raum im Fitnesscenter 50+ führen wir Salsa-, Disco Fox- oder Bauchtanz-Kurse durch. Ausserdem können Sie an einem unserer Golf- oder Walking-Kurse teilnehmen oder sich auf der Schützenmatte fit halten (vgl. S. 36).

Landschaftsfotografie im Wenkenpark

Natürlich bietet sich der Sommer auch an, um mit der Kamera nach draussen zu gehen. In unserem Landschaftsfotografie-Kurs im Wenkenpark lernen Sie von einem Profi, was Sie tun müssen, um das perfekte Bild zu machen (vgl. S. 46).

Und weitere Fotografie-Kurse

Daneben finden Sie bei uns viele weitere Fotografie-Kurse und selbstverständlich lernen Sie bei uns, wie man mit einer neuen Digitalkamera schöne Fotos macht (vgl. S. 46).

Sprachkurse – zum Beispiel Russisch

In unserem modernen Kurszentrum können Sie Ihre Englisch-, Französisch-, Spanisch- oder Italienisch-Kenntnisse vertiefen oder eine dieser Sprachen neu lernen. Zudem bieten wir Russisch-Sprachkurse an (vgl. S. 48 u. 49).

Fitness, Bewegung und Entspannung

Sie können selbstverständlich auch in die Belchenstrasse in unseren Kraftraum kommen, einen Gleichgewichtstrainingskurs besuchen, Yoga machen, Tai-Ji, Qi-Gong oder Feldenkrais (vgl. S. 49-55).

Bildung, Kultur und Sport

Egal, was Sie suchen – ob Sprach-, Fotografie-, Computer- oder iPhone-Kurs – bei uns werden Sie fündig. Die Details zu diesen und vielen weiteren Angeboten in den Bereichen Bildung, Kultur und Sport finden Sie auf den folgenden Seiten.

Kommen Sie einfach in unser Kurszentrum an der St. Alban-Vorstadt 93/95 oder rufen Sie uns an. Wir helfen Ihnen gerne, das passende Angebot zu finden.



Telefon 061 206 44 66

Mo-Fr, 08.00 - 12.00 Uhr

www.akzent-forum.ch

Ausgewählt

Besondere Veranstaltungen



Kunst

Gegenwartskunst verstehen – mit Ironie

Rundgang, Gespräch und eigene Narreteien in der Ausstellung Rodney Graham – eine Matinee mit spannenden Begegnungen und Gesprächen.

Datum 16. September
Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr

Schwerpunkt Riehen

Traditionsreiches Riehen

Vom historischen Dorfkern bis zur modernen Wohngemeinde. Eine Zeitreise durch 1000 Jahre Riehen vom Mittelalter bis ins 21. Jahrhundert.

Datum 9. August
Tag/Zeit Montag, 10.00 - 11.30 Uhr

Diakonissenhaus Riehen

Sie erhalten einen Einblick in den Alltag dieser Lebens-, Glaubens- und Dienstgemeinschaft, die nach altkirchlichen Grundsätzen lebt.

Datum 20. August
Tag/Zeit Freitag, 14.30 - 16.30 Uhr

Landschaftspark Wiese

Auenlandschaft, Kulturlandschaft, Obstgarten, Trockenwiese, Auwald und Renaturierung – lernen Sie die Vielfalt der Langen Erlen kennen.

Datum 12. August
Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr

Der Wenkenhof in Riehen

Vom Lusthaus des 18. Jh. zum herrschaftlichen Landsitz des 20. Jh. – Rundgang zur Geschichte der Anlage.

Datum 30. August
Tag/Zeit Montag, 10.00 - ca. 11.30 Uhr

Ausgewählt

Besondere Angebote Bildung & Sport

Unterwegs

Leichte Wanderwoche im Goms

Leichte und ausgedehnte Wanderungen im Goms, Aletschgebiet und Binntal. Unser Programm kann, nach Lust und Laune genutzt werden.

Daten So., 10. - Fr., 15. Oktober

Fotografiewochenende

Makro- und Landschaftsfotografie

In diesem Praxiskurs lernen Sie die wichtigsten Grundeinstellungen für die erfolgreiche Bedienung der eigenen Digitalkamera kennen und erhalten technische und gestalterische Tipps um mehr aus Ihren Bildern herauszuholen.

Daten 28./29. August

Laufpass

NEU im Laufpass-Abo: Outdoor Fitness

Auf vielfältige Weise können Sie im Allschwilerwald Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Gleichgewicht trainieren.

Daten ab 10. August
Tag/Zeit Dienstag, 09.00 - 10.15 Uhr

NEU im Laufpass-Abo: Nordic-Walking

Gruppe Basel

Ort Bruderholz, beim Wasserturm
Tag/Zeit Donnerstag, 09.00 Uhr

Internet für PC-Laien

NEU Schnupperkurs Internet

Sie interessieren sich für das Internet und möchten es einmal selber ausprobieren? Sie haben keine Computerkenntnisse und wissen nicht, ob Sie sich wirklich auf die Computerwelt einlassen wollen? Der Schnupperkurs Internet hilft Ihnen, eine Entscheidung zu treffen.

Voraussetzungen: Keine
75 Min., Fr. 29.-

Musik

Schlager und beliebte Melodien

Der Chor und das Flötenensemble von Pro Senectute beider Basel laden Sie herzlich ein zu ihrem Konzert mit beliebten und bekannten Melodien.

Datum 19. Juni
Tag/Zeit Samstag, 16.00 - ca. 17.30 Uhr

Sommerferienprogramm

Sport im Fitnesscenter 50+

Kurse in kühlem Raum

Im Fitnesscenter 50+, Belchenstr. 15, Basel

Workshop Salsa

Datum	5. Juli
Tag/Zeit	Montag, 17.30 - 19.00 Uhr
Leitung	Romy Diethelm, Tanzlehrerin
Kosten	Fr. 22.50
Anmeldung	bis 28. Juni

Workshop Disco Fox

Datum	5. Juli
Tag/Zeit	Montag, 19.00 - 20.30 Uhr
Leitung	Romy Diethelm, Tanzlehrerin
Kosten	Fr. 22.50
Anmeldung	bis 28. Juni

Workshop südamerikanische Tänze

Daten	2. und 9. Juli
Tag/Zeit	Freitag, 19.00 - 20.30 Uhr
Leitung	Romy Diethelm, Tanzlehrerin
Kosten	Fr. 45.-
Anmeldung	bis 25. Juni

Workshop Line Dance

Daten	2. und 9. Juli
Tag/Zeit	Freitag, 17.30 - 19.00 Uhr
Leitung	Romy Diethelm, Tanzlehrerin
Kosten	Fr. 45.-
Anmeldung	bis 25. Juni

Workshop orientalischer Bauchtanz für Anfängerinnen

Daten	1. und 8. Juli
Tag/Zeit	Donnerstag, 17.00 - 18.00 Uhr
Leitung	Maja Meier, Bewegungspädagogin, Lehrerin f. oriental. Tanz
Kosten	Fr. 38.-
Anmeldung	bis 24. Juni

Workshop orientalischer Bauchtanz für Fortgeschrittene

Daten	15. und 22. Juli
Tag/Zeit	Donnerstag, 17.00 - 18.00 Uhr
Leitung	Maja Meier, Bewegungspädagogin, Lehrerin f. oriental. Tanz
Kosten	Fr. 38.-
Anmeldung	bis 8. Juli

Workshop Atmen – Bewegen – Entspannen

Daten	6. und 8. Juli
Tag/Zeit	Di. und Do., 09.15 - 10.45 Uhr
Leitung	Carmen Siegrist, Atemlehrerin
Kosten	Fr. 45.-
Anmeldung	bis 29. Juni

Sanfte Gymnastik

Daten	28. Juni - 7. Juli (4x)
Tag/Zeit	Mo. und Mi., 10.00 - 11.00 Uhr
Leitung	Barbara Brütsch, Bewegungspädagogin
Kosten	Fr. 50.-
Anmeldung	bis 21. Juni

Rhythmus – Bewegung – Koordination

Daten	28. Juni - 7. Juli (4x)
Tag/Zeit	Mo. und Mi., 09.00 - 10.00 Uhr
Leitung	Barbara Brütsch, Bewegungspädagogin
Kosten	Fr. 50.-
Anmeldung	bis 21. Juni

Sportkurse im Freien

Fit durch den Sommer

Daten	28. Juni - 5. August (12x)
Tag/Zeit	Mo. und Do., 09.00 - 10.00 Uhr
Ort	Sportzentrum Schützenmatte
Treffpunkt	08.45 Uhr am Eingang Bundesplatz bei den Glascontainern
Kosten	Fr. 6.- Einzelbeitrag oder alle Semesterabos
Anmeldung	Nicht erforderlich

Tanzend durch den Sommer

Daten	1. Juli - 5. August (6x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 09.30 - 11.00 Uhr
Ort	Grün 80 beim Restaurant Seegarten
Kosten	Fr. 6.- Einzelbeitrag oder alle Semesterabos
Anmeldung	Nicht erforderlich

Kraftvolles Walking mit XCO

Daten	30. Juni und 2. Juli
Tag/Zeit	Mi. und Fr., 10.30 - 11.30 Uhr
Treffpunkt	Fitnesscenter 50+, Belchenstrasse 15

Leitung Katrin Ackermann, Sportlehrerin

Kosten Fr. 30.-
Anmeldung bis 25. Juni

Kraftvolles Walking mit XCO

Daten	2. und 5. August
Tag/Zeit	Mo. und Do., 10.30 - 11.30 Uhr
Treffpunkt	Fitnesscenter 50+, Belchenstrasse 15
Leitung	Katrin Ackermann, Sportlehrerin
Kosten	Fr. 30. -
Anmeldung	bis 27. Juli

Golf Schnupperkurs 1

Datum	30. Juni
Tag/Zeit	Mittwoch, 10.00 - 13.00 Uhr
Ort	Birs-Golf Driving Range, Aarweg 8, Zwingen
Leitung	Harald Rohrbach, Golf Professional
Kosten	Fr. 110. -
Anmeldung	bis 25. Juni

Golf Schnupperkurs 2

Datum	8. Juli
Tag/Zeit	Donnerstag, 10.00 - 13.00 Uhr
Ort	Birs-Golf Driving Range, Aarweg 8, Zwingen
Leitung	Harald Rohrbach, Golf Professional
Kosten	Fr. 110. -
Anmeldung	bis 2. Juli

Golf Anfängerkurs Stufe 1

Daten	15. - 29. Juli (3x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr
Ort	Birs-Golf Driving Range, Aarweg 8, Zwingen
Leitung	Harald Rohrbach, Golf Professional
Kosten	Fr. 330.-
Anmeldung	bis 12. Juli

Golf Anfängerkurs Stufe 2

Daten	5. - 19. August (3x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr
Ort	Birs-Golf Driving Range, Aarweg 8, Zwingen
Leitung	Harald Rohrbach, Golf Professional
Kosten	Fr. 330.-
Anmeldung	bis 30. Juli

Anregendes für Körper und Geist



akzent forum

Nordic Walking (auch Walking)

Kurs 1	30. Juni - 4. August (6x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 09.00 - 10.00 Uhr
Ort	Brüglingen
Treffpunkt	08.45 Uhr vor dem Pro Senectute Haus, Brüglingerstr. 113 (Garderobe und Dusche vorhanden)
Kurs 2	2. Juli - 6. August (6x)
Tag/Zeit	Freitag, 09.30 - 10.30 Uhr
Ort	Lange Erlen
Treffpunkt	09.15 Uhr, Oekonomiegebäude, Schorenweg 117 (Garderobe und Dusche vorhanden)
Kosten	Fr. 6.- Einzelbeitrag oder alle Semesterabos
Anmeldung	nicht erforderlich

Wanderungen

Während der Sommerferien finden 12 Wanderungen statt! Verlangen Sie unser Wanderprogramm!

Fotografie/Computer

Die Kurse F1 - F3 sind mit den Kursen C1 - C3 kombinierbar. Leiter der Kurse ist Urs Hartmann, Fotograf und EDV-Kursleiter.

Fotokurse im Freien

Mit eigener Digitalkamera

Landschaftsfotografie (F1)

Einstellung der Digitalkamera, Hilfsmittel und Techniken, Bildgestaltung, Panoramen, Visionierung und Ausdruck eigener Bilder.

Datum	28. Juni
Tag/Zeit	Montag, 09.00 - ca. 17.00 Uhr
Treffpunkt	09.00 Uhr Wenkenpark, Riehen
Kosten	Fr. 150.- (exkl. Fahrspesen, Mittagessen)
Anmeldung	bis 14. Juni

Makrofotografie (F2)

Einstellung der Digitalkamera, Hilfsmittel und Techniken, Bildgestaltung, Visionierung und Ausdruck eigener Bilder.

