

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (2012)  
**Heft:** 4: Wiedervereinigung?!?  
  
**Register:** Bildung

### **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:** 05.04.2026

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

# Bildung

- Kultur
- Sprachen
- Computer & Fotografie

## UNSERE KURSE

Das Akzent Forum organisiert in den Bereichen Bildung und Kultur ein vielfältiges und attraktives Kursangebot für Personen ab 60 Jahren.

Unsere Kurse finden tagsüber statt.

## KURSARTEN

- Semesterkurse
- Zeitlich befristete Kurse

In die Semesterkurse kann jederzeit eingestiegen werden. Der Kurspreis wird entsprechend angepasst.

## UNSERE KURS ZENTREN

- **Akzent Forum**, Rheinfelderstrasse 29, Basel
- **Akzent Forum**, Bahnhofstrasse 4, Liestal

## WEITERE KURSORTE

In weiteren Gemeinden des Kantons

**Basel-Landschaft:**

Aesch, Arlesheim, Binningen, Bubendorf, Gelterkinden, Münchenstein, Sissach, Therwil

# Kultur

## Führungen & Vorträge

Führungen (F), Vorträge (V)

### AUF EINEN BLICK

#### August

- 27.08. Störche im Zoo (F)
- 28.08. Goethes «Faust» (V)
- 29.08. Buthan, Ladakh und Rajasthan, Teil 1 (V)
- 29.08. Eisenbahndepot in Delémont (F)
- 30.08. Quartier «Am Ring» mit Antoniuskirche (F)
- 31.08. In Vergessenheit geratene Maler, Teil 1 (V)
- 31.08. Victoriahaus (F)

#### September

- 03.09. Rainer Maria Rilke in Basel (F)
- 04.09. Skulpturengarten von Claire Ochsner (F)
- 05.09. Stadthaus – unsere Bürgergemeinde (F)
- 05.09. Buthan, Ladakh und Rajasthan, Teil 2 (V)
- 06.09. Basels historische Bierkultur (F)
- 07.09. Farbe und Stil (V)
- 07.09. Badischer Bahnhof & Bahnhof SBB, Teil 1 (F)
- 07.09. In Vergessenheit geratene Maler, Teil 2 (V)
- 10.09. Tierpark Lange Erlen (F)

- 11.09. Die Kantonstrennung BS/BL (V)
- 11.09. Bewegung massgeschneidert (V)
- 12.09. Kinesiologie (V)
- 13.09. Baumgartner-Häuser, Teil 1 (F)
- 14.09. Badischer Bahnhof & Bahnhof SBB, Teil 2 (F)
- 14.09. In Vergessenheit geratene Maler, Teil 3 (V)
- 17.09. St Jakob-Park (F)
- 18.09. Kostüm Kaiser (F)
- 19.09. Patientenverfügung (V)
- 19.09. Chagall-Fenster Fraumünster ZH (F)
- 20.09. Paulusquartier (F)
- 20.09. Baumgartner-Häuser, Teil 1 (F)
- 21.09. Räumen – Platz schaffen (V)
- 21.09. Basels grosse Frauen (F)
- 24.09. Menschaffen im Zoo (F)
- 25.09. Tour de Suisse im Schmiedenhof (V)
- 26.09. St. Alban-Tal (F)
- 26.09. Geistheilen (V)
- 27.09. Tramdepot Wiesenplatz (F)
- 28.09. Altersresidenz Tertianum (F)

## Allgemeine Infos zu unseren Angeboten

### INFORMATIONEN & ANMELDUNG

Persönlich

Mo – Fr 08.00 – 12.00, 14.00 – 16.30 Uhr

Telefonisch 061 206 44 66

Mo – Fr 08.30 – 11.30, 14.00 – 16.00 Uhr

Akzent Forum

Rheinfelderstrasse 29, Basel

E-Mail [info@akzent-forum.ch](mailto:info@akzent-forum.ch)

Internet [www.akzent-forum.ch](http://www.akzent-forum.ch)

Wir beraten Sie gerne persönlich, damit Sie das passende Angebot finden. Ausserdem haben Sie die Möglichkeit, in vielen unserer Kurse eine Schnupperstunde zu besuchen.

### BESONDERES

Während der Schulferien ist die Telefonzentrale des Akzent Forums nur morgens geöffnet. Für den Krafraum gelten die normalen Öffnungszeiten.

### ANMELDUNG

Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Bezahlung des Kursgeldes. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie für jeden Kurs eine Rechnung, die gleichzeitig als Teilnahmebestätigung dient.

### ABMELDUNGEN

**Zeitlich befristete Kurse:** Nach Anmeldeschluss bis 6 Tage vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50% des Kursgeldes erhoben. Bei einer späteren Abmeldung werden die gesamten Kurskosten in Rechnung gestellt.

**Einzelne Veranstaltungen:** Bei einer Abmeldung nach Anmeldeschluss müssen wir die vollen Kurskosten erheben.

**Privatstunden und Support:** Bei einer Abmeldung weniger als 24 Stunden vor dem vereinbarten Termin, oder bei Nichterscheinen, werden Fr. 120.– verrechnet.

### VERSÄUMTE LEKTIONEN

Versäumte Lektionen können nicht nachgeholt werden und berechtigen zu keinem Preisabzug. Ausnahme: In sämtlichen Sport-Semesterkursen können nicht besuchte Stunden in einer anderen Gruppe derselben Sportart nachgeholt werden.

Bei einer krankheitsbedingten Absenz von mind. 10 Lektionen in Folge werden die Kurskosten rückerstattet (abzgl. 15% Bearbeitungsgebühr).

### FINANZIELLE HILFE

Wenn das Bezahlen des Kursgeldes für Sie eine finanzielle Härte bedeutet, so können die Kurskosten (nur von Semesterkursen) vom Club 65, dem Förderverein von Pro Senectute beider Basel, teilweise oder ganz übernommen werden. Melden Sie sich in diesem Fall bei uns.

### VERSICHERUNG

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

## Oktober

- 15.10. Chrischona Sendeturm (F)
- 16.10. Museum der Kulturen (F)
- 17.10. Physiognomie (V)
- 18.10. Arte Povera im Kunstmuseum (F)
- 18.10. Nacht im vorindustriellen Basel (F)
- 19.10. Ambulatorium der Ita Wegmann Klinik (F)
- 22.10. Anlagen und Nachhaltigkeit (V)
- 22.10. Ernährung der Zootiere (F)
- 23.10. Konzert im Schmiedenhof (V)
- 24.10. Basler Architekten um 1900 (V)
- 24.10. Waaghof (F)
- 25.10. Löwenzorn (V)
- 26.10. Goldschmiede Moll (F)
- 26.10. Numerologie (V)
- 26.10. – 30.11. Europäische Sprachen (V)
- 29.10. Bundeshaus Bern (F)
- 30.10. Wiedervereinigung BS/BL (V)
- 31.10. Familienstellen (V)

## November

- 01.11. Die Kelten (V)
- 01.11. Blindenkuh (F)
- 02.11. Albanien, Teil 1 (V)
- 02.11. Museum im Hörnli (F)
- 06.11. Wurst, Wein und Brot (V)
- 07.11. Zeichen und Symbole, Teil 1 (V)
- 08.11. Sutterbegg (F)
- 08.11. Kelten – ihre Ausstrahlung bis heute (V)
- 09.11. Zentralwäscherei (F)
- 09.11. Meistergeschichten von Salinger / Lesung
- 12.11. Etoschahaus (F)
- 12.11. Sicherheit: Karten, E-Banking, 24h-Zone (V)
- 13.11. Petra – Wunder in der Wüste (F)
- 14.11. Zeichen und Symbole, Teil 2 (V)
- 15.11. Heilig, fröhlich, süß und schön (F)
- 15.11. Bewegung und Ernährung (V)
- 16.11. Albanien, Teil 2 + 23.11. Albanien, Teil 3 (V)

## Matineen

### AUF EINEN BLICK

#### Zunftsaal der Weinleute, am Münsterplatz 14

- 21.08. Der Maya-Kalender mit Marcus Schneider
- 11.09. Kantonstrennung BS/BL mit Peter Habicht
- 30.10. Wiedervereinigung BS/BL mit Helmut Hubacher
- 06.11. «Wurst, Wein und Brot» mit Roger Rebmann
- 27.11. Edelsteine und ihre Geheimnisse mit Marcus Schneider

#### Zunftsaal Schmiedenhof, am Rümelinsplatz

- 28.08. Goethes Faust mit Marcus Schneider
- 25.09. Tour de Suisse mit Helen + Frieder Liebendörfer
- 23.10. Herbststimmung – Konzert mit Gesang und Klavier
- 20.11. Fidelio von Beethoven mit Marcus Schneider
- 11.12. Weihnachten bei den Buddenbrooks mit Helen und Frieder Liebendörfer

## Störche im Zoo (F)

Wo überwintert der Storch vom Zolli? Der Langstreckenflieger kann jährlich fast 20 000 km zurücklegen.

