

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (2012)  
**Heft:** 1: Schwerpunkt : Radioszene Basel

**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:** 14.02.2026

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

# Auf in die Zukunft!

**Das akzent forum organisiert seit Anfang Jahr Vorträge und Kurse rund um die Pensionierung. Wir haben uns darüber mit der Leiterin Annette Stöcker unterhalten**

## Frau Stöcker, das akzent forum bietet neu Kurse und Vorträge zur Pensionierung an. Wie kam es zustande?

Als Nonprofit-Organisation, die sich seit Jahrzehnten mit Fragen rund um das Älterwerden beschäftigt, war es an der Zeit, dass wir unser Wissen direkt an unsere Kundinnen und Kunden weitergeben. Allerdings handelt es sich bei unserem Angebot nicht nur um Fragen zur Pensionierung. Im Zentrum steht ein ganzer Lebensabschnitt. Es geht darum, wichtige Fragen zu thematisieren, die sich viele Menschen stellen, die sich diesem Lebensabschnitt nähern oder mitten drin stehen.

## Was ist denn das Besondere an diesem Lebensabschnitt?

Mit 60 oder 65 ist man heute noch gesund, fit und aktiv. In diesem Alter hat man plötzlich die Chance, noch einmal etwas Neues zu beginnen. Es stellen sich Fragen: Was mache ich mit der neu gewonnenen Zeit? Was tat ich bisher? Wo liegen meine Stärken, Talente und Interessen? Dazu bieten wir Antworten.

## Das klingt interessant. Was für Kurse und Vorträge werden da angeboten?

Es wird Wissen in rechtlichen, finanziellen und gesellschaftlichen Belangen vermittelt. Zum einen kann man sich in unseren Kursen Impulse holen und so zu neuen Ideen kommen. Zum anderen ist es möglich, sich mit kompetenten Menschen auszutauschen und dadurch neue Wege zu entdecken. So bieten wir zum Beispiel eine Gesprächsrunde für Männer an. Da können sich Interessierte über Lebenswege unterhalten und gemeinsam zu neuen Projekten gelangen. Die Angebote sollen Denkanstöße geben und stellen keine therapeutische Arbeit dar.

## Was ist denn das Ziel dieser Kurse?

Natürlich möchten wir mit unserem Angebot auch eine Orientierungshilfe bieten – aber nicht nur. Es geht uns letztlich darum, wesentliche Fragen, die sich vor und nach der Pensionierung stellen, aufzugreifen und bei Bedarf zu vertiefen.

## Wie möchten Sie dies erreichen?

Neben den ausgeschriebenen Kursen und Vorträgen bieten wir Vertiefungskurse an. Da schauen wir ausgewählte Aspekte anhand von praktischen Beispielen genauer an. Es werden auch Themen aufgegriffen, welche von Kundinnen und Kunden gewünscht werden. Die Vertiefungskurse bieten wir an, weil wir gemerkt haben, dass ein Vortrag allein häufig nicht genügt.

## Wer leitet die Angebote?

Alle unsere Kursleiter sind Profis auf ihrem Gebiet. So arbeiten wir beispielsweise in finanziellen Belangen mit der Basler Kantonalbank zusammen. Die Laufbahnberatungen werden von professionellen Laufbahnberatern durchgeführt und der Kurs zur richtigen Ernährung von einem Sportwissenschaftler.

## Sollen sich Interessierte lieber für einen Kurs oder für einen Vortrag anmelden?

Das soll jeder für sich selbst entscheiden. Vorträge sind einmalige Veranstaltungen, Kurse dauern über mehrere Wochen. Interessant sind sicher die Vertiefungskurse, für die man sich direkt am Vortag anmelden kann. Man muss sich also nicht im Vorhinein dafür entscheiden, daran teilzunehmen. So kann man zuerst den Referenten und das Thema kennenlernen und dann entscheiden, ob man sich weiter mit dem Thema beschäftigen möchte. Hilfreich ist so oder so die kleine Gruppengröße (5–8 Personen). Da können wir individuell arbeiten und auf einzelne Fragen und Wünsche eingehen.

Weitere Informationen erhalten Sie direkt bei uns:

**Kurs- und Fitnesscenter 50+,  
Rheinfelderstr. 29, 4058 Basel**

**Telefon 061 206 44 66**

Mo – Fr, 08.30 – 11.30 Uhr  
und 14.00 – 16.00 Uhr

E-Mail: info@akzent-forum.ch

## Vorträge und Kurse rund um die Pensionierung

**Zeitgemäss Ernährung – Brainfood**

Seite 40

**Biografische Standortbestimmung**

Seite 43

**Rente oder Kapital**

Seite 40

**Die neue Freiheit – wie geniessen und einsetzen?**

Seite 40

**Im gemeinsamen Gespräch. Männer unter sich!**

Seite 43

**Anlagen und Steuern**

Seite 41

**Räumen – leichter werden**

Seite 42