Datum	29. Juni
-------	----------

Tag/Zeit	Dienstag, 09.00 - ca. 17.00 Uhr
Treffpunkt	09.00 Uhr Botanischer Garten, Eingang beim Spalentor
Kosten	Fr. 150.- (exkl. Fahrspesen, Mittagessen)
Anmeldung	bis 15. Juni

Datum	7. Juli
Tag/Zeit	Mittwoch, 09.00 - 12.00 Uhr
Kosten	Fr. 90.-
Anmeldung	bis 21. Juni

Kinder- & Tierfotografie (F3)

Einstellung der Digitalkamera, Hilfsmittel und Techniken, Bildgestaltung, Visionierung und Ausdruck eigener Bilder	
Datum	30. Juni
Tag/Zeit	Mittwoch, 09.00 - ca. 17.00 Uhr
Treffpunkt	09.00 Uhr Freizeitzentrum Landauer, Riehen, Haupteingang
Kosten	Fr. 150.- (exkl. Fahrspesen, Mittagessen)
Anmeldung	bis 16. Juni

Gestalten

Des Gartens edle Geister: Likörlabor

Fruchtköre herzustellen ist einfach und ein Vergnügen für alle Sinne. Sie stellen selbst die Ansätze im Kurs her. Zuhause, nach Ablauf der Reifezeit, wird er abgefüllt und genossen.	
Datum	3. Juli
Tag/Zeit	Samstag, 14.00 - 18.00 Uhr
Ort	Talweg 77, Riehen
Leitung	Monique und Olivier Burnand
Kosten	Fr. 120.- (exkl. Fr. 30.- Material, direkt im Kurs zu bezahlen)
Besonderes	Findet bei jeder Witterung statt!
Anmeldung	bis 21. Juni

Aquarellieren

Von der Skizze zum Aquarell. In diesem Intensivkurs wird, wenn immer möglich, im Freien (am Rhein/Altstadt/Grün 80) gemalt mit Wasserfarben, Bleistift, Kohle oder Kreide.	
Daten	19. - 23. Juli (5x)
Tag/Zeit	Montag - Freitag, 09.00 - 11.30 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Antoinette Godet
Kosten	Fr. 180.-
Besonderes	Material und Klappstuhl mitbringen! Bei schlechtem Wetter im akzent forum
Anmeldung	bis 7. Juli

Zeichnen

Sehen lernen durch Zeichnen. Mit Bleistift, Kohle, Kugelschreiber oder Filzstifte wird die Kunst von Licht und Schatten, Perspektive und Bewegung mit minimalen Strichen geübt und umgesetzt.	
Daten	26. - 30. Juli (5x)
Tag/Zeit	Montag - Freitag, 09.00 - 11.30 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Antoinette Godet
Kosten	Fr. 180.-
Besonderes	Zeichenblock A3 mitnehmen!
Anmeldung	bis 12. Juli

Kursangebote

Auskunft und Anmeldung

Montag - Freitag	08.00 - 12.00 Uhr 14.00 - 16.30 Uhr
Telefonisch	061 206 44 66
Persönlich	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93/95
E-Mail	info@akzent-forum.ch
Internet	www.akzent-forum.ch

Besonderes

Während der Sommerferien (28. Juni - 6. August) ist das akzent forum (ausser für die Sommerferienkurse) geschlossen. Zu dieser Zeit stehen wir Ihnen telefonisch gerne zur Verfügung (08.00 - 12.00 Uhr).

Abmeldung

Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet Sie zur Bezahlung des Kursgeldes.

Kurse

Bei Abmeldung 13 - 6 Tage vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr in der Höhe von 50% des Kursgeldes erhoben. Bei einer späteren Abmeldung sind wir leider gezwungen, die gesamten Kurskosten in Rechnung zu stellen.

Ausflüge, Führungen, Vorträge

Bei einer Abmeldung nach Anmeldeschluss müssen wir die vollen Kurskosten erheben.

Auf einen Blick...

Ausflüge (A), Führungen (F), Vorträge (V)

August

09.08.2010	Traditionsreiches Riehen (F)
10.08.2010	Der Merian Park in Brüglingen (F)
11.08.2010	Weleda (F)
12.08.2010	Landschaftspark Wiese (F)
13.08.2010	Fliegen wie in den 50ern (F)
16.08.2010	Kloster Dornach (F)
17.08.2010	Das Basler Konzil (1431-48) (V)
18.08.2010	Poesie pur in Basel (F)
19.08.2010	Zeichnungen, Collagen... (F)
20.08.2010	Diakonissenhaus Riehen (F)
24.08.2010	Albert Anker (A)
23.08.2010	St. Chrischona Sendeturm (F)
25.08.2010	Augusta Raurica (F)
26.08.2010	Petite Camargue Alsacienne (A)
27.08.2010	Heimeliges St. Alban-Tal (F)
30.08.2010	Der Wenkenhof in Riehen (F)
31.08.2010	Unterwegs im Birsigtunnel (F)

September

02.09.2010	Das St. Johann der Zukunft (F)
03.09.2010	Führung im Waisenhaus (F)

06.09.2010	Kleinbasler Tragödien (F)
07.09.2010	Schatzkammern der Universität (F)
08.09.2010	Generationenhaus Neubad (F)
09.09.2010	Schloss Ebenrain (F)
10.09.2010	Vertonung von Goethes Faust (V)
10.09.2010	Basler Bischöfe (F)
10.09.2010	Tools, Twitter, VRL Teil 1 (V)
13.09.2010	Strassennamen (F)
15.09.2010	Pilzkurs, Teil 1 (V)
16.09.2010	Gegenwartskunst verstehen (F)
17.09.2010	Pilzkurs, Teil 2 (V)
20.09.2010	Farbe und Stil (V)
21.09.2010	Bachblüten Eigennutzung, Teil 1 (V)
21.09.2010	Bundeshaus Bern (A)
22.09.2010	Atemkraft schöpfen (V)
23.09.2010	Bachblüten Eigennutzung, Teil 2 (V)
24.09.2010	Tools, Twitter, VRL Teil 2 (V)

Führungen

Traditionsreiches Riehen

Vom historischen Dorfkern bis zur modernen Wohngemeinde. Eine Zeitreise durch 1000 Jahre Riehen vom Mittelalter bis ins 21. Jahrhundert.

Datum	9. August
Tag/Zeit	Montag, 10.00 - 11.30 Uhr
Treffpunkt	Vor der Dorfkirche Riehen (Haltestelle «Riehen Dorf», Tram Nr. 6)
Leitung	Lukrezia Seiler, Verkehrsverein Riehen
Kosten	Fr. 25.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 26. Juli

Der Merian Park in Brüglingen

Auf dem Parkrundgang erfahren Sie einiges über Pflanzen, Geschichte, Philosophie und die Beziehung zwischen Mensch und Natur.

Datum	10. August
Tag/Zeit	Dienstag, 10.00 - 11.30 Uhr
Treffpunkt	Kutschenmuseum, Merian Park
Leitung	Stefan Tschirky, Merian Park
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 27. Juli

Weleda – eine Betriebsbesichtigung

Nach einer Einführung zur Firmengeschichte und zur Entstehung der Produkte werden Sie durch den Betrieb geführt.

Datum	11. August
Tag/Zeit	Mittwoch, 09.00 - ca. 12.00 Uhr
Treffpunkt	08.45 Uhr Tramstation Stollenrain Arlesheim, Tram 10 Richtung Dornach
Leitung	Weleda
Kosten	Fr. 20.- (inkl. Erfrischung)
Besonderes	Sehr gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 29. Juli

Landschaftspark Wiese

Auenlandschaft, Kulturlandschaft, Obstgarten, Trockenwiese, Auwald und Renaturierung – lernen Sie die Vielfalt der Langen Erlen kennen.

Datum	12. August
Tag/Zeit	Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt	Haltestelle Lange Erlen (Bus Nr. 36)
Leitung	Michael Zemp, Stadtgärtnerei
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 29. Juli

Vickers Viking: Fliegen wie in den 50ern

Besuchen Sie ein Vickers Viking-Flugzeug, das für die Balair flog. Infos zu Geschichte, Restaurierung und dem Vintage Aircraft Club.

Datum	13. August
Tag/Zeit	Freitag, 14.30 - 16.00 Uhr
Treffpunkt	Haupteingang der Swiss International Air Lines, EuroAirport
Leitung	Marcel Tschudin, VAC - Vintage Aircraft Club Basel
Kosten	Fr. 20. (inkl. Kaffee und Kuchen)
Anmeldung	bis 30. Juli

Kloster Dornach

Wissenswertes über das ehemalige Kapuzinerkloster, welches heute als ökumenisches Begegnungszentrum dient.

Datum	16. August
Tag/Zeit	Montag, 15.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt	Eingang Klosterkirche (vis-à-vis Bahnhof)
Leitung	Kloster Dornach
Kosten	Fr. 20.-
Anmeldung	bis 2. August

Poesie pur in Basel

Ein Rundgang auf poetischen Spuren von Lyrikerinnen und Dichtern an stimmungsvolle Orte der Stadt.

Datum	18. August
Tag/Zeit	Mittwoch, 10.00 - 11.30 Uhr
Treffpunkt	Vor dem Literaturhaus Basel, Barfüssergasse 3
Leitung	Martina Kuoni, Literaturwissenschaftlerin
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 4. August

Zeichnungen, Collagen & Buchentwürfe

Mit der Kuratorin durch das Labyrinth der Mehrdeutigkeit von Rosemarie Trockel – eine Matinee mit spannenden Begegnungen und Gesprächen.

Datum	19. August
Tag/Zeit	Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt	Eingang Kunstmuseum, St. Alban-Graben 16

Leitung	Anita Haldemann
Kosten	Fr. 20.- (exkl. Eintritt)
Besonderes	Eine Zusammenarbeit mit den mu-seumsdiensten basel
Anmeldung	bis 5. August

Diakonissenhaus Riehen

Sie erhalten einen Einblick in den Alltag dieser Lebens-, Glaubens- und Dienstgemeinschaft, die nach altkirchlichen Grundsätzen lebt.

Datum	20. August
Tag/Zeit	Freitag, 14.30 - 16.30 Uhr
Treffpunkt	14.15 Uhr bei Tramstation Riehen Dorf, Tram 6
Leitung	Schwester Ursula Rohner
Kosten	Fr. 20.- (inkl. Kaffee und Kuchen)
Anmeldung	bis 17. August

Auf dem St. Chrischona Sendeturm

Nach einer informativen Tonbildschau zur Geschichte und Entstehung werden Sie durch den Senderaum auf den Turm geführt.

Datum	23. August
Tag/Zeit	Montag, 15.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt	14.40 Uhr Bushaltestelle St. Chrischona (mit Bus 32; Abfahrt Bettingerstrasse 14.31 Uhr)
Leitung	Bruno Joss, Swisscom
Kosten	Fr. 20.-
Anmeldung	bis 9. August

Augusta Raurica drinnen und draussen

Tempel, Thermen und Theater, eine nachgebau-te Stadtvilla und ein Silberschatz – bedeutende Zeugnisse römischer Kultur im Norden.

Datum	25. August
Tag/Zeit	Mittwoch, 16.00 - 18.00 Uhr
Treffpunkt	Vor dem Museum
Leitung	Rose Schulz-Rehberg, Kunsthistorikerin
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 11. August

Heimeliges St. Alban-Tal

Ein Gang durch das Quartier, in dem einst Pa-pierer, Schindler, Brunnmeister und das älteste Basler Kloster zuhause waren.

Datum	27. August
Tag/Zeit	Freitag, 10.00 - 11.30 Uhr
Treffpunkt	St. Alban-Tor
Leitung	Grabmacherjoggi (R. J. Rebmann)
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 13. August

Der Wenkenhof in Riehen

Vom Lusthaus des 18. Jh. zum herrschaftlichen Landsitz des 20. Jh. – Rundgang zur Geschich-te der Anlage.

Datum	30. August
Tag/Zeit	Montag, 10.00 - ca. 11.30 Uhr
Treffpunkt	Bushaltestelle Wenkenhof (mit Bus 32; Abfahrt Bettingerstrasse 09.46 Uhr)
Leitung	Thomas Lutz, Denkmalpflege Basel
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 16. August

Unterwegs im Birsigtunnel

Von der Heuwaage bis zur Schiffände entlang dem überdeckten Stadtbach erfahren Sie Wis-senswertes zu Geschichte und Wasser.

Datum	31. August
Tag/Zeit	Dienstag, 14.30 - ca. 16.00 Uhr
Treffpunkt	Zolli Haupteingang (Binningerstrasse)
Leitung	Beatrice Hüsl, ideenreich
Kosten	Fr. 25.-
Besonderes	Schuhwerk mit gutem Sohlenprofil (keine Ledersohlen, offene Schuhe oder Absatzschuhe), Sehr gut und sicher zu Fuss, z.T. rutschiger Boden!
Anmeldung	bis 17. August

Das St. Johann der Zukunft

Nordtangente, Voltaplatz und Bahnhof St. Jo-hann – erfahren Sie mehr über ein Quartier im Umbruch!

Datum	2. September
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 - 15.30 Uhr
Treffpunkt	Vor der Voltahalle (Haltestelle No-vartis Campus, Tram 1 in Richtung Dreirosenbrücke)
Leitung	Stefan Dössegger, Kantons- und Stadtentwicklung Basel-Stadt
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss! Treppen!
Anmeldung	bis 19. August

Führung im Waisenhaus

Wir lernen das einstige Karthäuserkloster ken-nen und besuchen das einzigartige gotische Zschekkenpürlinzimmer.

Datum	3. September
Tag/Zeit	Freitag, 10.00 - 11.30 Uhr
Treffpunkt	Im Hof des Waisenhauses
Leitung	Peter Habicht, Historiker
Kosten	Fr. 25.-
Anmeldung	bis 20. August

Kleinbasler Tragödien

Waisenkinder, vergiftetes Trinkwasser, Mord – tragische Schicksale vergangener Tage führen uns durch die Gassen Kleinbasels.

Datum	6. September
Tag/Zeit	Montag, 10.00 - 11.30 Uhr
Treffpunkt	Theodorskirchplatz beim Wettsteinbrunnen
Leitung	Grabmacherjoggi (R. J. Rebmann)
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 23. August

Schatzkammern der Universität

Schriftstücke und Objekte aus dem ersten Jahr-hundert der Universität führen in die Zeit ihrer Entstehung zurück. Ein Ausstellungsbesuch.