- Datum 27. August
- Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.00 Uhr
- Treffpunkt 09.55 Uhr Haupteingang Zoo
- Leitung Zoo Basel
- Kosten Fr. 22.– (exkl. Eintritt)
- Anmeldung bis 13. August

## Goethes «Faust» (V)

Sie lernen eine Fülle von Lebensweisheiten kennen, die Goethe in den Faust eingearbeitet hat.

- Datum 28. August
- Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.15 Uhr
- Ort Schmiedenhof Zunftsaal, Rümelinsplatz, Basel
- Leitung Marcus Schneider
- Kosten Fr. 24.–
- Anmeldung bis 15. August

## Eisenbahndepot «Rotonde» in Delémont (F)

Die 1889 erbaute Rotonde ist ein historisch wertvoller Bau und beherbergt Dampflokomotiven, alte Personen-, Gepäck-, Güterwagen u.v.m.

- Datum 29. August
- Tag/Zeit Mittwoch, 13.20 – ca. 17.00 Uhr
- Treffpunkt 13.20 Uhr Schalterhalle SBB bei «Treffpunkt». Abfahrt 13.37 Uhr nach Delémont
- Leitung Werner Gysin
- Kosten Fr. 25.– (inkl. Eintritt, exkl. Zugbillette, bitte selber lösen)
- Besonderes Gut zu Fuss! Führung 1 Std.
- Anmeldung bis 15. August

## Bhutan, Ladakh und Rajasthan (V)

Menschen, Natur, Religion und Architektur: Es wird anders gelebt.

- Daten 29. August + 5. September
- Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr
- Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
- Leitung Susanne Lüthy
- Kosten Fr. 48.–
- Anmeldung bis 15. August

## Quartier «Am Ring» mit Antoniuskirche (F)

Entlang der alten Bahntrasse vom Steinenring bis Kannenfeldplatz entstanden um 1900 neue Wohnviertel und die spektakuläre Antoniuskirche.

- Datum 30. August
- Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 11.30 Uhr
- Treffpunkt 09.30 Uhr bei Pauluskirche, Basel
- Leitung Rose Schulz-Rehberg
- Kosten Fr. 24.–
- Besonderes Gut zu Fuss
- Anmeldung bis 16. August

## Victoriahaus (F)

Das historische Gewächshaus im Jugendstil beherbergt die Königin der Seerosen.

- Datum 31. August
- Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.00 Uhr
- Treffpunkt 13.55 Uhr Spalentor, Tram 3, Basel
- Leitung Bruno Erny
- Kosten Fr. 22.–
- Anmeldung bis 20. August

## Die in Vergessenheit geratenen Maler (V)

Von 1880 – 1930 entwickelte die naturalistische und akademische Malerei des Fin-de-siècle-Lebensstils Wunschvorstellungen einer Scheinwelt.

- Daten 31.8./7.9./14.9.12 (3x)
- Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.00 Uhr
- Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
- Leitung Suzanne Senn
- Kosten Fr. 95.–
- Anmeldung bis 20. August

## Rainer Maria Rilke in Basel (F)

Auftritte im Musikcasino, Gast bei vornehmen Familien, Teilnehmer an spiritistischen Sitzungen. Mit Lesung.

- Datum 3. September
- Tag/Zeit Montag, 14.00 – 16.00 Uhr
- Treffpunkt 13.55 Uhr Tinguely-Brunnen, Theaterplatz
- Leitung Martina Kuoni
- Kosten Fr. 30.– (inkl. Kaffee)
- Besonderes Gut zu Fuss
- Anmeldung bis 20. August

## Skulpturengarten von Claire Ochsner (F)

Die eigenwilligen Skulpturen leuchten farbig in der Landschaft. Ein Rundgang durch den Garten und das Atelier mit der Künstlerin.

- Datum 4. September
- Tag/Zeit Dienstag, 13.45 – ca. 16.30 Uhr
- Treffpunkt 13.45 Uhr Schalterhalle SBB «Treffpunkt». Abfahrt 14.01 Uhr nach Frenkendorf
- Leitung Claire Ochsner
- Kosten Fr. 30.– (exkl. Billette nach Frenkendorf)
- Besonderes Gut zu Fuss, ca. 15 Min. laufen. Führung 14.30 – 15.30 Uhr
- Anmeldung bis 22. August

## Stadthaus – unsere Bürgergemeinde (F)

Unauffällig in einer Handwerker-gasse – auffällig dank klassizistischer Fassade. Lernen Sie Interieur und Geschichte des Hauses kennen.

- Datum 5. September
- Tag/Zeit Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr
- Treffpunkt 09.55 Uhr Stadthausgasse 10, Basel

Leitung Basel Tourismus  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 22. August

### Basels historische Bierkultur (F)

Die einzigartige Bierkultur – Sach- und Saufgeschichten aus dem alten Basel.

Datum 6. September  
Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr Andreasplatz beim Brunnen, Basel  
Leitung Mike Stoll, Religionswissenschaftler  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 23. August

### Badischer Bahnhof und Bahnhof SBB (F)

Bahnhöfe: Heute oft Orte der Unruhe und Hetze. Architektur und Baukunst früher und heute.

Daten 7. + 14. September  
Tag/Zeit Freitag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr Schalterhalle Bad. Bahnhof, Basel  
Leitung Heinz Studer  
Kosten Fr. 48.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 27. August

### Farbe und Stil (V)

Wohlbefinden und Selbstbewusstsein mit Farbe und Stil. Tipps und Anregungen zur Verbesserung des Erscheinungsbildes.

Datum 7. September  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Edith Gisin  
Kosten Fr. 50.–  
Anmeldung bis 24. August

### Tierpark Lange Erlen (F)

1871 wurde der Tierpark als Naherholungsgebiet gegründet. Der Tierpark bietet einiges wie Luchs, Wildkatzen, Sumpfschildkröten etc.

Datum 10. September  
Tag/Zeit Montag, 14.00 – ca. 15.30 Uhr  
Treffpunkt 13.55 Uhr Haupteingang Tierpark, Basel (Bus 36, von Bad. Bahnhof hält nur jeder zweite bei Lange Erlen!)  
Leitung Lange Erlen  
Kosten Fr. 22.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 27. August

### Bewegung massgeschneidert (V)

Wie und wo kann ich einfache Bewegungs- und Trainingsformen in meinen Alltag einbauen. Tipps und Tricks, um körperlich aktiv zu bleiben.

Datum 11. September  
Tag/Zeit Dienstag, 14.00 – 15.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Ralf Roth, ISSW  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 29. August

### Kantonstrennung BS/BL (V)

Wie kam es zu dieser Trennung, die damals eigentlich niemand wollte und die auch 170 Jahre später so starke Emotionen auslöst?

Datum 11. September  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Ort Weinleute Zunftsaal, Münsterpl. 14, Basel  
Leitung Peter Habicht  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 29. August

### Kinesiologie (V)

Eine Synthese von östlichen und westlichen medizinischen Erkenntnissen – deckt blockierte Energien auf und bringt sie zum Fließen.

Datum 12. September  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Isabella Tschachtli, Kinesiologin  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 29. August

### Baumgartnerhäuser – Freidorf Muttenz (F)

Baumgartnerhäuser und das Freidorf spielen im Wohnungsbau eine prägende Rolle. Was verbindet und was trennt diese Siedlungen?

Daten 13. + 20. September  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr  
Treffpunkt 14.30 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Heinz Studer  
Kosten Fr. 48.–  
Besonderes Gut zu Fuss! Vortrag anschliessend Rundgang  
Anmeldung bis 29. August

### Stadion St. Jakob (F)

Es wird hinter die Kulissen geschaut: Gästegarderobe, VIP-Bereich, Ersatzspielerbank und der St. Jakob-Park als Ganzes werden vorgestellt.

Datum 17. September  
Tag/Zeit Montag, 14.00 – 15.30 Uhr  
Treffpunkt 13.55 Uhr Tramstation St. Jakob, Tram 14  
Leitung Basel United

Kosten Fr. 22.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 3. September

### Kostüm Kaiser (F)

Über 40'000 Kostüme, Requisiten, Schuhe, Perücken etc. lassen Träume wahr werden.

Datum 18. September  
Tag/Zeit Dienstag, 14.15 – 15.30 Uhr  
Treffpunkt 14.15 Uhr Tramstation Aesch Dorf, Tram 11  
Leitung Kostüm Kaiser  
Kosten Fr. 22.–  
Anmeldung bis 3. September

### Die Chagall-Fenster im Fraumünster (F)

Auch das monumentale Glasfenster «Himmliches Paradies» von Giacometti ist neben den Chagall-Glasfenstern einen Besuch im Fraumünster wert.

Datum 19. September  
Tag/Zeit Mittwoch, 08.30 – 12.30 Uhr  
Treffpunkt 08.15 Uhr in Schalterhalle SBB bei Treffpunkt. Abfahrt 08.33 Uhr nach Zürich  
Leitung Elisabeth Winkler  
Kosten Fr. 48.– (exkl. Zugbillette bitte selber lösen)  
Besonderes Gut zu Fuss!  
Anmeldung bis 3. September

### Die Patientenverfügung (V)

Warum eine Patientenverfügung? Ein Informationsnachmittag.

Datum 19. September  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Frau Bohren, Voluntas  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 5. September

### Das Paulusquartier (F)

Der originale Charakter des Quartiers aus der Zeit um 1900 hat sich weitgehend erhalten und bezaubert durch reizvolle Bauten und Strassenzüge.

Datum 20. September  
Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.30 Uhr vor Pauluskirche, Basel  
Leitung Rose Schulz-Rehberg  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 5. September

## Basels grosse Frauen (F)

Viele Frauen haben die Geschichte Basels entscheidend mitgeprägt – unter der Wache der Stadtgöttin Basilea.

Datum 21. September  
Tag/Zeit Freitag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr Hauptportal Münster, Basel  
Leitung Claudia Manser Stoll  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 7. September

## Räumen – leichter werden (V)

Platz schaffen für Neues.  
Datum 21. September  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Sylvia Frey Werlen, Erwachsenenbildung und Laufbahnberatung  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes 28.9., 14.00 – 15.30 Uhr Vertiefungstreff (Kosten Fr. 24.–)  
Anmeldung bis 10. September

## Die Menschenaffen im Zoo (F)

Sie beobachten die Tiere, ihr soziales und partnerschaftliches Verhalten, ihre Gewohnheiten und was der Zoo für sie macht.

Datum 24. September  
Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr vor Haupteingang Zoo, Basel  
Leitung Zoo Basel  
Kosten Fr. 22.– (exkl. Eintritt)  
Anmeldung bis 10. September

## Tour de Suisse (V)

Eine vergnügliche Reise durch die Schweiz anhand von Texten berühmter Persönlichkeiten verbunden mit passender Musik.

Datum 25. September  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Ort Schmiedenhof Zunftsaal, Rümelinsplatz, Basel  
Leitung Helen Liebendörfer und Frieder Liebendörfer am Flügel  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 12. September

## Heimeliges St. Alban-Tal (F)

Ein Gang durch das Quartier, in dem einst Papierer, Schindler, Brunnenmeister und das älteste Basler Kloster zuhause war.

Datum 26. September  
Tag/Zeit Mittwoch, 09.30 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.25 Uhr beim St. Alban-Tor

Leitung Roger Rebmann (Grabmacherjoggi)  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 12. September

## Was ist Geistiges Heilen? (V)

Was ist darunter zu verstehen und wie wird es angewandt?

Datum 26. September  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Katharina Remund, Geistheilerin geprüft SVNH  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 12. September

## Tramdepot Wiesenplatz (F)

Tram-Alltag! Das Hinein- und Herausfahren, der Service, die Kontrolle u.v.m.

Datum 27. September  
Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 10.30 Uhr  
Treffpunkt 09.25 Uhr Tramstation Wiesenplatz, Basel, Tram 8  
Leitung BVB  
Kosten Fr. 22.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 12. September

## Tertianum im St. Jakob-Park (F)

Sie erfahren die Richtlinien der Altersresidenz und werden durch die Räumlichkeiten geführt.

Datum 28. September  
Tag/Zeit Freitag, 14.30 – 16.00 Uhr  
Treffpunkt 14.20 Uhr Tramstation St. Jakob, Tram 14  
Leitung Tertianum  
Kosten Fr. 22.– (inkl. Kaffee und Kuchen)  
Anmeldung bis 14. September

## Chrischona Sendeturm im Herbst (F)

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

Datum 15. Oktober  
Tag/Zeit Montag, 14.00 – 15.00 Uhr  
Treffpunkt 13.50 Uhr Busstation St. Chrischona (Bus 32 von Bettingerstrasse)  
Leitung Swisscom  
Kosten Fr. 22.–  
Anmeldung bis 1. Oktober

## Pilgern – Museum der Kulturen (F)

Pilgerwandern – mehr als eine blosse Freizeitbeschäftigung. Historische und kulturelle Hintergründe.

Datum 16. Oktober  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr

Treffpunkt 09.55 Uhr Eingang Münsterplatz 20, Basel

Leitung Museum der Kulturen  
Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt)  
Anmeldung bis 28. September

## Was sagt mein/dein Gesicht? (V)

Einsicht in unsere Gesichtsstrukturen. Was sagen meine Augen, Nase, Mund und Kinn über meine Fähigkeiten.

Datum 17. Oktober  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Isabella Tschachtli  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 28. September

## Arte Povera. Der grosse Aufbruch (F)

In den 60ern formierte sich in Italien eine neue künstlerische Bewegung. Mit einfachen und ärmlichen Materialien sollte gearbeitet werden.

Datum 18. Oktober  
Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 10.00 Uhr Eingang Kunstmuseum  
Leitung Elisabeth Winkler  
Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt)  
Besonderes Führungsbeginn 10.15 Uhr  
Anmeldung bis 3. Oktober

## Die Nacht im vorindustriellen Basel (F)

Zu nachtschlafender Stunde erfahren Sie einiges über die mittelalterliche Beleuchtung, Bewachung und hören allerhand Geschichten.

Datum 18. Oktober  
Tag/Zeit Donnerstag, 20.30 – 22.00 Uhr  
Treffpunkt 20.25 Uhr bei Schiffflände Infohäuschen  
Leitung Peter Habicht  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss. Ende der Führung bei Spalentor  
Anmeldung bis 5. Oktober

## Ambulatorium der Ita Wegmann Klinik (F)

Sie erhalten einen Einblick in die ambulante Filiale bei der Markthalle, die Ende September eröffnet wurde.

Datum 19. Oktober  
Tag/Zeit Freitag, 09.30 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.25 Uhr vor Eingang, Viaduktstr. 12, Tram 1, 2, 8 bis Markthalle  
Leitung Ambulatorium  
Kosten Fr. 22.–  
Anmeldung bis 8. Oktober

## Ernährung der Zootiere (F)

Ob Vegetarier, Fleisch- oder Fischfresser, was bedeutet das für den Einkauf, die Vorbereitung und die Verteilung des Futters?

Datum 22. Oktober  
Tag/Zeit Montag, 17.30 – 19.00 Uhr  
Treffpunkt 17.25 Uhr Haupteingang Zoo  
Leitung Zoo Basel  
Kosten Fr. 22.– (exkl. Eintritt)  
Anmeldung bis 8. Oktober

## Anlagen und Nachhaltigkeit (V)

Nachhaltig anlegen – damit verbinden viele Menschen ökologisch und ethisch korrekte Vermögensanlagen. Hält die Realität diesen hohen Erwartungen stand?

Datum 22. Oktober  
Tag/Zeit Montag, 17.30 – 18.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Dr. Stefan Kunzmann, Leiter Invest. Research & Advisory, BKB  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 8. Oktober

## Matinée: Herbststimmung (V)

Musik und Gesang – Lieder und Arien. Lassen Sie sich von diesen farbigen Herbstklängen überraschen.

Datum 23. Oktober  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Ort Schmiedenhof Zunftsaal, Rümelinsplatz  
Leitung Angela Rossi Gesang, Krisztina Wajsza Klavier  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 10. Oktober

## Untersuchungsgefängnis Waaghof (F)

Bei der Führung durch die Räumlichkeiten erhalten Sie einen Einblick in den Alltag der Insassen und der Betreuenden.

Datum 24. Oktober  
Tag/Zeit Mittwoch, 17.30 – ca. 19.30 Uhr  
Treffpunkt 17.25 Uhr Binnerstr. 21 (bei Heuwaage)  
Leitung Waaghof  
Kosten Fr. 22.–  
Besonderes Gut zu Fuss! ID/Ausweis mit Foto nicht vergessen  
Anmeldung bis 10. Oktober

## Basler Architekten um 1900 (V)

Der damalige Bauboom führte zu einfallreichen und international inspirierten Ausformungen des Jugendstils.

Datum 24. Oktober  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Rose Schulz-Rehberg  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 10. Oktober

## Löwenzorn-Mähli (V)

In diesem Jahr geniessen wir zwischen den einzelnen Gängen Texte von Basler Dichtern.

Datum 25. Oktober  
Tag/Zeit Donnerstag, 12.00 – 14.30 Uhr  
Treffpunkt 11.55 Uhr Eingang Restaurant Löwenzorn  
Leitung Helen Liebendörfer  
Kosten Fr. 48.– (inkl Mittagessen, exkl. Getränke)  
Anmeldung bis 10. Oktober

## Goldschmied – Atelier Moll (F)

Einblick in die Geschichte und Arbeit der Goldschmiedfamilie Moll. Vom Design über das Schmelzen und Treiben zum Schmuck.