Datum	7. September
Tag/Zeit	Dienstag, 14.00 - 15.00 Uhr
Treffpunkt	Hauptportal Münster
Leitung	Theologisches Seminar der Uni-versität Basel
Kosten	Fr. 25.-
Anmeldung	bis 24. August

Generationenhaus Neubad

Das Haus für Alt und Jung bietet eine Plattform für ein sinnvolles und bereicherndes Zusam-mensein, das genutzt und gelebt wird.

Datum	8. September
Tag/Zeit	Mittwoch, 14.30 - ca. 16.30 Uhr
Treffpunkt	14.20 Uhr Station Holee, Bus 36
Leitung	Sonja Widmer, Generationenhaus
Kosten	Fr. 22.- (inkl. Kaffee und Kuchen)
Anmeldung	bis 25. August

Schloss Ebenrain

Das wunderschön gelegene Schloss mit baro-cker Gartenanlage diente als Land- und Som-mersitz des Seidenfabrikanten M. Bachofen.

Datum	9. September
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 - ca.16.00 Uhr
Treffpunkt	14.00 Bahnhof Sissach, Kiosk
Leitung	Bildungs-Kultur u. Sportdirektion BL
Kosten	Fr. 20.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 26. August

Basler Bischöfe und das Domkapitel

Zeugnisse der Bischofsherrschaft im Münster und darum herum – ein neues Verständnis alt-bekannter Gebäude und Ausstattungsstücke.

Datum	10. September
Tag/Zeit	Freitag, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt	vor dem Bischofshof, Rittergasse 1
Leitung	Rose Schulz-Rehberg, Kunsthistorikerin
Kosten	Fr. 25.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 27. August

Strassennamen und ihre Bedeutung

Strassennamen erzählen Geschichte(n): Was verbirgt sich z.B. hinter den Elftausend Jungfern? Ein Streifzug durch die Stadt.

Datum	13. September
Tag/Zeit	Montag, 14.30 - 16.00 Uhr
Treffpunkt	Auf der Pfalz
Leitung	ideenreich
Kosten	Fr. 25.-
Besonderes	Gut zu Fuss!
Anmeldung	bis 30. August

Gegenwartskunst verstehen – mit Ironie

Rundgang, Gespräch und eigene Narreteien in der Ausstellung Rodney Graham – eine Matinee mit spannenden Begegnungen und Gesprächen.

Datum	16. September
Tag/Zeit	Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt	Eingang Museum für Gegenwartskunst, St. Alban-Rheinweg 60
Leitung	Eveline Schüep
Kosten	Fr. 20.- (exkl. Eintritt)
Besonderes	Eine Zusammenarbeit mit den Museumsdiensten basel
Anmeldung	bis 2. September

Ausflüge

Albert Anker – Jubiläumsausstellung

Es lohnt sich, zum 100. Todestag dieses wichtigen Schweizer Malers, die Sonderausstellung zu besuchen.

Datum	24. August
Tag/Zeit	Dienstag, 08.45 - ca. 14.00 Uhr
Treffpunkt	08.45 Uhr «Treffpunkt» Schalterhalle SBB, Abfahrt 09.03 Uhr (Ticket Basel - Bern bitte selber lösen)
Leitung	Elisabeth Winkler
Kosten	Fr. 30.- (exkl. Bahn, Museumseintritt)
Besonderes	Freiwilliges gemeinsames Mittagessen möglich
Anmeldung	bis 10. August

Petite Camargue Alsacienne

Beim Rundgang durch das Naturschutzgebiet gibt es viel zu sehen: Bis zu 150 Vogelarten, Amphibien, Schottische Hochlandrinder und mehr.

Datum	26. August
Tag/Zeit	Donnerstag, 07.50 - 12.30 Uhr
Treffpunkt	07.50 Uhr Fischmarkt, DistriBus 604 bis Neuweg. Abfahrt 08.01 Uhr
Leitung	Petite Camargue
Kosten	Fr. 30.- (inkl. Busbillette)
Besonderes	Sehr gut zu Fuss! ID mitnehmen!
Anmeldung	bis 12. August

Bundeshaus Bern – während der Session

Datum	21. September
Tag/Zeit	Dienstag, 08.30 - ca. 13.30 Uhr
Treffpunkt	08.10 Uhr «Treffpunkt» Schalterhalle, Abfahrt 08.28 Uhr (Ticket Basel-Bern bitte selber lösen)
Leitung	Bundeshaus
Kosten	Fr. 30.- (exkl. Zugticket)
Besonders	Gut zu Fuss! Pass oder ID mitnehmen!
Anmeldung	bis 7. September

Vorträge

Das Basler Konzil (1431-48)

Zu den Folgen des Konzils gehört die Gründung der Universität. Wie aber kam es zum Konzil von Basel und was wurde behandelt?

Datum	17. August
Tag/Zeit	Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr
Ort	Zunftsaal Schmiedenhof, Rümelinsplatz
Leitung	Helen Liebendorfer
Kosten	Fr. 20.-
Anmeldung	bis 3. August

Vertonungen von Goethes Faust

Goethes Faust-Werke haben ihre Spuren in der Musikwelt hinterlassen. Wir lernen einige Vertonungen mit Beispielen kennen.

Datum	10. September
Tag/Zeit	Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr
Ort	Zunftsaal Schmiedenhof, Rümelinsplatz
Leitung	Marcus Schneider
Kosten	Fr. 20.-
Anmeldung	bis 31. August

Tools, Twitter, URL – was heisst das?

Begriffe wie Podcast, Doodle, Facebook und vieles mehr werden Ihnen verständlich erklärt und Fragen kompetent beantwortet.

Daten	10. und 24. September
Tag/Zeit	Freitag, 14.00 - 15.30 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Irene Stenner, EDV-Kursleiterin
Kosten	50.-
Anmeldung	bis 25. August

Pilzkurs

Die Pilzkontrolleurin führt Sie in die Welt der Pilze und des «Pilzelns» ein und begleitet Sie auf eine Exkursion in den Hardwald.

Daten	15. und 17. September
Tag/Zeit	Mi und Fr, 14.00 - 16.00 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Susanne Eggimann, Pilzverein Birsfelden
Kosten	Fr. 70.-
Besonderes	Gut zu Fuss für Exkursion!
Anmeldung	bis 1. September

Farbe und Stil

Eine Einführung in die Farb- und Stilberatung mit Tipps und Anregungen.

Datum	20. September
Tag/Zeit	Montag, 14.00 - 17.00 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Edith Gisin
Kosten	Fr. 50.-
Anmeldung	bis 6. September

Bachblüten zur Eigennutzung

Sie lernen die verschiedenen Bachblüten und Austestverfahren kennen, damit Sie mit innerer Sicherheit die richtige Blüte wählen können.

Daten	21. und 23. September
Tag/Zeit	Di und Do, 14.00 - 16.00 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Sabine Anderhub
Kosten	Fr. 70.-
Anmeldung	bis 7. September

Atemkraft schöpfen

Die Bedeutung des Atems für die Gesundheit von Körper, Seele und Geist. Wie Atemform und -rhythmus unser Wohlbefinden beeinflussen.

Datum	22. September
Tag/Zeit	Mittwoch, 14.30 - 16.00 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Carmen Siegrist, Atemtherapeutin
Kosten	Fr. 20.-
Anmeldung	bis 8. September

Spiele

Jassen für Anfänger

Das Ziel des Kurses ist der beliebte «Schieber».

Daten	20. August - 17. September (5x)
Tag/Zeit	Freitag, 14.00 - 16.00 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Ruth Moser
Kosten	Fr. 160.-
Anmeldung	bis 9. August

IMMER IN GÜTER

GESELL- SCHAFT

Sich anregen lassen, Neues kennen lernen, sich im Café treffen,
sich auf einen Theaterbesuch vorbereiten, Ideen für Ausflüge finden,
die internationale Presse durchstöbern, sich wohlfühlen...

Dies und vieles mehr tun jeden Tag 1'000 Leute in der Kantonsbibliothek
Baselland.

Öffnungszeiten:

Montag geschlossen

Dienstag bis Freitag

9.00 – 18.30

Samstag und Sonntag*

9.00 – 16.00

*nur Oktober - April

emma herwegh-platz 4

ch-4410 liestal

tel. 061 552 50 80

kantonsbibliothek@bl.ch

www.kbl.ch

www.e-kbl.ch



kantonsbibliothek
baselland

Patience legen für Anfänger

Sie lernen historische, klassische, moderne, bekannte und unbekannte Patienzen in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen.

Basel

Daten 10. und 17. September
 Tag/Zeit Freitag, 14.00 - 17.00 Uhr
 Ort akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
 Leitung Renate Meier
 Kosten Fr. 95.-
 Anmeldung bis 27. August

Liestal

Daten 3. - 17. September (3x)
 Tag/Zeit Freitag, 14.00 - 16.00 Uhr
 Ort Regionalstelle Liestal, Bahnhofstr. 4
 Leitung Maya Pfau
 Kosten Fr. 95.-
 Anmeldung bis 23. August

Schachtreff

Birsfelden
 Tag/Zeit Montag, 14.00 - 17.00 Uhr

Sissach

Tag/Zeit Montag, 14.00 - 17.00 Uhr

Senioren-Theater

Sissach
 Tag/Zeit Auf Anfrage

Literatur, Musik und Gestalten

Semesterkurse

Anmeldung

Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Schnupperstunde und Preis auf Anfrage.

Aquarellieren

Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene. Sie werden in die Technik des Aquarellmalens eingeführt und lernen den Umgang mit Material und Farben.

Basel

Dienstag, 09.00 - 11.00 Uhr
 Mittwoch, 09.00 - 11.00 Uhr
 Donnerstag, 09.00 - 11.00 Uhr

Liestal

Donnerstag, 14.00 - 16.00 Uhr

Malen und Zeichnen

Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene. Sie werden individuell begleitet nach Ihrer Wahl der Technik. Vom Zeichnen nach Vorlagen, Skizzieren mit Kohlestiften bis zum Wasserfarbenmalen.

Basel

Freitag, 14.30 - 16.00 Uhr

Altflötenkurs für fortg. Anfänger

Anhand von einfachen klassischen Stücken werden die Tonleiter, das mehrstimmige Zusammenspiel und das «ab Blatt»-Lesen geübt.

Basel

Mittwoch, 11.00 - 12.00 Uhr

Altflötenkurse für Fortgeschrittene

Sie beherrschen die Tonskalen auf der Flöte und können gut ab Blatt spielen. Das Zusammenspiel von 3- bis 4-stimmigen Stücken sollte kein Problem für Sie sein.

Basel

Mittwoch, 08.30 - 09.45 Uhr
 Mittwoch, 09.55 - 10.55 Uhr

Flötenensemble

Das Ensemble besteht aus 16 Teilnehmer/-innen. Alt-, Tenor- und Bass-Flöten sind herzlich willkommen.

Basel

Mittwoch, 09.30 - 10.45 Uhr
 Dienstag, 14.00 - 15.30 Uhr
 (ab 10.8, 14-täglich)

Itingen

Montag, 10.00 - 11.30 Uhr
 (ab 9.8, 14-täglich)

Chor

Sie singen von Volksliedern aus aller Welt über klassische Lieder bis zu besinnlichen Kirchenliedern.

Basel

Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr

Pratteln

Mittwoch, 09.30 - 11.00 Uhr

Kammerorchester

Sie beherrschen Ihr Instrument und möchten das Zusammenspiel üben und geniessen. Gespielt werden klassische Werke aus allen Epochen.

Liestal

Freitag, 09.30 - 11.30 Uhr

Bläser Regio Basel

Pratteln

Mittwoch, 14.00 - 16.00 Uhr

Handharmonika-Gruppe «Sunneschyn»

Birsfelden

Dienstag, 14.00 - 15.30 Uhr

Kurse

Basel

Sommerkurs – Aquarellieren

Von der Skizze zum Aquarell: In diesem Intensivkurs wird, wenn immer möglich, im Freien gemalt mit Wasserfarben, Bleistift, Kohle oder Kreide am Rhein/Altstadt/Grün 80.

Daten 19. - 23. Juli (5x)

Tag/Zeit Montag - Freitag, 09.00 - 11.30 Uhr

Ort akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Antoinette Godet

Kosten Fr. 180.-

Besonderes Material und Klappstuhl mitbringen! Bei schlechtem Wetter im akzent forum

Anmeldung bis 7. Juli

Sommerkurs – Zeichnen

Sehen lernen durch Zeichnen. Mit Bleistift, Kohle, Kugelschreiber oder Filzstift, wird die Kunst von Licht und Schatten, von Perspektive, von Bewegung mit minimalen Strichen geübt und umgesetzt.

Daten 26. - 30 Juli (5x)

Tag/Zeit Montag - Freitag, 09.00 - 11.30 Uhr

Ort akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Antoinette Godet

Kosten Fr. 180.-

Besonderes Zeichenblock A3 mitnehmen!

Anmeldung bis 12. Juli

Musizieren kann Jeder

Musizieren mit Rhythmus- und Klanginstrumenten ohne Leistungsdruck und unter kompetenter Anleitung.

Daten	24. August - 21. September (5x)
Tag/Zeit	Dienstag, 09.30 - 11.00 Uhr
Ort	Pro Senectute beider Basel, Kaserne, Klybeckstrasse 1b, (Haltestelle Kaserne, Tram 8)
Leitung	Marie Claire Egger-Betschart
Kosten	Fr. 150.-
Besonderes	Keine Vorkenntnisse nötig!
Anmeldung	bis 9. August

Und ausserdem...

Des Gartens edle Geister: Likörlabor

Sie stellen selbst die Fruchtlör-Ansätze im Kurs her. Nach Ablauf der Reifezeit können Sie diese zuhause abfüllen und geniessen.

Daten	3. Juli
Tag/Zeit	Samstag, 14.00 - 18.00 Uhr
Ort	Talweg 77, Riehen
Leitung	Monique und Olivier Burnand
Kosten	Fr. 120.- (exkl. Fr. 30.- Material; bitte direkt an KL bezahlen)
Besonderes	Findet im Garten statt (bei jeder Witterung)!
Anmeldung	bis 21. Juni

Tigerbalsam selbst gemacht

Aus Kräutern, Blüten, Ölen und Harzen stellen Sie in Handarbeit Auszüge her. Sie lernen den Umgang mit Mörser, Wasserbad, Waage und erfahren, wie man Stoffe in Lösung bringt.

Daten	16. September
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 - 18.00 Uhr
Ort	akzent forum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Monique Burnand
Kosten	Fr. 100.- (exkl. Material Fr. 20.-)
Besonderes	In Zusammenarbeit mit Bioterra
Anmeldung	bis 30. August

Apéro riche – Zeit für Ihre Gäste

Sie bereiten eine bunt gemischte Auswahl von raffinierten Häppchen zu und erhalten Tipps zu Vorbereitung und Aufbewahrung.

Daten	16. September
Tag/Zeit	Donnerstag, 10.30 - 13.30 Uhr
Ort	Berufsfachschule, Kohlenberggasse 10
Leitung	Edith Kühnis, Hauswirtschaftslehrerin
Kosten	Fr. 68.- (exkl. Material Fr. 20.-)
Anmeldung	bis 30. August

- *Reinigungen*
- *Umzüge*
- *Räumungen*
- *Gartenarbeiten*
- *Hilfsmittel*
- *Mahlzeiten*



Computer, Fotografie und Handy

Wir bieten mehr

Sie werden in einer **Kleingruppe** mit 5 - 6 Teilnehmerinnen und Teilnehmern unterrichtet. Die kleine Gruppengrösse ermöglicht es unseren Kursleiterinnen und Kursleitern, auf alle Lernenden persönlich einzugehen.

Sie lernen bei uns in allen Kursen zusammen mit Menschen in Ihrer **Altersgruppe (55+)**.

Ausserdem erhalten Sie von uns speziell für Sie erstellte **Kursunterlagen**, die klar und verständlich sind und Ihnen bei der Computerarbeit zu Hause als Hilfe dienen können.

Bei allen Kursen können Sie zusätzlich und kostenlos 1 oder 2 **Übungslektionen** über Mittag besuchen.

Kurse, Beratung

Wir unterrichten mit den Betriebssystemen **Windows XP** und mit **Windows 7**. Auch Kursteilnehmende mit dem Betriebssystem **Windows Vista** sind in den Kursen willkommen. Für **Mac-Anwenderinnen und -Anwender** bieten wir Privatstunden und Privatkurse an (siehe «Privatangebote»).

Die Kurse finden im akzent forum zwischen 08.00 und 20.00 Uhr statt. Wir organisieren laufend neue Kurse.

Wenn Sie nicht wissen, welcher Kurs für Sie die richtige ist, können Sie sich gerne von uns beraten lassen. Rufen Sie uns an. Unsere Fachleiterin steht Ihnen jederzeit zur Verfügung.

Info-Nachmittag

Am Info-Nachmittag stellen wir Ihnen das EDV-Kursangebot vor. Sie haben Gelegenheit, Fragen zu stellen und sich beraten zu lassen.

Dienstag, 22. Juni

16.00 und 17.00 Uhr

Computeria

Einmal im Monat findet im akzent forum von 18.00 bis 20.00 Uhr ein Vortrag zu einem aktuellen Thema aus der Computerwelt statt.

In der Pause haben Sie Gelegenheit, in der Cafeteria Erfahrungen auszutauschen.

Sommerpause Juli und August

Besondere Kurse

Neu: Schnupperkurs Internet

Sie interessieren sich für das Internet und möchten es einmal selber ausprobieren? Sie haben keine Computerkenntnisse und wissen nicht, ob Sie sich wirklich auf die Computerwelt einlassen wollen? Der Schnupperkurs Internet hilft Ihnen, eine Entscheidung zu treffen.

Voraussetzungen: Keine

75 Min., Fr. 29.-

Wochenendkurs in Staufen

Makro- und Landschaftsfotografie

In diesem Praxiskurs lernen Sie die wichtigsten Grundeinstellungen für die erfolgreiche Bedienung der eigenen Digitalkamera kennen und erhalten technische und gestalterische Tipps um mehr aus ihren Bildern herauszuholen.

Kursort: Staufen u. Umgebung

Kursleitung: Urs Hartmann, Fotograf

Daten: 28./29. August

Anmeldung bis spätestens 15. Juli

2 x 4 Lektionen, Fr. 180.-

Unterkunft im EZ (exkl. Mittag- und Abendessen/ Anfahrt) Fr. 129.60

Mac-Angebot

Mac-Kurse bei Ihnen zu Hause

Sie besitzen einen Apple Computer und möchten einen auf Ihr Lerntempo zugeschnittenen Einführungs- oder Vertiefungskurs besuchen.

Unser auf Mac spezialisierter Kursleiter unterrichtet Sie an Ihrem eigenen Computer bei Ihnen zu Hause.

5 x 1 Stunde (Privatunterricht), Fr. 450.- (exkl. Wegpauschale)

Wir bieten auch Support und einzelne Privatstunden für Mac-Nutzerinnen und -Nutzer an (vgl. «Privatangebote»).

PC Grundlagen

PC Basis (PC1)

Schritt für Schritt die PC-Handhabung und wichtigsten Computeranwendungen kennenlernen.

Computer starten, herunterfahren, die Maus/Tastatur bedienen, Programme öffnen und schliessen, Texte schreiben, korrigieren, speichern und ausdrucken.

Voraussetzungen: Keine

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

PC Aufbau (PC2)

Wissenslücken schliessen und Grundlagen vertiefen. Ideal als Auffrischungskurs und für alle, die auf das Betriebssystem Windows Vista oder Windows 7 umsteigen möchten.

Dokumente speichern, löschen, verschieben und wiederherstellen. Dateien auf dem PC organisieren, Ordner erstellen und nutzen. Texte und Bilder auf CD brennen und auf den Memory Stick speichern.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

PC Vertiefung (PC3)

Stolpersteine in der Computerhandhabung eliminieren und das Arbeiten mit dem Windows Betriebssystem vertiefen.

Repetition «PC Aufbau», Systemsteuerung, Programme installieren oder deinstallieren (löschen), Windows Updates, Sprache ändern, Festplatte auf Fehler überprüfen, sinnvolle Datensicherung von Bildern, Dokumenten, E-Mail-Adressen und Favoriten, Datenkomprimierung. Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Office-Programme

(Word, Excel, Powerpoint, Access)

Microsoft Word Basis (OW1)

Grundfunktionen von Microsoft Word nutzen und einfache Textdokumente (Briefe, Einladungen, Listen etc.) erstellen.

Zum Beispiel Tabulatoren setzen, einfache Grafiken einfügen, Papierformat bestimmen, Rechtschreibprüfung nutzen.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Microsoft Word Aufbau (OW2)

Erstellen und Bearbeiten von komplexen Dokumenten und eigene Stolpersteine in Word beheben. Auch für Umsteiger von Word 2003 auf Word 2007 geeignet.

Wiederholung «Microsoft Word Basis», Tabellen und Vorlagen erstellen, Symbole, ClipArts und Bilder einfügen, verschiedene Funktionen wie zum Beispiel «Rahmen und Schattierung» oder Adresslisten und Etiketten kennenlernen.

Voraussetzungen: Kurs «Microsoft Word Basis» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Fokus: Glückwunschkarten (F01)

Textdokumente mit Bildern ergänzen, und Karten, Einladungen, Visitenkarten etc. gestalten.
Mit verschiedenen Schriftarten arbeiten, Clip-Arts oder Bilder aus dem Internet in ein eigenes Dokument einfügen, individuell gestalten und drucken.

Voraussetzungen: Kurs «Microsoft Word Basis» oder entsprechende Kenntnisse
2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 155.-, inkl. 1 Übungslektion

Microsoft Excel Basis (OE1)

Excel als unentbehrliches Hilfsmittel zur Führung des persönlichen Kassabuches, Bankkontos oder Budgets kennenlernen. Einfache Adresslisten erfassen und auswerten.

Daten eingeben, Tabellen übersichtlich gestalten und drucken, grundlegende Funktionen wie z.B. Summe, Durchschnitt anwenden und mit Formeln rechnen, Zahlenformate definieren, mit Excel rechnen, Zahlenwerte in Grafiken umsetzen, Adresslisten anlegen.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse
5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Microsoft Excel Aufbau (OE2)

Wiederholung und Vertiefung von «Excel Basis». Komplexe Budgets und Berechnungen erstellen, eine Datenbank einrichten, zum Beispiel für einen Verein.

Komplexere Formeln und Funktionen anwenden, beispielsweise Wenn-Funktion, Runden, Prozentrechnen, absolute und relative Bezüge. Detalliertes Arbeiten mit Diagrammen, Einsatz von Format- und Mustervorlagen, Verknüpfung von Tabellen.

Voraussetzungen: Kurs «Excel Basis» oder entsprechende Kenntnisse
5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Microsoft Access Basis (OA1)

Die eigenen Rezepte, die Briefmarken- oder Weinsammlung etc. mit einer Access-Datenbank nach individuellen Bedürfnissen verwalten.

Tabellen erstellen, Felder definieren, Datentypen unterscheiden, Filtern von Datensätzen und einfache Auswahlabfragen.

Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau» oder entsprechende Kenntnisse

Besonderes: Auf Wunsch führen wir auch Access Aufbaukurse durch!
5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Microsoft PowerPoint Basis (OP1)

Einladungen und Glückwunschkarten gestalten und Präsentationen, z.B. eine Diashow mit eigenen Bildern erstellen.

Texte eingeben, bearbeiten und gestalten, neue Folien erstellen und verwalten, WordArt, ClipArt, Bilder und eigene Fotos einfügen, Zeichnungsobjekte erstellen und gestalten, Präsentation auf CD brennen.

Voraussetzungen: Kurs «Microsoft Word Basis» oder entsprechende Kenntnisse

Besonderes: Auf Wunsch führen wir auch PowerPoint-Aufbaukurse durch!

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Internet und E-Mail**Internet Basis (IN1)**

Grundlagen des «World Wide Web» kennenlernen, zum Beispiel die gezielte, sichere und erfolgreiche Suche nach Informationen oder Produkten.

Anschluss ans Internet, Handhabung des Internetbrowsers d.h. WWW-Seiten aufrufen, navigieren und speichern, Favoriten erstellen, Sicherheitsfragen thematisieren.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Internet Aufbau (IN2)

Wiederholung und Vertiefung von «Internet Basis» für Personen, die das Internet regelmässig nutzen und sich vertieft mit dessen Möglichkeiten auseinandersetzen wollen.

Internetinhalte drucken und kopieren, Einkaufen, Buchen, Sicherheit beim Zahlen mit Kreditkarten, Download z.B. von Skype, Browsereinstellungen, Virenschutz.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

E-Mail Basis (IE1)

Grundfunktionen des E-Mail-Programms kennenlernen und anwenden. Mit Webmail, zum Beispiel auf einer Ferienreise, E-Mails versenden und empfangen.

Grundlagen der elektronischen Post, E-Mails versenden, beantworten, weiterleiten, Bilder und Textdokumente (Anlagen) senden, öffnen, speichern und drucken, Grundlagen Webmail.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Fokus: Adressbuch (FW11)

Adressbücher erstellen, verwalten und effizient im Alltag einsetzen.

Adressgruppen erstellen und verwalten, E-Mails an Gruppen versenden, Funktionen von Ordnerstrukturen und Regeln.

Voraussetzungen: Kurs «E-Mail Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 155.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: eBay (FW7)

Mittels einer Auktionsplattform im Internet Gegenstände (Möbel, Bilder, Schmuck, Haushaltsgeräte etc.) kaufen und verkaufen.

Konto anmelden und einrichten, Artikel suchen, kaufen und verkaufen, Informationen zur Zahlungsweise und zu möglichen Risiken.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 155.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Briefmarken drucken (FW6)

Mit Webstamp gültige Briefmarken mit eigenen Bildern gestalten und auf Kuverts oder Etiketten drucken.

Anmeldevorgang, Hochladen eigener Fotos, Vorbereitung für den Druck.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

1 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 85.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Podcasts (FW2)

Gratis verfügbare Fernseh- und Radiosendungen (Podcasts) auf den Computer laden, um diese zu einem späteren Zeitpunkt zu sehen oder zu hören.

Download von iTunes, Suchen der gewünschten Sendungen/Titel, Gratisabonnemente einrichten und auf MP3-Player überspielen.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 155.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: iTunes (FW12)

Das Gratis-Programm iTunes für das Verwalten von Musik, Videos und Bildern nutzen.

Download von iTunes, Musik importieren, Wiedergabelisten erstellen, CDs zusammenstellen und brennen, iPod und iPhone synchronisieren.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 155.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Internet-Telefonie (FW4)

Über das Internet weltweit telefonieren.

Nutzen und Varianten der Internet-Telefonie, Informationen zu verschiedenen VideoCalls und Messenger, Skype einrichten, kennen- und bedienen lernen.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

1 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 85.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Weniger Spam (Werbung) (FW10)

Vorsichtsmassnahmen gegen lästige Werbung, die per E-Mail versendet wird.

Spam, Viren, Trojaner und andere Malware, Antivirenprogramm einrichten und aktualisieren, Sicherheitseinstellungen, Regeln in Outlook erstellen.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 155.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Gratis-Software (FW8)

Frei verfügbare Software sind oft eine gute Alternative zu teuren Programmen.