Datum 26. Oktober  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr  
Treffpunkt 13.55 Uhr Tramstation Rheingasse vor Möbel Pfister  
Leitung Atelier Moll  
Kosten Fr. 22.–  
Anmeldung bis 15. Oktober

## Numerologie – Wissenschaft der Zahlen (V)

Bei der Einführung in die Numerologie werden Geburtstag und Namenszahlen sowie die Bedeutung der Zahlen thematisiert.

Datum 26. Oktober  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Edith Gisin  
Kosten Fr. 50.–  
Anmeldung bis 15. Oktober

## Wurzeln der europäischen Sprachen (V)

Praxisbezogene Einführung in die vergleichende Sprachwissenschaft mit den Schwerpunkten Spanisch, Italienisch, Englisch, Französisch.

Datum 26. Oktober – 30. November (6x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Dr. Beat Schönegg  
Kosten Fr. 180.–  
Besonderes Für Sprachbegeisterte  
Anmeldung bis 15. Oktober

## Bundeshaus Bern (F)

Rundgang durch den Nationalrats- und Ständeratssaal, Wandelsaal und die Kuppelhalle.

Datum 29. Oktober  
Tag/Zeit Montag, 08.10 – ca. 11.45 Uhr  
Treffpunkt 08.10 Uhr Schalterhalle «Treff-

punkt». 08.31 Uhr Abfahrt nach Bern.

Leitung Bundeshaus  
Kosten Fr. 25.– (exkl. Zugbillette, bitte selber lösen)  
Besonderes Pass oder ID mitnehmen! Gut zu Fuss. Führung von 10.30 – 11.30 Uhr  
Anmeldung bis 15. Oktober

## Wiedervereinigung BS / BL (V)

Basel und Liestal sind oft weit weg voneinander. Wird Partnerschaft doch noch zur Wiedervereinigung?

Datum 30. Oktober  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Ort Zunftsaal der Weinleute, Münsterplatz 14  
Leitung Helmut Hubacher  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 17. Oktober

## Familienstellen (V)

Die räumliche Aufstellung hilft anhand von systemischen Gesetzmässigkeiten zentrale oder unbewusste Verstrickungen zu finden.

Datum 31. Oktober  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Katharina Remund  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 17. Oktober

## Restaurant «Blindekuh» (F)

Im Dunkeln hören Sie die Geschichte und Entwicklung dieses ganz speziellen Restaurants. Ein vielfältiges z`Vieri ladet zum Raten ein.

Datum 1. November  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr  
Treffpunkt 14.15 Uhr Tramstation Tellplatz bei Polizeiposten, Tram 15/16  
Leitung Blindekuh  
Kosten Fr. 35.– (inkl. Z`Vieri, exkl. Getränke)  
Anmeldung bis 19. Oktober

## Kelten – eine Hochkultur (V)

Missgedeutet und wenig bekannt. Geschichte und Kultur keltischer Völker in unserer Region

Datum 1. November  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 15.15 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Werner Lukas  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes (s.a. Fortsetzungsreferat am 8. Nov.: Ihre Ausstrahlung bis in die Gegenwart; die beiden bildunterstützten Vorträge können einzeln besucht werden.)  
Anmeldung bis 19. Oktober

## Museum im Friedhof Hörnli (F)

Die Sammlung zeigt den Umgang mit dem Tod, anhand von Leichenwagen, Särgen, Urnen, Friedhofsordnung, Grabkreuzen und vielem mehr.

Datum 2. November  
Tag/Zeit Freitag, 09.30 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.25 Uhr Haupteingang Hörnli  
Leitung Peter Galler  
Kosten Fr. 22.–  
Anmeldung bis 19. Oktober

## Albanien (V)

Neben der politisch, wirtschaftlich-sozialen und demographisch-ethnischen Entwicklung befassen wir uns auch mit geographischen und religiösen Aspekten.

Datum 2., 16. und 23. November (3x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Dr. Paul Strässle  
Kosten Fr. 75.–  
Anmeldung bis 17. Oktober

## Wurst, Wein und Brot (V)

Was früher auf dem währschaftigen Basler Tisch serviert wurde und wie es dorthin gelangte.

Datum 6. November  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Ort Zunftsaal der Weinleute, Münsterplatz 14  
Leitung Roger Rebmann  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 24. Oktober

## Zeichen und Symbole (V)

Zeichen und Symbole in Kultur, Religion und Alltag, was teilen sie uns mit? Ihre Geschichte und Bedeutung.

Datum 7. + 14. November  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Rene Krebs  
Kosten Fr. 48.–  
Anmeldung bis 24. Oktober

## Sutterbegg (F)

Nach einer Einführung besuchen Sie die Torten- und Kuchenabteilung, die Praliné-Produktion und die Geschenk- und Verpackungsabteilung.

Datum 8. November  
Tag/Zeit Donnerstag, 08.00 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 08.00 Uhr Station «Spengler», Tram 11 Richtung Reinach  
Leitung Sutterbegg  
Kosten Fr. 22.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 24. Oktober

## Kelten – ihre Ausstrahlung bis heute (V)

Eine Spurensuche am Westrand Europas, von Schottland bis Galicien.

Datum 8. November  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 15.15 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Werner Lukas  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes (s.a. Referat vom 1. Nov.: Geschichte und Kultur der Kelten; die beiden bildunterstützten Vorträge können einzeln besucht werden.)  
Anmeldung bis 26. Oktober

## Zentralwäscherei Basel (F)

Der Rundgang durch die hochtechnisierte Anlage zeigt, wie Wäsche der Spitäler, Heime, Hotels bearbeitet werden.

Datum 9. November  
Tag/Zeit Freitag, 10.00 – ca.12.00 Uhr  
Treffpunkt 09.45 Uhr Bushaltestelle Friedrich Miescher-Str., Bus 50 Richtung Flughafen  
Leitung Zeba AG  
Kosten Fr. 22.– (inkl. Kaffee und Kuchen)  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 26. Oktober

## Meistergeschichten von J.D. Salinger (V)

Köstliche Kurzgeschichten aus den 50er Jahren. Vorgelesen und erläutert von Marisa Rigas. «Ein herrlicher Tag für Bananenfisch» etc.

Datum 9. November  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.15 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Marisa Sophia Rigas, Schauspielerin  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 25. Oktober

## Etoscha und Gamgoas im Zoo (F)

Im Etoschahaus und der Gamgoasanlage sieht man die vielfältigen Zusammenhänge zwischen den Menschen, der Landschaft und der Tierwelt.

Datum 12. November  
Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr Haupteingang Zoo  
Leitung Zoo Basel  
Kosten Fr. 22.– (exkl. Eintritt)  
Anmeldung bis 29. Oktober

## Sicherheit: Karten, E-Banking, 24h-Zone (V)

Bankdienstleistungen unabhängig, sicher und bequem nutzen.

Datum 12. November  
Tag/Zeit Montag, 17.30 – ca. 19.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung BKB

Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 29. Oktober

## Wunder der Wüste – Antikenmuseum (F)

Petra die jordanische Wüstenstadt mit wunderbarer Kunst, die von J.L. Burckhardt alias Scheich Ibrahim entdeckt wurde.

Datum 13. November  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 10.00 Uhr bei Eingang  
Leitung Antikenmuseum  
Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt)  
Besonderes Museumsspass gültig, Führungsbeginn 10.15 Uhr  
Anmeldung bis 29. Oktober

## Heilig, süß und schön: Frauenbilder (F)

Wir betrachten das beliebteste Bildobjekt der Künstler – Frauen.

Datum 15. November  
Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 10.00 Uhr Eingang Kunstmuseum  
Leitung Elisabeth Winkler  
Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt)  
Besonderes Führungsbeginn 10.15 Uhr  
Anmeldung bis 1. November

## Bewegung und Ernährung (V)

Wie beeinflusst die Ernährung unsere Bewegungsmöglichkeiten. Wie können wir unser Wohlbefinden durch Bewegung beeinflussen.

Datum 15. November  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 15.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Markus Latscha, Sportwissenschaftler  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 31. Oktober

# Kurse

## ANMELDUNG FÜR KURSE

Ein Einstieg ist – wenn nicht anders vermerkt – jederzeit möglich. Schnupperstunde und Preis auf Anfrage.

### Schnupperkurs Acrylmalen

Farben sprechen lassen, kreativ sein. Die vielen Möglichkeiten und Techniken kennenlernen. Arbeiten auf Papier oder Keilrahmen. Auch für ungeübte Maler/-innen!

Daten 24. August – 28. September (6x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Rosa Weiss  
Kosten Fr. 150.– (exkl. Material)  
Besonderes Material mitbringen  
Anmeldung jederzeit möglich

### Einstieg ins kreative Schreiben

Orthographie ade! Tipps, Tricks und viel Humor bringen Sie zu spontanen Geschichten und Gedichten.

Daten 30. August – 27. September (4x, ohne 13.9.)  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Verena Kistler-Lehmann  
Kosten Fr. 140.–  
Besonderes Keine Biografiearbeit  
Anmeldung bis 23. August

### Gespräche, Männer unter sich

Ein Angebot für Männer, die neugierig sind und Offenheit und Solidarität unter sich entdecken möchten.

Datum 15.10./29.10./12.11./26.11./10.12  
Tag/Zeit Montag, 17.00 – 19.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Markus Schütz, langjähriger Begleiter von Gesprächskreisen  
Kosten Fr. 150.–  
Anmeldung bis 1. Oktober

### Buchdruck – Bleisatz – Handabziehpresse

Einführung in das Handwerk des Handsatzes und Buchdrucks. Sie gestalten, setzen und drucken Ihr eigenes Projekt z.B. Visitenkarte, Einladung, ein Gedicht etc.

Datum 16. – 30. Oktober (3x)  
Tag/Zeit Dienstag, 14.30 – 16.30 Uhr  
Ort Atelier, Müllheimerstr. 49, Basel  
Leitung Romano Hänni  
Kosten Fr. 190.–  
Besonderes Platz für max. 3 Personen  
Anmeldung bis 28. September

### Lesezirkel

Wir diskutieren über Neuerscheinungen, tauschen uns über Lektüreeindrücke aus und sprechen auch über die Buchkritik in den Medien.

Daten 17.10./31.10./7.11./21.11./5.12.12 (5x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 16.30 – 18.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Martina Kuoni  
Kosten Fr. 150.–  
Anmeldung bis 3. Oktober

### Nähkurs: Kleider und Geschenke

Kleider werden geändert und verändert, ganz nach Ihren Ideen. Auch Geschenke können angefertigt werden wie Pulswärmer, Kappen, Stolas etc.

Daten 17. Oktober – 14. November (5x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 17.00 Uhr  
Ort Atelier Lindenweg 15, Basel  
Leitung Lisa Kreuzer  
Kosten Fr. 290.–  
Besonderes Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene  
Anmeldung bis 3. Oktober

### Pendeln – Einführungskurs

Pendeln kann Jeder! Wer mit dem Pendel arbeitet, benutzt eine Informationsquelle die zu uns gehört, jedoch keinen bewussten Zugang findet.

Daten 17. – 31. Oktober (3x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Christine Keiser  
Kosten Fr. 150.–  
Anmeldung bis 3. Oktober

### Kunstwerke aus Pappmaché

Unter individueller Anleitung fertigen Sie farbenfrohe mollige Frauen, bunte Schalen oder fantasievolle Kunstwerke an.

Datum 18. + 25. 10./2.11.13 (3x)  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 17.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Sabine Matthis  
Kosten Fr. 150.– (inkl. Material)  
Anmeldung bis 4. Oktober

### Kalligraphie

Sie lernen die Schrift «Humanistische Kursiv» – eine geschätzte Renaissance-Schrift – kennen und anwenden.

Daten 18. Oktober – 29. November (7x)  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Edith Gisin  
Kosten Fr. 243.– (exkl. Material Fr. 20.–)  
Anmeldung bis 3. Oktober

### Geistige Fitness

Die Anregungen, Tipps und Erinnerungstechniken, die Sie in diesem abwechslungsreichen Kurs lernen, werden Ihnen den Alltag um vieles erleichtern.

Datum 19. Oktober – 7. Dezember (8x)  
Tag/Zeit Freitag, 16.00 – 17.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Verena Thomann  
Kosten Fr. 190.–  
Anmeldung bis 26. September

### Selbstheilungskräfte kennenlernen

Die Energie der Selbstheilungskräfte erkennen, spüren, fördern und zur Unterstützung Ihres Wohlbefindens nutzen.

Daten 19. Oktober – 2. November (3x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Christine Keiser  
Kosten Fr. 150.–  
Anmeldung bis 3. Oktober

### Kochkurs für den kleinen Haushalt

Sie werden in die «schnelle Alltagsküche», eingeführt mit Ausbaumöglichkeiten. Ausgewählt werden Frischprodukte mit hohem Genusswert und nach gesundheitlichen Richtlinien.

Therwil  
Datum 22. Oktober – 26. November  
Tag/Zeit Montag, 17.30 – 21.30 Uhr  
Ort Therwil, Sek. Schule Känelmatt  
Leitung Helen Leus  
Kosten Fr. 280.– (zusätzl. Kosten für Lebensmittel und Getränke ca. Fr. 100.–)  
Anmeldung bis 8. Oktober

### Lesezirkel

Gespräch und Gedankenaustausch über Bücher und Autoren.

Liestal  
Daten 23.10./6.11./20.11./4.12./18.12.12 (5x)  
Tag/Zeit Dienstag, 14.00 – 15.30 Uhr  
Ort Liestal, Bahnhofstr. 4  
Leitung Christine Wullschleger  
Kosten Fr. 120.–  
Anmeldung Jederzeit möglich

### Sinnvolles Gehirntraining

Hat Ihr Gedächtnis nachgelassen? Vergessen Sie regelmässig alltägliche Dinge? Hilfe zur Selbsthilfe. Ihr Alltag wird bunter!

Liestal  
Daten 24. Oktober – 12. Dezember (8x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 15.30 Uhr  
Ort Liestal, Bahnhofstr. 4

Leitung Christine Wullschleger  
Kosten Fr.190.–  
Anmeldung bis 15. Oktober

### Biografische Standortbestimmung

Das Leben betrachten, Entwicklungsgesetze erkennen, Erlebnisse begreifen, die Zukunft gestalten, den nächsten Schritt tun.

Datum 24. Oktober – 5. Dezember (7x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 16.00 – 18.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Rosmarie Meier  
Kosten Fr. 215.–  
Besonderes Kein Therapiekurs!  
Anmeldung bis 10. Oktober

### Jassen für Anfänger

Das Ziel des Kurses ist der beliebte «Schieber», den Sie von Anfang an auf praktische Art erlernen.

Daten 26. Oktober – 23. November (5x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Ruth Moser  
Kosten Fr. 160.–  
Anmeldung bis 12. Oktober

### Patience legen

Sie lernen historische, klassische, moderne, bekannte und unbekannt Patiences in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen. Für Anfänger und Könner.

Daten 6. + 20. November  
Tag/Zeit Dienstag, 14.00 – 17.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Renate Meier  
Kosten Fr. 95.–  
Besonderes Anfänger und Fortgeschrittene  
Anmeldung bis 22. Oktober

### Tarot – Spiegel Ihrer Seele

Sie lernen den Umgang mit Tarotkarten – ihre Bedeutung und ihren möglichen Einsatz im Alltag als Entscheidungshilfen.

Daten 7. November – 28. November (4x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Christine Keiser, SVEB und Master NLP  
Kosten Fr. 175.–  
Besonderes Tarotkarten nach Raider mitnehmen  
Anmeldung bis 24. Oktober

### Traumsymbolik verstehen

Träume sind wertvolle Botschaften unserer Seele an uns selbst. Jeder Mensch kann lernen, seine Träume zu verstehen.

Datum 9. – 30. November (4x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Sibylle Glanzmann  
Kosten Fr. 150.–  
Anmeldung bis 26. Oktober

### SEMESTERKURSE

#### Aquarellieren/Zeichnen & Acryl

Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene. Sie wählen, welche Technik Sie lernen möchten und werden individuell begleitet.

**\_BASEL**  
Dienstag, 09.00 – 11.00 Uhr  
Mittwoch, 09.00 – 11.00 Uhr  
Donnerstag, 09.00 – 11.00 Uhr  
**\_LIESTAL**  
Dienstag, 14.00 – 16.00 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 – 10.00 Uhr  
Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr  
Mittwoch, 11.00 – 12.00 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  
(14-tägig)

#### Chor

Wir singen Volkslieder aus aller Welt, klassische Lieder und besinnliche Kirchenlieder.

**\_BASEL**  
Donnerstag, 14.30 – 16.00 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  
(14-tägig)

### Bläser Regio Basel

**\_PRATTELN**  
Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr

### Handharmonika-Gruppe «Sunneschyn»

**\_BIRSFELDEN**  
Dienstag, 14.00 – 15.30 Uhr

### Schachtreff

**\_BIRSFELDEN**  
Montag, 13.30 – 18.00 Uhr

### Senioren-Theater

**\_SISSACH**  
Tag/Zeit Auf Anfrage

## Sprachen

### UNSER ANGEBOT

Wir bieten in den vier Grundsprachen auf allen Lernstufen über 100 Sprachkurse an:

- Englisch
- Französisch
- Italienisch
- Spanisch

### UNSERE KURSE

Unsere Sprachkurse gibt es als:

- Zeitlich befristete Kurse
- Semesterkurse

### BESONDERE SPRACHKURSE

- Griechisch
- Chinesisch
- Russisch
- Arabisch
- Latein
- Swahili

### KLEINE GRUPPENGROSSE

Dank der kleinen Gruppengrößen können unsere Kursleiter/-innen auf alle Lernenden persönlich eingehen.