Unterscheidung von OpenSource, Freeware, Shareware und Trial Software. Beispiele kennenlernen wie z.B. Open Office, Gimp, Paint.net, PDF Creator und AntiVir. Installation und Sicherheit.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

1 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 85.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Google-Anwendungen (FW3)

Google stellt eine Reihe kostenloser Anwendungen, die ständig ausgebaut werden, zur freien Nutzung für Privatanwender zur Verfügung.

Texte und Fotos online präsentieren, Termine organisieren, über den Computer telefonieren, Dokumente und Tabellen online erstellen und zeitgleich mit anderen bearbeiten, mit Google Earth die Welt erkunden etc.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 155.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Suchen im Internet (FW1)

Die Informationsflut auf dem Internet wird täglich umfangreicher und das Suchen und Finden zu einer immer grösseren Herausforderung.

Funktionen von Suchmaschinen, Metasuchmaschinen und Portalen, Tipps und Tricks für die erfolgreiche Suche von Themen, Büchern, News, Telefonnummern etc.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 155.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Bankkonto per Internet (FW5)

Post- und Bankkonten online verwalten und Zahlungen bequem zu Hause erledigen.

Anmeldung und Bewirtschaftung des Online-Kontos, Informationen zur Sicherheit im Online-Zahlungsverkehr.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

1 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 85.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Steuererklärung (FW9)

Steuererklärung (BS und BL) vom Internet downloaden und ausfüllen.

Download, Installation, Import Daten Vorjahre, Eingabe, Ausdruck und Sicherung.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

1 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 85.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Makrofotografie (FF1)

Praxiskurs im Botanischen Garten: Erlernen der Makrofotografie.

Einstellung der Digitalkamera, Hilfsmittel und Techniken, Bildgestaltung, Visionierung und Ausdruck eigener Bilder.

Voraussetzungen: Kurs «Digitalfotografie Basis» oder entsprechende Kenntnisse, eigene Digitalkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten

2 x 3 Lektionen à 50 Min., Fr. 240.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Kinder- und Tierfotografie (FF2)

Praxiskurs im Tierpark Lange Erlen: Erlernen der Fotografie von bewegten Objekten.

Einstellung der Digitalkamera, Hilfsmittel und Techniken, Bildgestaltung, Visionierung und Ausdruck eigener Bilder.

Voraussetzungen: Kurs «Digitalfotografie Basis» oder entsprechende Kenntnisse, eigene Digitalkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten

2 x 3 Lektionen à 50 Min., Fr. 240.-, inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Landschaftsfotografie (FF3)

Praxiskurs im Wenkenpark Riehen: Erlernen der Landschaftsfotografie.

Einstellung der Digitalkamera, Hilfsmittel und Techniken, Bildgestaltung, Visionierung und Ausdruck eigener Bilder.

Voraussetzungen: Kurs «Digitalfotografie Basis» oder entsprechende Kenntnisse, eigene Digitalkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten

2 x 3 Lektionen à 50 Min., Fr. 240.-, inkl. 1 Übungslektion

Digitalfotografie

Digitalfotografie Basis (DF1)

Die wichtigsten Grundeinstellungen für die erfolgreiche Bedienung der eigenen Digitalkamera kennenlernen und praktisch damit arbeiten.

Bildgrösse, Bildqualität, Digitalzoom, Autofokus-Messfeld, ISO-Empfindlichkeit-Einstellungen, Weissabgleich, Blitz, Makro, Belichtungskorrektur (+/-), Motivprogramme, Selbstauslöser, Bildwiedergabe. Praxis-Tipps und -Tricks zu allerlei Aufnahmesituationen.

Voraussetzungen: Eigene Digitalkamera

3 x 3 Lektionen à 50 Min., Fr. 353.-, inkl. 1 Übungslektion

Digitalfotografie Aufbau (DF2)

Themen vom Kurs «Digitalfotografie Basis» repetieren und vertiefen und mehr über Gestaltungsgrundlagen beim Fotografieren erfahren.

Einstellungen von Blende/Verschluss inkl. manueller Belichtungssteuerung, Perspektive und Bildaufbau, Bildausschnitt, Bildkomposition und fortgeschrittene Praxis-Tipps und -Tricks zu allerlei Aufnahmesituationen.

Voraussetzungen: Kurs «Digitalfotografie Basis» oder entsprechende Kenntnisse, eigene Digitalkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten

3 x 3 Lektionen à 50 Min., Fr. 353.-, inkl. 1 Übungslektion

Bilderarchivierung und -bearbeitung

Digitalkamera & Computer Basis (BD1A)

(mit Picasa)

Die Ordnungsstruktur auf dem Computer verstehen lernen, Dokumente und Bilder für die eigenen Bedürfnisse sinnvoll organisieren.

Bilder von der Kamera auf den Computer übertragen, verschieben, umbenennen, per E-Mail versenden, drucken und per Internet an das Fotolabor weitergeben, Sicherungskopien anlegen, Bilder auf CD brennen und auf einen Memorystick speichern.

Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-, inkl. 2 Übungslektionen

Digitalkamera & Computer Basis (BD1B)

(mit Photoshop Elements)

Dieser Kurs ist identisch mit Kurs (BD1A), konzipiert für Personen, die sich für die weiterführende Bildbearbeitung mit Photoshop Elements interessieren.

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 380.-,
inkl. 2 Übungslektionen

Fokus: Diashow (FB2)

(mit Photoshop Elements)

Mit Digitalkamerabildern eine Diashow mit Texten und Musik für die Ansicht am PC und am Fernsehgerät erstellen.

Erstellen einer Diashow mit Bildern, Texten und Musik, Brennen auf CD.

Voraussetzungen: Kurs «Digitalkamera & Computer Basis», mit Photoshop Elements oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 165.-,
inkl. 1 Übungslektion

Fokus: Fotobücher und Kalender (FB1)

Mit Ihren eigenen Fotos ein Fotobuch oder einen Kalender gestalten und per Internet bei einem beliebigen Anbieter bestellen.

Gratis Software downloaden und installieren, Bilder auswählen und bearbeiten, Hintergründe und Texte hinzufügen, Kreation speichern und bestellen.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

1 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 85.-,
inkl. 1 Übungslektion

Bildbearbeitung Basis (BB1)

Grundlagen der Bildbearbeitung mit Photoshop Elements kennenlernen und neu erworbenes Wissen anhand von praktischen Beispielen üben.

Grundlagenwissen zu digitalen Bildern, Helligkeit und Kontrast verändern, mit Farben experimentieren, Variationen, Bildfehler korrigieren. Bildteile auswählen, Bilder mit Texten kombinieren und auf Fotopapier ausdrucken.

Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 405.-,
inkl. 2 Übungslektionen

Bildbearbeitung Aufbau (BB2)

Wiederholung der Themen von «Bildbearbeitung Basis». Erweiterte Kenntnisse wie Kombination von verschiedenen Bildern und komplexe Bildretouren anwenden.

Stempel und Reparaturpinsel verwenden, Ebenentechnik anwenden, mit Filtern und Effekten experimentieren, Auswahlwerkzeuge richtig einsetzen, Bilder mit Texten kombinieren, eigene Bildkomposition erstellen und drucken.

Voraussetzungen: Kurs «Bildbearbeitung Basis» oder entsprechende Kenntnisse
5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 405.-,
inkl. 2 Übungslektionen

Handybedienung**Handybedienung Basis (HB1)**

(ohne Computer)

In diesem Kurs erfahren Sie mehr über die mobile Kommunikation und lernen den Umgang mit Ihrem Handy kennen.

Anbieter und Zahlungssysteme, Tastensperre, Telefonieren, Adressbuch erstellen und bedienen, Anrufbeantworter, SMS erstellen, senden und empfangen.

Voraussetzungen: Eigenes Handy zum Üben

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 96.-

Handybedienung Aufbau (HB2)

(ohne Computer)

Sie möchten mit Ihrem Handy den SBB Fahrplan für unterwegs konsultieren, eine Telefonnummer oder das Kinoprogramm einer beliebigen Stadt suchen.

MMS und E-Mails empfangen und versenden, Handy und Internet sicher nutzen, Kostenfallen kennen, mögliche Verknüpfungen von Handy und PC.

Voraussetzungen: Eigenes Handy mit W-Lan-Funktion zum Üben

2 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 96.-

Siehe auch unter «Privatangebote»

Multimedia**Videobearbeitung Basis (MV1)**

Grundelemente des digitalen Videoschnitts mit Premiere Elements kennenlernen, Filme von der Kamera auf den Computer übertragen und editieren (schneiden).

Videos einlesen, Schnitte setzen, mit Ton arbeiten, Vor- und Nachspann erstellen.

Voraussetzungen: Gute PC-Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 405.-,
inkl. 2 Übungslektionen

Videobearbeitung Aufbau (MV2)

Repetition von «Videobearbeitung Basis», mit erweiterten Funktionen arbeiten, das Video mit Ton unterlegen und auf DVD exportieren.

Rolltext, Schnitt- und Bildeffekte erstellen, Standbilder einfügen, Musik importieren und schneiden, besondere Toneffekte, Menu erstellen, Film- und Szenenauswahl erstellen, DVD brennen.

Voraussetzungen: Kurs «Videobearbeitung Basis» oder entsprechende Kenntnisse
5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 405.-,
inkl. 2 Übungslektionen

Website Basis (MW1)

Eine eigene Website mit Website Maker 3 (Shareware) erstellen, pflegen und bearbeiten, ohne in teure Software und lange Ausbildungen zu investieren.

Grundlagen der Technik und Gestaltung von Websites. Veröffentlichen von Fotos, Videos und Musik, einbauen von Besucherzähler, Gästebuch und Passwortschutz.

Voraussetzungen: Gute PC-Kenntnisse
5 x 2 Lektionen à 50 Min., Fr. 405.-,
inkl. 2 Übungslektionen

Privatangebote**Kaufberatung**

Sie möchten einen Computer (Mac oder Windows PC), ein Handy oder eine Digitalkamera kaufen, wissen aber nicht, was Sie dabei beachten müssen?

Nach unserer Beratung haben Sie genug Informationen, um das Gerät zu finden, das für Sie das richtige ist. Wir beraten Sie auch beim Kauf von Peripherie-Geräten (Drucker, Scanner...) oder beim Einrichten eines Internet-Anschlusses.

1 Lektion, Fr. 75.- (im Kurszentrum)

Begleitung beim Computerkauf

Sie fühlen sich in den Computershops unsicher und können den Computer nicht alleine nach Hause tragen.

Wir begleiten Sie zum Computerkauf, richten Ihnen Ihr Gerät inkl. Internet-Anschluss ein, bringen dieses zu Ihnen nach Hause und nehmen Ihnen alle technischen Sorgen mit Ihrer Neuan schaffung ab.

1 Lektion, Fr. 75.- (exkl. Wegpauschale)

Support (Mac und Windows PC)

Haben Sie Probleme mit Ihrem Computer, mit Hard- oder Software? Funktioniert plötzlich etwas nicht mehr oder möchten Sie Ihren Computer an das Internet anschliessen?

Rufen Sie uns an! Wir organisieren eine Fach person, die zu Ihnen nach Hause kommt und Ihnen weiterhilft. Wir richten auch Ihren Arbeitsplatz ein, wenn Sie einen neuen Computer gekauft haben und beraten Sie, welcher Internet-Anschluss der richtige für Sie ist.

1 Stunde, Fr. 100.- (exkl. Wegpauschale)

Privatstunden (Mac und Windows PC)

Sie möchten keinen Gruppenkurs besuchen, aber Gelerntes auffrischen und ergänzen oder punktuelle, von Ihnen gewünschte Themen erlernen?

1 Stunde, Fr. 120.- (exkl. Wegpauschale)

Privatlektion Digitalkamera

Sie möchten die wichtigsten Einstellungen und Menufunktionen Ihrer Digitalkamera besser kennenlernen.

Eine Fachperson erklärt Ihnen die Handhabung Ihres Gerätes und beantwortet Ihre Fragen rund ums Fotografieren. Sie können alleine oder zu zweit teilnehmen.

1 Lektion, Fr. 75.-, 2 Lektionen, Fr. 140.-

Privatlektion Handy

Sie möchten die wichtigsten Einstellungen und Menufunktionen Ihres Handys besser kennenlernen.

Eine Fachperson erklärt Ihnen die Handhabung Ihres Natels.

1 Lektion, Fr. 75.-

Privatlektion iPhone

Sie möchten die einmaligen Möglichkeiten Ihres iPhones kennenlernen und nutzen.

Eine Fachperson erklärt Ihnen die Handhabung Ihres iPhones und beantwortet Ihre Fragen zu dem Funktionsumfang Ihres Gerätes.

Funktionen ohne Computer, 1 Lektion, Fr. 75.-

Funktionen mit Computer, 1 Stunde, Fr. 120.- (exkl. Wegpauschale)

Privatlektion iPod

Sie möchten die wichtigsten Einstellungen und Menufunktionen Ihres iPods besser kennenlernen und nutzen.

Eine Fachperson erklärt Ihnen die Handhabung Ihres iPods und beantwortet Ihre Fragen zu dem Funktionsumfang Ihres Gerätes.

Funktionen ohne Computer, 1 Lektion, Fr. 75.-

Funktionen mit Computer, 1 Stunde, Fr. 120.- (exkl. Wegpauschale)

Computerfragen per Telefon

Sie haben Fragen zu Programmhandhabungen oder möchten ein konkretes Anwendungsproblem lösen.