Reguläre Gruppengröße: 5 – 8 Personen  
Kleingruppen: 3 – 4 Personen

### TEILNAHME/SCHNUPPERN/BERATUNG

Der Kurseintritt in Semesterkurse ist jederzeit nach einer kostenlosen Schnupperlektion möglich. Der Kurspreis wird entsprechend angepasst. Gerne beraten wir Sie persönlich bei uns im Akzent Forum oder am Telefon: 061 206 44 65.

### SEMESTERKURSE

13. August 2012 bis Mitte Januar 2013

## PREISE

Gruppen (5 – 8 Teilnehmende):

Fr. 296.40 pro Semester à 19 Lektionen (60 Min.)

Fr. 370.50 pro Semester à 19 Lektionen (75 Min.)

Fr. 444.60 pro Semester à 19 Lektionen (90 Min.)

Kleingruppen (3 – 4 Teilnehmende) und

befristete Kurse, Fr. 23.– pro Lektion (60 Min.)

# Englisch

## Anfängerkurs

### \_BASEL

Datum 16. Oktober – 18. Dezember (10x)

Tag/Zeit Dienstag, 16.30 – 17.30 Uhr

Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Angela Twiggs

Kosten Fr. 230.–

Anmeldung bis 28. September

## Reden lernen – ein mündlicher Kurs

### \_BASEL

Lernstufe Fortgeschrittene Anfänger!

Datum 15. Oktober – 17. Dezember (10x)

Tag/Zeit Montag, 08.45 – 09.45 Uhr

Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Pat Näf

Kosten Fr. 230.–

Anmeldung bis 28. September

## English crime-stories

### \_BASEL

Lernstufe Pre-intermediate! Blood and Breakfast, crime stories about suspects well schooled in murder.

Datum 17. Oktober – 14. November (5x)

Tag/Zeit Mittwoch, 16.30 – 17.30 Uhr

Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Corinne Grütter

Kosten Fr. 115.–

Anmeldung bis 3. Oktober

## Anfängerkurs

### \_LIESTAL

Daten 16. Oktober – 18. Dezember (10x)

Tag/Zeit Dienstag, 10.15 – 11.15 Uhr

Ort Liestal, Bahnhofstr. 4

Leitung Constanée Malik

Kosten Fr. 230.–

Anmeldung bis 28. September

## LERNSTUFEN SPRACHKURSE

Die Sprachkurse werden in folgenden Lernstufen angeboten.

### Anfänger

Erlernen des Grundwortschatzes und einfacher Satzstrukturen. Einführung in Grammatik, Lesen, Reden und Schreiben.

### Fortgeschrittene Anfänger

Erweitern des Wortschatzes, Zeitformen üben (Präsens, einfache Vergangenheit, Zukunft).

### Leichte Mittelstufe

Vertiefen der Grammatik, einfache Texte.

### Mittelstufe

Beherrschen aller grammatikalischen Zeiten, Erweiterung des Wortschatzes, Lektüre von Artikeln/Literatur, Konversation.

### Fortgeschrittene Mittelstufe

Sicherer Umgang mit der Grammatik, Vertiefung des Wortschatzes, anspruchsvolle Lektüre und Diskussion.

### Oberstufe/Konversation

Differenzierter Wortschatz, fließende Unterhaltung, Anspruchsvolle Lektüre längerer Texte und Diskussionen.

### Reisekofferkurs

Neben der grammatikalischen Grundstruktur geht es vor allem um das Sprechen und Verstehen.

## Semesterkurse

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Montag, 10.00 Uhr Montag, 10.45 Uhr

Montag, 10.45 Uhr Montag, 11.00 Uhr

Montag, 14.00 Uhr Dienstag, 09.45 Uhr

Dienstag, 14.00 Uhr Dienstag, 15.15 Uhr

Dienstag, 15.15 Uhr Mittwoch, 08.15 Uhr

Freitag, 08.45 Uhr Freitag, 10.00 Uhr

Freitag, 11.15 Uhr

#### \_LIESTAL

Donnerstag, 15.15 Uhr

Donnerstag, 09.45 Uhr Donnerstag, 10.30 Uhr

Freitag, 08.30 Uhr

#### \_BINNINGEN

Donnerstag, 08.45 Uhr

#### \_GELTERKINDEN

Montag, 14.50 Uhr

Freitag, 10.00 Uhr

#### \_LIESTAL

Mittwoch, 10.15 Uhr

#### \_MÜNCHENSTEIN

Mittwoch, 09.30 Uhr

#### \_SISSACH

Montag, 16.45 Uhr

### Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Montag, 08.30 Uhr Montag, 09.45 Uhr

Montag, 14.00 Uhr Dienstag, 08.30 Uhr

Dienstag, 11.00 Uhr Mittwoch, 08.30 Uhr

Mittwoch, 09.30 Uhr Mittwoch, 11.00 Uhr

Donnerstag, 15.15 Uhr

#### \_GELTERKINDEN

Freitag, 13.15 Uhr

#### \_LIESTAL

Montag, 17.00 Uhr Dienstag, 08.50 Uhr

Mittwoch, 08.50 Uhr Donnerstag, 14.00 Uhr

### Fortgeschrittene Mittelstufe

#### \_BASEL

Montag, 09.30 Uhr Dienstag, 08.30 Uhr

Dienstag, 09.45 Uhr Mittwoch, 13.30 Uhr

Donnerstag, 09.00 Uhr

### Oberstufe: Konversation

#### \_BASEL

Montag, 15.15 Uhr Mittwoch, 11.00 Uhr

Donnerstag, 09.15 Uhr Donnerstag, 10.30 Uhr

Donnerstag, 14.00 Uhr Freitag, 09.45 Uhr

#### \_BINNINGEN

Donnerstag, 10.30 Uhr

#### \_BUBENDORF

Montag, 09.30 Uhr

### Mittelstufe

#### \_BASEL

Montag, 15.15 Uhr Montag, 15.15 Uhr

Dienstag, 09.45 Uhr Dienstag, 11.00 Uhr

Mittwoch, 09.45 Uhr Donnerstag, 08.30 Uhr

# Französisch

## Anfängerkurs

### \_BASEL

Datum 16. Oktober – 19. Dezember  
Tag/Zeit Dienstag, 15.05 – 16.05 Uhr (10x)  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Francine Hanselmann  
Kosten Fr.230.–  
Anmeldung bis 3. Oktober

## Semesterkurse

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Donnerstag, 14.00 Uhr

### Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Dienstag, 13.55 Uhr Donnerstag, 16.20 Uhr

### Mittelstufe

#### \_BASEL

Dienstag, 08.30 Uhr Dienstag, 11.00 Uhr

#### \_LIESTAL

Montag, 08.45 Uhr

### Fortgeschrittene Mittelstufe

#### \_BASEL

Dienstag, 12.45 Uhr

### Oberstufe: Konversation

#### \_BASEL

Dienstag, 16.15 Uhr Donnerstag, 15.10 Uhr

# Italienisch

## Anfängerkurs

### \_BASEL

Datum 15. Oktober – 17. Dezember  
Tag/Zeit Montag, 15.15 – 16.15 Uhr (10x)  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Cristina De Cicco  
Kosten Fr. 230.–  
Anmeldung bis 28. September

## Reden lernen

### \_BASEL

Lernstufe Leichte Mittelstufe  
Datum 19. Oktober – 14. Dezember (9x)  
Tag/Zeit Freitag, 08.45 – 09.45 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Nicoletta D'Alessandro

Kosten Fr. 207.–  
Anmeldung bis 8. Oktober

## Italienisch mit einfacher Konversation

### \_BASEL

Lernstufe Leichte Mittelstufe. Sie können einfache Sätze bilden im Präsens, der einfachen Zukunft- und Vergangenheitsform.

Datum 16. Oktober – 18. Dezember (10x)  
Tag/Zeit Dienstag, 15.15 – 16.15 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Valeria Balemlli  
Kosten Fr. 230.–  
Anmeldung bis 1. Oktober

## Italienisch Konversation

### \_BASEL

Lernstufe Mittelstufe. Anhand von kleinen Texten wird diskutiert, analysiert und die grammatikalischen Stolpersteine erklärt.

Datum 17. Oktober – 19. Dezember (10x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 12.00 – 13.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Monique Mattarelli  
Kosten Fr. 230.–  
Anmeldung bis 3. Oktober

## Italienisch Grammatik

### \_BASEL

Lernstufe Leichte Mittelstufe. Es werden Schritt für Schritt die Zeitformen, Artikel, Satzstellungen etc. durchgearbeitet.