Sofern Sie über einen getrennten Internet- und einen Telefonzugang verfügen, können Sie sich helfen lassen. Die Kursleitung kann sich, mit Ihrem Einverständnis, auf Ihrem Computer einwählen und Ihnen eins zu eins zeigen, wie Sie Ihr Problem lösen können.

½ Stunde, Fr. 25.- (inkl. normale Telefon- und Internetgebühren)

Voraussetzung: PC-Kenntnisse

Sprachen

Semesterkurse

Wollten Sie schon lange gerne Englisch lernen, weil Sie sich mit dieser Sprache vielerorts verstündigen können? Oder möchten Sie Ihr Französisch auffrischen? Oder haben Sie Lust, Italienisch oder Spanisch zu lernen?

Dann sind Sie bei uns am richtigen Ort: Wir bieten über 100 Sprachkurse in den vier Hauptsprachen an: Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch.

Stufen

AnfängerInnen, Fortgeschrittene AnfängerInnen
Leichte Mittelstufe, Mittelstufe, Fortgeschrittene Mittelstufe, Oberstufe/Konversation/Lektüre

Anmeldung

Der Einstieg in unsere Sprachkurse ist jederzeit möglich. Wir beraten Sie gerne persönlich, damit Sie bei uns einen Kurs finden, der Ihren Kenntnissen und Interessen entspricht. Sie können in den Kursen unentgeltlich schnuppern.

Preise Semesterkurse

Basel-Stadt

Gruppe (5 - 8 Teilnehmende):
Fr. 247.- pro Semester à 19 Lektionen (50 Min.)
Fr. 361.- pro Semester à 19 x 1½ Lektionen (75 Min.)

Kleingruppe (3 - 4 Teilnehmende):

Fr. 361.- pro Semester à 19 Lektionen (50 Min.)

Baselland

Gruppe (5 - 10 Teilnehmende):
Fr. 257.- pro Semester à 19 Lektionen (60 Min.)
Fr. 385.- pro Semester à 19 Lektionen (90 Min.)

Kleingruppe (3 - 5 Teilnehmende):

Fr. 361.- pro Semester à 19 Lektionen (50 Min.)

Englisch

Basel

Fortgeschrittene AnfängerInnen

Montag, 09.00 Uhr	Montag, 10.30 Uhr
Montag, 10.40 Uhr	Montag, 11.00 Uhr
Dienstag, 09.45 Uhr	Dienstag, 14.00 Uhr
Dienstag, 15.00 Uhr	Dienstag, 15.00 Uhr
Dienstag, 16.00 Uhr	Dienstag, 16.00 Uhr
Mittwoch, 09.40 Uhr	Mittwoch, 08.30 Uhr
Mittwoch, 11.00 Uhr	

Leichte Mittelstufe

Montag, 10.00 Uhr	Montag, 15.00 Uhr
Montag, 16.00 Uhr	Dienstag, 08.20 Uhr
Dienstag, 10.45 Uhr	Donnerstag, 15.10 Uhr

Mittelstufe

Montag, 09.00 Uhr	Montag, 09.30 Uhr
Dienstag, 08.30 Uhr	Dienstag, 10.30 Uhr
Mittwoch, 08.30 Uhr	Mittwoch, 14.40 Uhr
Donnerstag, 08.45 Uhr	Donnerstag, 10.35 Uhr
Donnerstag, 14.00 Uhr	Freitag, 08.30 Uhr

Fortgeschrittene Mittelstufe

Dienstag, 09.20 Uhr	Dienstag, 09.30 Uhr
Mittwoch, 09.30 Uhr	Mittwoch, 13.45 Uhr
Donnerstag, 09.00 Uhr	Donnerstag, 09.45 Uhr

Oberstufe / Konversation / Lektüre

Montag, 15.00 Uhr	Mittwoch, 10.40 Uhr
Donnerstag, 08.30 Uhr	Donnerstag, 09.30 Uhr
Donnerstag, 10.30 Uhr	Donnerstag, 15.00 Uhr
Donnerstag, 16.00 Uhr	Freitag, 09.30 Uhr

Allschwil

Mittelstufe	Dienstag, 10.00 Uhr
Mittelstufe	Donnerstag, 09.30 Uhr

Binningen

Mittelstufe	Donnerstag, 08.45 Uhr
Oberstufe	Donnerstag, 10.30 Uhr

Birsfelden

Fortg. Anfänger	Dienstag, 15.40 Uhr
Leichte Mittelstufe	Dienstag, 14.30 Uhr

Bubendorf

Oberstufe	Montag, 09.30 Uhr
------------------	-------------------

Gelterkinden

Fortg. Anfänger	Montag, 14.50 Uhr
Leichte Mittelstufe	Freitag, 13.15 Uhr
Mittelstufe	Freitag, 08.40 Uhr
Fortg. Mittelstufe	Freitag, 09.45 Uhr

Liestal

Fortg. Anfänger	Montag, 17.00 Uhr
Fortg. Anfänger	Dienstag, 09.00 Uhr
Fortg. Anfänger	Mittwoch, 09.00 Uhr
Leichte Mittelstufe	Donnerstag, 14.00 Uhr
Mittelstufe	Mittwoch, 10.15 Uhr

Münchhausen

Mittelstufe	Mittwoch, 09.30 Uhr
--------------------	---------------------

Oberwil

Mittelstufe	Dienstag, 16.30 Uhr
--------------------	---------------------

Sissach

Mittelstufe	Dienstag, 18.00 Uhr
Mittelstufe	Donnerstag, 10.15 Uhr

Spanisch

Basel

Fortgeschrittene AnfängerInnen

Montag,	08.00 Uhr,	Montag,	09.00 Uhr
Montag,	10.30 Uhr	Donnerstag,	08.30 Uhr
Donnerstag,	11.30 Uhr	Freitag,	08.20 Uhr

Leichte Mittelstufe

Freitag,	11.00 Uhr
----------	-----------

Mittelstufe

Donnerstag, 09.30 Uhr	Donnerstag, 10.30 Uhr
Freitag, 09.45 Uhr	Freitag, 10.00 Uhr

Fortg. Mittelstufe

Freitag,	09.30 Uhr
----------	-----------

Oberstufe / Konversation / Lektüre

Donnerstag, 10.45 Uhr

Französisch

Basel

Fortgeschrittene AnfängerInnen

Dienstag, 08.30 Uhr	Dienstag, 14.00 Uhr
Donnerstag, 16.45 Uhr	

Mittelstufe

Dienstag, 10.30 Uhr	Dienstag, 12.50 Uhr
---------------------	---------------------

Oberstufe / Konversation / Lektüre

Dienstag, 15.00 Uhr	Dienstag, 16.00 Uhr
Donnerstag, 15.45 Uhr	

Liestal

Mittelstufe

Montag,	08.45 Uhr
---------	-----------

Italienisch

Basel

Fortgeschrittene AnfängerInnen

Mittwoch, 11.00 Uhr	Mittwoch, 14.00 Uhr
---------------------	---------------------

Leichte Mittelstufe

Mittwoch,	08.30 Uhr
-----------	-----------

Mittelstufe

Dienstag, 09.30 Uhr	Dienstag, 14.00 Uhr
Mittwoch, 11.45 Uhr	Mittwoch, 14.00 Uhr
Mittwoch, 15.00 Uhr	Donnerstag, 15.00 Uhr
Freitag,	08.45 Uhr

Fortg. Mittelstufe

Dienstag, 10.30 Uhr	Mittwoch, 09.30 Uhr
---------------------	---------------------

Oberstufe / Konversation / Lektüre

Dienstag, 08.45 Uhr	Dienstag, 14.00 Uhr
Mittwoch, 10.45 Uhr	Donnerstag, 14.00 Uhr

Aesch

Oberstufe

Donnerstag, 10.15 Uhr

Arlesheim

Mittelstufe

Mittwoch, 09.15 Uhr

Liestal

Fortg. Anfänger

Freitag,	10.45 Uhr
----------	-----------

Mittelstufe

Freitag,	09.00 Uhr
----------	-----------

Spanisch

Basel

Fortgeschrittene AnfängerInnen

Montag,	08.00 Uhr,	Montag,	09.00 Uhr
Montag,	10.30 Uhr	Donnerstag,	08.30 Uhr
Donnerstag,	11.30 Uhr	Freitag,	08.20 Uhr

Leichte Mittelstufe

Freitag,	11.00 Uhr
----------	-----------

Mittelstufe

Donnerstag, 09.30 Uhr	Donnerstag, 10.30 Uhr
Freitag, 09.45 Uhr	Freitag, 10.00 Uhr

Fortg. Mittelstufe

Freitag,	09.30 Uhr
----------	-----------

Oberstufe / Konversation / Lektüre

Donnerstag, 10.45 Uhr

Gymnastik und Fitness

Pilates

Sie lernen Atmung und Bewegung, Kraft und Beweglichkeit zu verbinden und verbessern auf schonende Weise Ihre Körperhaltung, Balance, Koordination, Konzentration und Ausdauer.

Tag/Zeit	Mittwoch, 17.00 - 18.00 Uhr
Ort	Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle, Belchenstr. 15, Basel
Leitung	Dorothea Steiner, Physiotherapeutin und Pilatestrainerin (polstar pilates)
Kosten	Fr. 23.-/Lektion

Männerfit

Fitness für Männer mit den Schwerpunkten Kraft, Beweglichkeit und Koordination.

Basel

Tag/Zeit	Donnerstag, 18.00 - 19.00 Uhr
Ort	Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle, Belchenstr. 15, Basel
Leitung	Bettina Grünenfelder, Turn- und Sportlehrerin, Sporttherapeutin
Kosten	Fr. 12.50/Lektion

Liestal

Tag/Zeit	Donnerstag, 10.00 - 11.00 Uhr
Ort	Sport- und Gesundheitszentrum Rosen, Gymnastikraum, Rosenstr. 21 A, Liestal
Leitung	Peter Brütsch, Turn- u. Sportlehrer
Kosten	Fr. 12.50/Lektion

Körpertraining, Stretching, Entspannung

Dehnende und kräftigende Bewegungsabfolgen, mehrheitlich auf der Gymnastikmatte.

Tag/Zeit	Montag, 16.30 - 17.30 Uhr
Ort	Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle, Belchenstr. 15, Basel
Leitung	Madeleine Schmutz, Bewegungs- und Tanzpädagogin
Kosten	Fr. 17.-/Lektion

PowerGym

Ein speziell ausgerichtetes Herz/Kreislauf-, Beweglichkeits- & Kräftigungstraining mit Musik.

Tag/Zeit	Dienstag, 16.00 - 17.00 Uhr
Ort	akzent forum Turnhalle, Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7, Basel
Leitung	Hedy Streicher, Fitnessinstruktorin
Kosten	Fr. 12.50/Lektion

Sanfte Gymnastik

Gezielte und sanfte Bewegungen kräftigen Ihren Körper und führen zu Wohlbefinden.

Kurs 1

Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 - 15.00 Uhr
Leitung Sabine Chambovey-Malzacher,
Bewegungspädagogin

Kurs 2

Tag/Zeit Montag, 10.45 - 11.45 Uhr
Leitung Barbara Brütsch,
Bewegungspädagogin

Kurs 3

Tag/Zeit Montag, 11.45 - 12.45 Uhr
Leitung Barbara Brütsch,
Bewegungspädagogin

Kurs 4

Tag/Zeit Mittwoch, 10.00 - 11.00 Uhr
Leitung Barbara Brütsch,
Bewegungspädagogin

Ort/Kosten

Kurse 1, 2 und 3
Ort Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle,
Belchenstr. 15, Basel

Kurs 4

Ort Studio Aktiv Wellness,
Hermann Kinkelin-Str. 11, Basel
Kosten jeweils Fr. 12.50/Lektion

Rhythmus – Bewegung – Koordination

Mit Bewegungskombinationen zu Musik verbessern Sie Ihre Beweglichkeit, Ausdauer und Ihr Körpergefühl.

Kurs 1 und 2

Tag/Zeit Dienstag
Kurs 1: 13.00 - 14.00 Uhr
Kurs 2: 14.00 - 15.00 Uhr
Ort Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle,
Belchenstr. 15, Basel
Leitung Barbara Brütsch,
Bewegungspädagogin
Kosten Fr. 12.50/Lektion

Rhythmus – Bewegung

Wir bewegen uns im Wechsel von Spannung und Entspannung, was anregend und gleichzeitig angenehm entspannend wirkt.

Tag/Zeit Mittwoch, 09.00 - 10.00 Uhr
Ort Studio Aktiv Wellness,
Hermann Kinkelin-Str. 11
Leitung Barbara Brütsch,
Bewegungspädagogin
Kosten Fr. 12.50/Lektion

Neu: Körpertraining – Koordination

Mit einfachen Bewegungsabläufen verbessern Sie Beweglichkeit, Kraft und Koordination.

Basel

Tag/Zeit Mittwoch, 11.00 - 12.00 Uhr
Ort Studio Aktiv Wellness,
Hermann Kinkelin-Str. 11
Leitung Barbara Brütsch,
Bewegungspädagogin
Kosten Fr. 12.50/Lektion

Liestal

Tag/Zeit Freitag, 09.00 - 10.00 Uhr
Ort Sport- und Gesundheitszentrum
Rosen, Gymnastikraum, Rosenstr.
21 A, Liestal
Leitung Gabriela Karrer, Physiotherapeutin
Kosten Fr. 12.50/Lektion

Bauch – Beine – Po

Mit Spass und Musik arbeiten Sie an Ihren Problemzonen.

Tag/Zeit Dienstag, 17.00 - 18.00 Uhr
Ort akzent forum Turnhalle, Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7, Basel
Leitung Hedy Streicher, Fitnessinstruktorin
Kosten Fr. 12.50/Lektion

Rhythmische Gymnastik

Zu beschwingten Rhythmen kräftigen Sie mit abwechslungsreicher Gymnastik die Muskulatur und verbessern Ihre Beweglichkeit.