Datum 17. Oktober – 19. Dezember (10x)  
Tag/Zeit Mittwoch 10.45 – 11.45 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Monique Mattarelli  
Kosten Fr. 230.–  
Anmeldung bis 3. Oktober

## Semesterkurse

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Montag, 14.00 Uhr Mittwoch, 08.30 Uhr  
Mittwoch, 09.45 Uhr Mittwoch, 11.00 Uhr

#### \_LIESTAL

Mittwoch, 13.30 Uhr Mittwoch, 15.00 Uhr

### Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Mittwoch, 08.30 Uhr Freitag, 10.30 Uhr

#### \_LIESTAL

Freitag, 10.45 Uhr

## Mittelstufe

### \_BASEL

Dienstag, 14.00 Uhr Mittwoch, 14.00 Uhr  
Mittwoch, 15.15 Uhr Donnerstag, 15.15 Uhr

### \_ARLESHEIM

Mittwoch, 09.15 Uhr

### \_LIESTAL

Freitag, 09.00 Uhr

## Fortgeschrittene Mittelstufe

### \_BASEL

Dienstag, 09.45 Uhr Mittwoch, 09.45 Uhr

## Oberstufe: Konversation/Lektüre

### \_BASEL

Dienstag, 08.30 Uhr Dienstag, 11.00 Uhr  
Dienstag, 14.00 Uhr Mittwoch, 12.00 Uhr  
Donnerstag, 14.00 Uhr

### \_AESCH

Donnerstag, 10.15 Uhr

# Spanisch

## Anfängerkurs

### \_BASEL

Datum 19. Oktober – 14. Dezember (9x)  
Tag/Zeit Freitag, 09.15 – 10.15 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Eva Norona  
Kosten Fr. 207.–  
Anmeldung bis 8. Oktober

## Reden lernen

### \_BASEL

Lernstufe Leichte Mittelstufe  
Datum 19. Oktober – 14. Dezember (9x)  
Tag/Zeit Freitag, 08.00 – 09.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Eva Norona  
Kosten Fr. 207.–  
Anmeldung bis 8. Oktober

## Spanisch Konversation und Literatur

### \_BASEL

Lernstufe Mittelstufe! Ob aktuelle Themen oder Artikel zur Diskussion ausgewählt werden, Sie reden, lesen und pflegen Ihr Spanisch mit wenig Grammatik.

Datum 15. Oktober – 17. Dezember (10x)  
Tag/Zeit Montag, 09.30 – 10.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Ana Fritschi  
Kosten Fr. 230.–  
Anmeldung bis 1. Oktober

## Semesterkurse

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Montag,	14.00 Uhr	Montag,	15.15 Uhr
Donnerstag,	09.00 Uhr	Donnerstag,	11.30 Uhr
Freitag	08.30 Uhr		

#### \_LIESTAL

Mittwoch,	10.00 Uhr
-----------	-----------

### Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Freitag,	10.30 Uhr
----------	-----------

### Mittelstufe

#### \_BASEL

Donnerstag,	10.15 Uhr	Freitag,	09.45 Uhr
-------------	-----------	----------	-----------

### Oberstufe: Konversation/Lektüre

#### \_BASEL

Donnerstag,	11.00 Uhr
-------------	-----------

## Griechisch

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Montag,	09.15 Uhr
---------	-----------

## Russisch

### Anfängerkurs

#### \_BASEL

Daten	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Montag, 14.00 – 15.00 Uhr
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Nadja Guridova
Kosten	Fr. 230.–
Anmeldung	bis 3. Oktober

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Montag,	08.15 Uhr
---------	-----------

## Arabisch

### Schnupperkurs

#### \_BASEL

Sie erlernen die Grundkenntnisse der arabischen Sprache und erhalten Einblicke in die Kulturgeschichte.

Datum	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Montag, 11.15 – 12.15 Uhr
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Ghasuan Hemedi
Kosten	Fr. 230.–
Anmeldung	bis 28. September

## Chinesisch

### Anfängerkurs

#### \_BASEL

Die Sprache ist grammatikalisch sehr einfach, weil alle Wörter in der Grundform bleiben, doch gibt es keine Anknüpfungspunkte zu europäischen Sprachen. Sie werden langsam in diese fremde Sprache eingeführt.

Daten	17. Oktober – 19. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 15.15 – 16.15 Uhr
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Heya Ni
Kosten	Fr. 230.–
Anmeldung	bis 28. September

## Latein

### Auffrischkurs

#### \_BASEL

Sie frischen Ihre Kenntnisse auf und lesen und übersetzen verschiedene Texte.

Datum	19. Oktober – 14. Dezember (9x)
Tag/Zeit	Freitag, 11.15 – 12.15 Uhr
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Heidrun Graf, lic phil.
Kosten	Fr. 207.–
Anmeldung	bis 8. Oktober

## Swahili

### Schnupperkurs aus Ostafrika

#### \_BASEL

Swahili, eine Sprache die von Millionen Menschen gesprochen wird. Sie erhalten einen Einblick in die Kultur und Sprache.

Daten	19. Oktober – 16. November (5x)
Tag/Zeit	Freitag, 11.00 – 12.00 Uhr
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Lucy Osterwalder Oyubo
Kosten	Fr. 115.–
Anmeldung	bis 8. Oktober

# Computer & Fotografie

## Eine Idee mehr

### UNSER ANGEBOT

- Computer-Kurse
- Fotografie-Kurse
- Handy-Kurse
- iPad-Kurse

### UNSERE KURSARTEN

- Basiskurse
- Aufbaukurse
- Vertiefungskurse
- Fokuskurse

### UNTERRICHT IN KLEINEN GRUPPEN

**Kleingruppen von 5 – 6 Teilnehmer/-innen** (Basis-, Aufbau- und Vertiefungskurse)

**Kleinstgruppen von 2 – 3 Teilnehmer/-innen** (Fokuskurse)

Die kleinen Gruppengrößen ermöglichen es unseren Kursleiterinnen und Kursleitern, auf alle Lernenden persönlich einzugehen.

### PRIVATANGEBOTE

Im Einzelunterricht bieten wir Kursdaten und Themen nach Ihrer Wahl an.

### ZUSÄTZLICHE VORTEILE

Sie lernen in allen unseren Kursen zusammen mit Menschen in Ihrer **Altersgruppe (60+)**.

Sie erhalten von uns speziell für Sie erstellte **Kursunterlagen** (ab 4 Lektionen ausser Handkurs), die Ihnen bei der Computerarbeit zu Hause als Hilfe dienen können.

In Kursen ab 10 Lektionen können Sie zusätzlich und kostenlos **2 Übungslektionen** besuchen.

### INFRASTRUKTUR

Wir unterrichten mit dem Betriebssystem **Windows 7**. Für **Mac-Anwender/-innen** bieten wir Privatkurse und Privatstunden an (siehe «Mac-Angebot» und «Privatangebote»).

### KURS DATEN UND UNTERRICHTSZEITEN

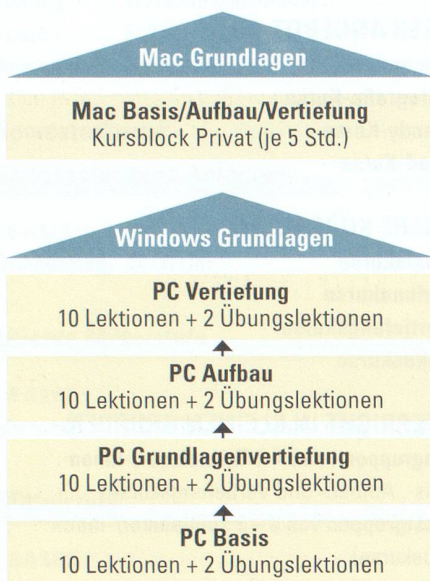
Wir organisieren laufend neue Kurse. Die Kursdaten und -zeiten erfahren Sie im Kurssekretariat. Die Kurseinheiten betragen in der Regel 2 Lektionen à 50 Minuten und finden im Akzent Forum zwischen 08.00 und 20.00 Uhr statt.

### BERATUNG

Wenn Sie nicht wissen, welcher Kurs für Sie der richtige ist, können Sie sich gerne und jederzeit von uns individuell beraten lassen.