Tag/Zeit Montag, 08.30 - 09.30 Uhr
Ort Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle,
Belchenstr. 15, Basel
Leitung Marie-José Tschopp
Kosten Fr. 12.50/Lektion

GymFit+

Für sportliche Frauen und Männer. Sie fördern Ihre allgemeine Kondition.

Daten 9. August - 14. Januar (20x)
Kosten Halbjahresabonnement Fr. 116.20
(inkl. Fr. 8.20 MwSt.)

Basel

Gotthelfschulhaus

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

akzent forum Turnhalle

Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7
Montag, 08.30, 09.30, 14.00, 17.00 Uhr (nur Frauen)
Lunedì, ore 10.30 corso tenuto in lingua italiana
Dienstag, 08.30, 09.30 (nur Frauen), 10.30, 14.00, 15.00 Uhr (nur Frauen)
Donnerstag, 08.30, 09.30, 14.00, 15.00 (nur Männer), 16.00 (nur Frauen), 17.00 Uhr
Giovedì, ore 10.30 corso tenuto in lingua italiana

Fitnesscenter 50+

Gymnastikhalle, Belchenstr. 15
Donnerstag, 08.30, 09.30, 15.30 Uhr
Freitag, 09.00, 10.00 Uhr
Kleinhüningen Gemeindehaus
Wiesendamm 30
Dienstag, 15.00 Uhr

Allschwil

Calvinhaus, Baslerstrasse 226
Donnerstag, 13.55 Uhr

Oberwil

Primarschulhaus, Wehrlin-Turnhalle
Mittwoch, 15.30 Uhr

GymFit

Sie verbessern die Beweglichkeit, kräftigen die Muskulatur und trainieren das Gleichgewicht.
Daten 9. August - 14. Januar (20x)
Kosten Halbjahresabonnement Fr. 116.20
(inkl. Fr. 8.20 MwSt.)

Grossbasel

Allerheiligen Pfarreiheim, Laupenring 40
Dienstag, 14.00 Uhr

Don Bosco Pfarreiheim,
Waldenburgerstrasse 32
Dienstag, 14.30 Uhr (nur Frauen)

Eglise française, Holbeinplatz 7
Groupe de langue française

Vendredi, 14.15 heures (seulement des femmes)

Gellertkirche, Christoph Merian-Platz 5
Dienstag, 09.00 Uhr

Gundeldingerhof Alterssiedlung,
Bruderholzweg 3
Donnerstag, 09.00 Uhr

Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung

Donnerstag, 08.45 (nur Frauen), 10.00 Uhr (nur Männer)
Fitnesscenter 50+, Belchenstr. 15
Dienstag, 09.30 (nur Männer), 15.30 Uhr
Mittwoch, 08.00, 09.00 Uhr
Donnerstag, 10.30 Uhr

L'ESPRIT, Laufenstrasse 44
Freitag, 14.00 Uhr (nur Männer)

Rhypark Saalbau, Mülhauserstr. 17
Mittwoch, 08.30, 09.30 Uhr

Donnerstag, 08.30, 09.30 Uhr

St. Anton Pfarreiheim, Kannenfeldstrasse 35
Montag, 14.00, 15.00 Uhr

St. Johannes Alterssiedlung,
Wilhelm Klein-Strasse 19
Donnerstag, 14.30 Uhr

St. Leonhard Alterssiedlung, Schweizerg. 23
Freitag, 15.00 Uhr

Stephanus Gemeindehaus, Furkastrasse 12
Dienstag, 14.00 Uhr

Thomaskirche, Hegenheimerstrasse 227
Donnerstag, 15.00 Uhr

Tituskirche, Im Tiefen Boden 75
 Dienstag, 10.00 Uhr, Mittwoch, 09.30 Uhr
Zwinglihaus, Gundeldingerstrasse 370
 Donnerstag, 09.00 Uhr

Kleinbasel
akzent forum Turnhalle, Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7
 Montag, 15.00, 16.00 Uhr
Kleinhüningen Gemeindehaus, Wiesendamm 30
 Dienstag, 14.00 Uhr
Rankhof Alterssiedlung, Rankhof 10, Saal
 Freitag, 09.30 Uhr
St. Clara Pfarrei, Lindenberg 8
 Dienstag, 09.30 Uhr
St. Markus Gemeindehaus, Kleinriehenstr. 71
 Donnerstag, 09.30 Uhr
St. Theodor Gemeindehaus, Claragraben 43
 Donnerstag, 09.00 Uhr
Wesleyhaus Alterssiedlung, Hammerstrasse 88
 Montag, 15.00 Uhr

Riehen
Andreashaus, Keltenweg 41
 Montag, 09.00 Uhr (nur Frauen), 10.00 Uhr (nur Männer)
Diakonissen-Schwesternhaus, Schützeng. 66,
 Turnsaal
 Montag, 14.15 Uhr, Mittwoch, 09.30 Uhr
Kornfeldkirche, Kornfeldstrasse 51
 Dienstag, 14.30 Uhr
St. Franziskus Pfarreiheim
 Äussere Baselstrasse 168
 Mittwoch, 09.00 Uhr
Alterssiedlung Drei Brunnen,
 Obertorstrasse 21/25
 Donnerstag, 09.30 Uhr

Aesch
Steinackerhaus, Herrenweg 14
 Montag, 14.00 Uhr

Allschwil
St. Theresia, Baslerstr. 242
 Montag, 14.00 Uhr
St. Peter und Paul, Baslerstr. 51
 Montag, 14.00, 15.30 Uhr
Turnhalle Gartenstrasse
 Mittwoch, 14.00, 15.00 Uhr
Calvinhaus, Baslerstr. 226
 Donnerstag, 15.00 Uhr

Arlesheim
Turnhalle Domplatz, Domplatzschulhaus
 Montag, 17.00, 18.00 Uhr

Biel-Benken
Schulhaus Kilchbüel, Kilchbühlstr. 7
 Montag, 09.00 Uhr

Binningen
Turnhalle Margarethen, Curt Goetz-Str. 7
 Mittwoch, 14.00 Uhr
 Donnerstag, 17.30 Uhr

Blauen
Turnhalle, Hotzlerweg 16
 Dienstag, 15.30 Uhr
Bottmingen
Schulhaus Hämigarten, Schulstr. 5
 Dienstag, 16.00 Uhr

Brislach
Turnhalle, Hinter den Gärten 14
 Montag, 14.00 Uhr

Dittingen
Turnhalle, Schulweg 2
 Montag, 09.00 Uhr

Duggingen
Turnhalle, Aeschenstr. 9
 Mittwoch, 14.00 Uhr

Ettingen
Turnhalle Schule Hintere Matte,
 Gempenweg 17-25
 Montag, 10.30 Uhr

Frenkendorf
Turnhalle Neufeld, Mühlemattweg
 Mittwoch, 14.30 Uhr

Füllinsdorf
KGH Drei König, Mühlemattstr. 5
 Donnerstag, 10.00 Uhr

Giebenach
Turnhalle, Moosmattstr. 4
 Montag, 15.30 Uhr

Grellingen
Turnhalle Primarschule, Nenzlingerweg 4
 Montag, 09.00 Uhr
 Mittwoch, 14.00 Uhr (nur Frauen)

Itingen
Mehrzwekhalle, Landstr. 50
 Montag, 15.00 Uhr

Laufen
Ref. Kirchgemeindehaus, Schutzrain 7
 Mittwoch, 14.30 Uhr

Liestal
Sporthalle Kaserne, Kasernenstr. 31
 Dienstag, 15.15 Uhr
 Dienstag, 16.15 Uhr (nur Frauen)

Lupsingen
Mehrzwekhalle, Liestalerstr. 34
 Freitag, 16.30 Uhr

Maisprach
Turnhalle, Obermattstr. 3
 Donnerstag, 09.15 Uhr
Münchenstein
Ref. KGH, Lärchenstrasse 3
 Montag, 09.00, 10.00 Uhr
 Mittwoch, 09.00 Uhr
Löffelmatt, Gruthweg 8
 Donnerstag, 10.00 Uhr

Muttenz
KGH Feldreben, Feldrebenweg 14
 Donnerstag, 14.15 Uhr
Feuerwehrmagazin, Theorieraum, Schulstr. 7
 Montag, 08.45 Uhr
 Freitag, 14.30 Uhr
Schulhaus Hinterzweien, Schützenhausstr. 15
 Mittwoch, 14.30 Uhr (nur Männer)

Pfeffingen
Turnhalle, Byfangweg 1
 Mittwoch, 15.00 Uhr

Pratteln
Ref. Kirchgemeindehaus, St. Jakobsstr. 1
 Dienstag, 14.15 Uhr

Reinach
Ref. Kirchgemeindehaus, Bruderholzstr. 39
 Dienstag, 09.00 Uhr

Rothenfluh
Turnhalle, Wittnauerstr. 175
 Montag, 09.00 Uhr

Schönenbuch
Mehrzwekhalle, Zollstr. 5
 Dienstag, 13.30 Uhr

Sissach
Turnhalle Primarschule, Schulstr. 7
 Mittwoch, 14.30 Uhr (nur Frauen)
 Mittwoch, 16.00 Uhr (nur Männer)

Therwil
Bahnhofschulhaus, Gymnastikraum,
 Bahnhofstr. 36
 Montag, 14.20 Uhr
 Mittwoch, 14.00 Uhr (nur Männer)
 Freitag, 09.15 Uhr

Zwingen
Turnhalle Sekundarschule, Friedhofweg 7
 Mittwoch, 15.30 Uhr

Tai-Ji

Tai-Ji ist Fitness, Selbstverteidigung und Meditation in Bewegung. Es fördert die Beweglichkeit und das Gleichgewicht, verbessert die Haltung und stärkt den Kreislauf.

Kurse 1 und 2

Tag/Zeit	Mittwoch
	Kurs 1: 09.45 - 10.45 Uhr
	Kurs 2: 11.00 - 12.00 Uhr
Ort	akzent forum Turnhalle, Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7, Basel

Kurse 3 und 4

Tag/Zeit	Freitag
	Kurs 3: 11.00 - 12.00 Uhr
	Kurs 4: 12.00 - 13.00 Uhr
Ort	Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle, Belchenstr. 15, Basel
Leitung	Meister Xinhua Zhu
Kosten	Fr. 17.-/Lektion

Krafttraining

Gesundheitsorientiertes Krafttraining

Nach der Einführung durch die Physiotherapeutin gezielt Kraft und Koordination trainieren.

Sie werden im Training kompetent betreut.

Tag/Zeit	Mo - Fr, 08.00 - 12.00 Uhr
	Mo, Di und Do, 15.00 - 19.00 Uhr
	Mi, 15.00 - 17.00 Uhr
Neu	Sa, 09.00 - 11.00 Uhr
Ort	Fitnesscenter 50+, Kraftraum, Belchenstr. 15, Basel
Kosten	3 Monate Fr. 269.- (inkl. Fr. 19.- MwSt.), 6 Monate Fr. 376.60 (inkl. Fr. 26.60 MwSt.), 12 Monate Fr. 645.60 (inkl. Fr. 45.60 MwSt.)

Laufsport

Laufpass mit dem Laufpass

Mit dem Laufpass für nur Fr. 116.20 (inkl. Fr. 8.20 MwSt.) pro Semester können Sie, so oft Sie wollen, unsere Laufangebote nutzen (Anmeldung nicht erforderlich).

Daten 19. Juli - 14. Januar (23x)

Neu: Privatlektionen für Nordic Walking

Kosten und Daten auf Anfrage!

NEU: Outdoor Fitness

Auf vielfältige Weise können Sie in der Natur Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Gleichgewicht trainieren.

Allschwil

Daten	ab 10. August
Tag/Zeit	Dienstag, 09.00 - 10.15 Uhr
Ort	Allschwilerwald, Parkplatz Allschwilerweiher

Nordic-Walking

Basel

Bruderholz, beim Wasserturm
Montag, 09.00 Uhr
Neu: Donnerstag, 09.00 Uhr, ab 17. Juni

Allschwil

Allschwilerwald, Parkplatz Allschwilerweiher
Freitag, 14.00 Uhr

Füllinsdorf

Parkplatz Tennisclub, Ergolzstrasse 69
Mittwoch, 14.00 Uhr

Gelterkinden

Eingang Schwimmbad
Dienstag, 09.15 Uhr

Liestal

Kantonsbibliothek Liestal (beim Eingang)
Mittwoch, 09.00 Uhr

Münchenstein

Mühlemattstr. (Nähe Hofmatt)
Dienstag, 09.30 Uhr

Walking/Nordic Walking

Basel

Lange Erlen, Schorenweg 117, Ökonomiegebäude beim Sportplatz
Dienstag, 09.30 Uhr
Freitag, 09.30 Uhr

Brüglingen

Vor dem Pro Senectute-Haus
St. Jakob, Brüglingerstrasse 113
Mittwoch, 09.00 - 10.00 Uhr
Freitag, 09.00 - 10.00 Uhr

Münchenstein

Sportplatz Au, Heiligholzstr. 3
Mittwoch, 09.15 Uhr

Zunzgen

Parkplatz Sperrmattweg
Montag, 09.30 Uhr

Walking

Gelterkinden

Eingang Schwimmbad
Montag, 09.30 Uhr

Muttenz

Sportplatz Margelacker, Sandgrubenweg 10
Donnerstag, 09.00 (Winter), 08.15 Uhr (Sommer)

Vita Parcours

Allschwilerwald, Parkplatz Allschwilerweiher
Donnerstag, 09.00 Uhr

Wassersport

Aquafit

Aquafit ist eine Kombination aus Wassergymnastik und Tiefwasserlaufen.

Basel

Tag/Zeit	Freitag, 08.45 - 09.30 Uhr
Ort	Hallenbad La Roche, Grenzacherstr. 124, (Bau 67), Basel
Leitung	Beatrice Meier
Kosten	Fr. 19.-/Lektion (inkl. Hallenbadeintritt, exkl. 7,6% MwSt.)

Liestal

Tag/Zeit	Donnerstag, 09.00 - 10.00 Uhr
Ort	Hallenbad Gitterli
Leitung	Heinz Amstad, Aquafit-Leiter
Kosten	Fr. 17.70/Lektion (exkl. Hallenbadeintritt, exkl. 7,6% MwSt.)

Aqua-Jogging

Aqua-Jogging ist eine Kombination aus Wassergymnastik und Tiefwasserlaufen.

Tag/Zeit	Donnerstag, 12.15 - 13.00 Uhr
Ort	Pestalozzi-Schulhaus, St. Johanns-Ring 17, Basel
Leitung	Dorothée Siefert-Steurenthaler
Kosten	Fr. 19.-/Lektion (inkl. Eintritt, exkl. 7,6% MwSt.)

Wassergymnastik mit Schwimmen

Gymnastik im warmen Wasser fördert die Beweglichkeit, kräftigt die Muskulatur, regt den Blutkreislauf an und wirkt entspannend. (Schwimmkenntnisse nicht erforderlich).

Kosten	Halbjahresabonnement Fr. 172.15 (inkl. Eintritt; inkl. Fr. 12.15 MwSt.)
Daten	9. August - 14. Januar (20x)

Grossbasel

Dalbehof , Kapellenstrasse 17	
Montag	09.00, 09.45, 10.30 Uhr (nur Frauen)
Dienstag	08.45, 09.30 Uhr (nur Frauen)
Weiherweg Alterszentrum , Rudolfstrasse 43	
Montag	08.30, 09.30, 10.15, 14.00, 14.45, 15.30, 16.15 Uhr
Dienstag	08.30, 09.15, 14.00, 14.45 Uhr
Mittwoch	14.00, 14.45 Uhr

Neu: Wassergymnastik mit Schwerpunkt Rücken

Daten	ab Donnerstag, 12. August, 11 Uhr
Ort	Weiherweg Alterszentrum

Fit im Wasser in Basel

Für sportliche Frauen und Männer. Es wird die allgemeine Kondition gefördert.

Kosten	Halbjahresabonnement Fr. 172.15 (inkl. Eintritt, inkl. Fr. 12.15 MwSt.)
Daten	9. August - 14. Januar (20x)

Kleinbasel

Bläisch Schulhaus , Eingang Müllheimerstrasse	
Mittwoch	16.00 Uhr*, 16.45 Uhr (*Tiefe 2 m)

Hallenbad La Roche

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

Riehen, Wasserstelzen Schulhaus

Wasserstelzenweg 15	
Mittwoch	16.00 Uhr

Fit im Wasser in BL

Halbjahresabonnement: Fr. 116.20 (inkl. Fr. 8.20 MwSt., exkl. Hallenbadeintritt)	
--	--

Aesch

Schulhaus Schützenmatt , Dornacherstr. 43	
Mittwoch,	13.30 Uhr

Bottmingen

Hallenbad Buggarten , Burggartenstr. 1	
Montag,	14.15 Uhr

Frenkendorf

Schwimmhalle Mühlacker , Schulstr. 12	
Mittwoch,	16.00 Uhr

Gelterkinden

Hallenbad , Lachmattstr. 22	
Mittwoch,	09.00 Uhr

Liestal

Hallenbad Gitterli , Militärstr. 14/18	
Donnerstag,	08.15, 09.20 Uhr

Muttenz

Hallenbad , Baselstr. 89	
Freitag,	14.15 Uhr

Oberwil

Hallenbad Hüslimatt , Sägestr. 8d	
Freitag,	14.00 Uhr

Tanzen

Stepptanz

In diesem Einsteigerkurs lernt man die Grundschritte und die Technik des Stepptanzes sowie erste Kombinationen.

Einsteigerkurs

Tag/Zeit	Dienstag, 10.15 - 11.15 Uhr
----------	-----------------------------

Aufbaukurs

Tag/Zeit	Dienstag, 09.00 - 10.00 Uhr
----------	-----------------------------

Ort	tanzwerk, Schorenweg 150, Basel
-----	---------------------------------

Leitung	Sabine Freuler, Steptanzlehrerin
---------	----------------------------------

Kosten	Fr. 20.-/Lektion (Schuhe können im tanzwerk gemietet werden)
--------	--

Orientalischer Bauchtanz

Bauchtanz bezieht den ganzen Körper mit ein und fördert die Beweglichkeit, Koordination, Beckenbodenmuskulatur und das Gleichgewicht.

Kurs 1

Tag/Zeit	Montag, 13.30 - 14.30 Uhr
----------	---------------------------

Kurs 2

Tag/Zeit	Donnerstag, 17.00 - 18.00 Uhr
----------	-------------------------------

Ort	Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle, Belchenstr. 15, Basel
-----	--

Leitung	Maja Meier, Bewegungspädagogin, orientalische Tanzlehrerin
Kosten	Fr. 19.-/Lektion

Tanz und Beweglichkeit

Tänzerische Bewegungskombinationen zur Musik.

Tag/Zeit	Montag, 15.30 - 16.30 Uhr
----------	---------------------------

Ort	Fitnesscenter 50+, Gymnastikhalle, Belchenstr. 15, Basel
-----	--

Leitung	Madeleine Schmutz, Bewegungs- und Tanzpädagogin
---------	---

Kosten	Fr. 17.-/Lektion
--------	------------------

Gesellschaftstanz

Im Spätsommer:

Daten	30. August - 20. September (4x)
-------	---------------------------------

Tag/Zeit	Montag, 15.30 - 16.30 Uhr
----------	---------------------------

Ort	Gerbergässlein 23, Basel
-----	--------------------------

Leitung	Romy Diethelm
---------	---------------

Kosten	Fr. 50.-
--------	----------

Ab Mitte Oktober wieder im Programm:

Kurs 1: für Neueinsteiger

Tag/Zeit	Montag, 15.30 - 16.30 Uhr
----------	---------------------------

Leitung	Doris Marty
---------	-------------

Kurs 3: leicht Fortgeschrittene

Tag/Zeit	Mittwoch, 15.30 - 16.30 Uhr
----------	-----------------------------

Leitung	Romy Diethelm
---------	---------------

Kurs 4: leicht Fortgeschrittene

Tag/Zeit	Freitag, 15.30 - 16.30 Uhr
----------	----------------------------

Leitung	Romy Diethelm
---------	---------------

Kurs 5: Fortgeschrittene

Tag/Zeit	Donnerstag, 15.30 - 16.30 Uhr
----------	-------------------------------

Leitung	Bernhard Urfer
---------	----------------

Kurs 1-5

Ort	Tanzschule Fromm,
-----	-------------------

Kosten	Fr. 11.50/Lektion (exkl. 7.6% MwSt.)
--------	--------------------------------------

Kurs 6: Fortgeschrittene

Tag/Zeit	Montag, 15.30 - 16.30 Uhr
----------	---------------------------

Leitung	Romy Diethelm
---------	---------------

Kurs 6 und 7

Ort	Gerbergässlein 23
-----	-------------------

Kosten	Fr. 11.50/Lektion (exkl. 7.6% MwSt.)
--------	--------------------------------------

Liestal

Tag/Zeit	Mittwoch, 13.45 - 14.45 Uhr
----------	-----------------------------

Ort	Rest Falken, Saal 1. OG,
-----	--------------------------

Leitung	Romina Sprecher, Tanzlehrerin
---------	-------------------------------

Kosten	Fr. 11.50/Lektion (exkl. 7.6% MwSt.)
--------	--------------------------------------

Gänseblümchen

Alban-Breite , Alterszentrum, Zürcherstr. 143	
--	--

Freitag	15.00 Uhr
---------	-----------

Stephanus Kirchgemeindehaus

Stephanus Kirchgemeindehaus , Furkastr. 12	
---	--

Zum Wasserturm, Betagtenzentrum und Pflegeheim, Giornicostrasse 144
Montag, 09.30 Uhr
Zwinglihaus, Gundeldingerstrasse 370
Freitag, 09.30 Uhr

Kleinbasel
Rankhof Alterssiedlung, Rankhof 10, Saal
Freitag, 15.00 Uhr
Kleinhüningen Gemeindehaus, Wiesen-damm 30
Donnerstag, 09.30 Uhr

Riehen
Haus zum Wendelin, Inzlingerstrasse 50
Freitag, 09.15 Uhr

Allschwil
Calvinhaus, Baslerstr. 226
Montag, 15.00 Uhr

Arlesheim
Ref. Kirchgemeindehaus, Stollenrain 20A
Dienstag, 14.30 Uhr

Birsfelden
Kirchmatt Aula, Schulstr. 31
Mittwoch, 09.15 Uhr

Bottmingen
Gemeindestube, Therwilerstr. 16/18
Freitag, 09.15 Uhr

Füllinsdorf
KGH Drei König, Mühlmattstr. 5
Mittwoch, 09.30 Uhr

Gelterkinden
Café Lindenhof, Poststr. 1
Donnerstag, 09.15 Uhr

Hölstein
Alte Turnhalle, Hauptstrasse
Mittwoch, 09.15 Uhr

Laufen
Aula Baselstrasse, Baselstr. 5
Dienstag, 16.00 Uhr

Liestal
Rest. Falken, Saal 1. OG, Rheinstr. 21
Donnerstag, 14.00 Uhr

Münchenstein
Kath. Pfarrheim, Loogstr. 22
Montag, 09.00 Uhr

Muttenz
APH zum Park, Tramstrasse 83
Donnerstag, 09.30 Uhr

Oberwil
Ref. Kirchgemeindesaal, Therwilerstr. 44
Donnerstag, 14.15 Uhr

Therwil
Kath. Pfarrheim, am Hinterkirchweg 33
Montag, 14.30 Uhr

Spiele

Münchenstein

Tennis

In diesen Tennisstunden lernen Sie die Technik (Grund- sowie Spezialschläge) und die Tennisregeln.

Tag/Zeit Mittwoch, 09.00 - 10.00 Uhr
Mittwoch, 10.00 - 11.00 Uhr
Ort Tennis Center Münchenstein
Leitung Frank Stifter, Tennislehrer
Besonderes Kosten und Daten auf Anfrage!

Softball-Tennis

Softball-Tennis wird mit leichten Rackets und Softtennisbällen auf kleinem Feld gespielt.

Daten 9. August - 14. Januar (20x)
Kosten Halbjahresabonnement Doppelkette: Fr. 279.80 (inkl. Fr. 19.80 MwSt.) pro Semester
Besonderes Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet!

Aesch

Mehrzweckhalle Löhrenacker,

Landskronstr. 41
Donnerstag, 09.00 Uhr

Arlesheim

Sporthalle Hagenbuchen, Schwimmbadweg
Mittwoch, 09.00 Uhr

Liestal

Sporthalle Frenke, Bündenstr. 5
Dienstag, 12.00 Uhr

Tischtennis

Daten 9. August - 14. Januar (20x)
Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 Uhr
Freitag, 14.30 Uhr
Ort Weiherweg Alterszentrum,
Rudolfstr. 43, Basel
Kosten Halbjahresabonnement Fr. 69.95
(inkl. Fr. 4.95 MwSt.)

Fitness und Spiel

Mit fröhlichem Ballspiel beweglich, fit und reaktionsschnell bleiben.

Daten 9. August - 14. Januar (20x)
Kosten Halbjahresabonnement Fr. 116.20
(inkl. Fr. 8.20 MwSt.)

Kurs mit Softvolleyball (nur Frauen)

Tag/Zeit Dienstag, 15.00 - 16.00 Uhr
Leitung Claudine Schwyn

Kurs mit diversen Ballspielen (nur Männer)

Tag/Zeit Donnerstag, 15.00 - 16.00 Uhr
Leitung Esther Hug
Ort akzent forum Turnhalle, Waisenhaus, Theodorskirchplatz 7, Basel

Wandern

Bergwandern

Anspruchsvolle 4- bis 6-stündige Wanderungen im Jura, den Voralpen und den Alpen.
Bitte verlangen Sie das neue Detailprogramm 2010.

Wandern

Die reine Wanderzeit beträgt – je nach Wandergruppe – zwischen 1½ und 5 Std. Die Wanderungen finden in der Regel im U-Abo-Bereich statt und werden bei jedem Wetter durchgeführt (evtl. Änderung der vorgesehenen Route). Das akzent forum hat Wandergruppen in Basel, Ettingen, Frenkendorf-Füllinsdorf, Gelterkinden und Liestal.

Bitte verlangen Sie das Detailprogramm.

Teilnehmerbeiträge

Einzelbeitrag pro Wanderung, Fr. 8.50
Zehnerabonnement, Fr. 85.-
Semesterabonnement, Fr. 116.20 (inkl. Fr. 8.20 MwSt.)
Einzelbeitrag Bergwanderung, Fr. 30.-

Ferien

Leichte Wanderwoche im Goms

Leichte und ausgedehnte Wanderungen im Goms, Aletschgebiet und Binntal. Unser Programm kann nach Lust und Laune genutzt werden.

Daten So, 10. Oktober - Fr. 15. Oktober 10
Ort Reckingen, Goms, Wallis
Leitung Barbara Willmering,
Jean-Pierre Froidevaux,
Seniorensportleiter

Bitte verlangen Sie das Detailprogramm.