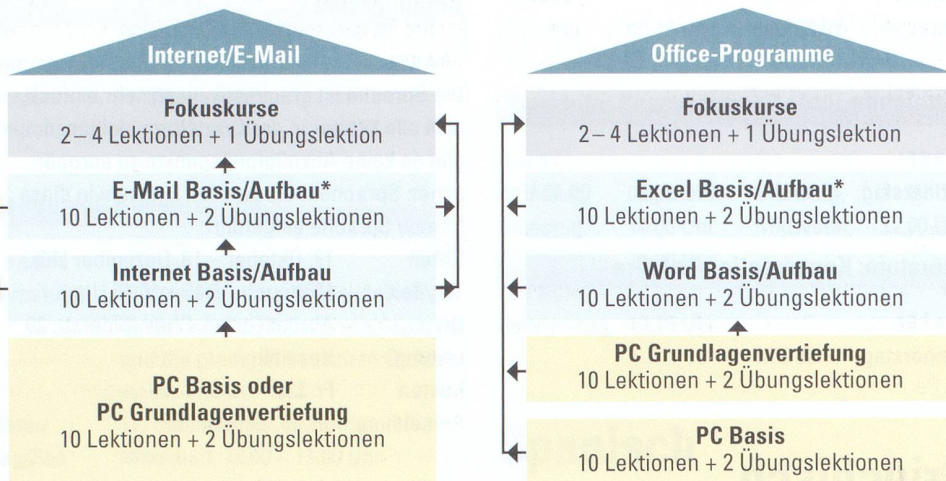
# Computer-, Foto- und Handykurse auf einen Blick

## GRUNDLAGEN Mac/Windows



## WEITERFÜHRENDE KURSE Internet, Office

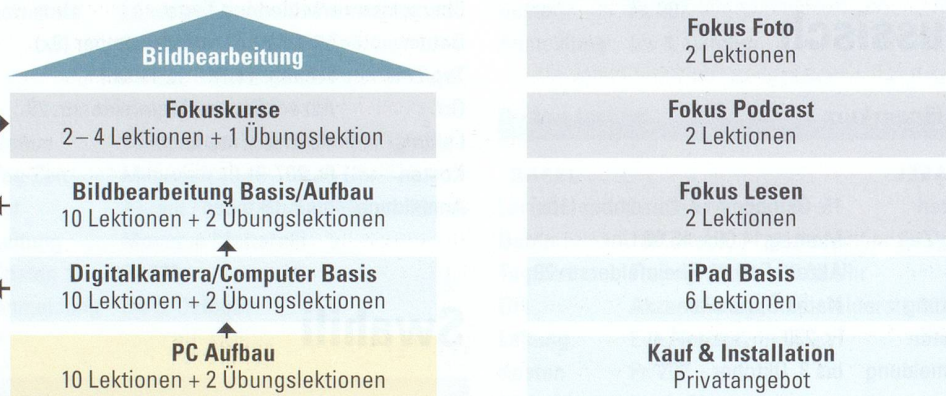
\* auf Anfrage



## GRUNDLAGEN Handy, Fotografie



## WEITERFÜHRENDE KURSE Bildbearbeitung, iPad, Multimedia



## PRIVATANGEBOTE Fotografie, Handy/Smartphone, Computer



# Computeria

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

**Montag, 3. September**

## Börsenkurse und Zeitungen

Funktionsumfang von elektronischen Zeitungen, z.B. Feeds, Drucken von Informationen, Weiterleiten von E-Mails, Nutzen von Archiven und E-Paper. Aktuelle Börsenkurse finden und Tipps zum elektronischen Börsenhandel.

Mit Sabri Dogan

**Montag, 1. Oktober**

## Computerputz

Alles rund um die Systempflege Ihres Computers. Was kann gelöscht, was muss gewartet und was gesichert werden?

Mit Peter Hunziker

# iPad

## KAUF, INSTALLATION UND SCHULUNG

Sie möchten das Internet nutzen, E-Mails lesen und versenden, haben aber keine Zeit und Lust, sich mit dem Computer vertraut zu machen? Sie möchten Zeitungen online lesen, Fernseh- und Radiosendungen zu einem späteren Zeitpunkt sehen/hören und ohne Computer und lange Schulungen in kurzer Zeit zu Ihrem Ziel gelangen? In diesem Fall ist das iPad genau das Richtige für Sie!

## Basis

Für die hauptsächliche Nutzung von E-Mail und Internet.

iPad 3, 16 GB und Wifi Router, 1 Std. Schulung ab Fr. 778.–\*, Einrichten Internetanschluss und Installation nach Aufwand; pro Stunde Fr. 120.– (exkl. Wegpauschale).

## Midi

Für die hauptsächliche Nutzung von E-Mail, Internet und Drucken von Dokumenten und Fotos. iPad 3, 16 GB, Wifi Router, Wifi Drucker 1 Std. Schulung ab Fr. 977.–\*, Einrichten Internetanschluss und Installation Wifi Drucker nach Aufwand; pro Stunde Fr. 120.– (exkl. Wegpauschale).

## Maxi

Für die hauptsächliche Nutzung von E-Mail und Internet, Drucken von Dokumenten und Fotos, für das Hören von Musik über die Stereoanlage,

sehen von Filmen und Fotos über den Fernseher. iPad 3, 16 GB, Wifi Router, Airport Express und Apple TV, 1 Std. Schulung ab Fr. 1'154.–\*, Einrichten Internetanschluss, Installation Wifi Drucker und Apple TV nach Aufwand; pro Stunde Fr. 120.– (exkl. Wegpauschale).

\* Diese Angaben sind ohne Gewähr

## Hilfe

Benötigen Sie Hilfe für das Einrichten Ihres iPads oder möchten Sie eine Privatstunde buchen, um eigene Fragen zur Handhabung Ihres Gerätes zu stellen? Beides ist möglich. Wir helfen Ihnen gerne und schnell.

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

## IPAD-KURSE

### iPad Basis

iPad einrichten (Wireless Passwort, E-Mail-Account, App Store). Grundlagen für das Surfen im Internet kennen lernen und anwenden. E-Mails lesen, schreiben und beantworten. Adressen von Freunden speichern und aufrufen. Geeignete Applikationen (Apps) für das iPad kennen lernen, speichern und nutzen.

Voraussetzung: Eigenes iPad, falls E-Mail Adresse bereits vorhanden: Zugangsdaten Benutzername/Passwort.

3 x 2 Lektionen à 50 Min., 3 – 6 Personen, Fr. 250.–

### Fokus: Lesen

Zeitungen und Bücher auf das iPad laden und lesen. Bibliothek organisieren, Schriftgrösse verändern, Unterschiede von gratis Nutzungen und kostenpflichtigen Angeboten kennen lernen. Geeignete Applikationen (Apps), zum Beispiel von Online Bibliotheken, für das iPad kennen lernen, speichern und nutzen.

Voraussetzung: Eigenes iPad

1 x 2 Lektionen à 50 Min., 3 – 6 Personen, Fr. 90.–

### Fokus: Podcast

Fernseh- und Radiosendungen (Podcast) auf dem iPad speichern und zu einem späteren Zeitpunkt sehen oder hören. Geeignete Applikationen (Apps) für das iPad kennen lernen, speichern und nutzen.

Voraussetzung: Eigenes iPad

1 x 2 Lektionen à 50 Min., 3 – 6 Personen, Fr. 90.–

### Fokus: Foto

Eigene Fotos übertragen, auf dem iPad organisieren und als Diashow abspielen. Geeignete Applikationen (Apps) für das iPad kennen lernen, speichern und nutzen.

Voraussetzung: Eigenes iPad

1 x 2 Lektionen à 50 Min., 3 – 6 Personen, Fr. 90.–

# Mac-Angebot

## Mac-Kurse bei Ihnen zu Hause

Unser auf Mac spezialisierter Kursleiter kommt zu Ihnen nach Hause und gibt Ihnen einen auf Ihr Lerntempo zugeschnittenen Einführungs- oder Vertiefungskurs.

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

Voraussetzungen: Keine

5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen, Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## PC Grundlagenvertiefung

(PC2)

Wissenslücken schliessen, Textdokumente gestalten, speichern, finden, öffnen und ändern. Dateien in Ordner ablegen, löschen, wiederherstellen. Dokumente auf Memory Stick speichern und den Inhalt von CDs ansehen. Fensterhandhabung und Organisation des Desktops. Auch für Umsteiger auf Windows 7 geeignet.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen, Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## PC Aufbau

(PC3)

Schwerpunkt Dateiorganisation und Eliminieren von Stolpersteinen in der Computerhandhabung. Das Arbeiten mit Windows vertiefen, Ordnung auf dem Computer schaffen (Dokumente, Bilder in Ordner organisieren), Einführung Dateisicherung (USB-Stick, CD/DVD) und Arbeiten mit der rechten Maustaste. Für alle, die bereits längere Praxis in der Computeranwendung haben; auch für Umsteiger auf das Betriebssystem Windows 7.

Voraussetzungen: Kurs «PC Grundlagenvertiefung», Praxis in der Computeranwendung

5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen, Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## PC Vertiefung (PC4)

Repetition und Vertiefung der Windows-Grundlagen, Dateiverwaltung und Dateisicherung z.B. auf externer Festplatte, CD, USB-Stick. Programme installieren. Systemsteuerung, Sicherheitsfragen wie Updates, Virenschutzprogramm etc. Für fortgeschrittene Anwender, die eigene PC-Probleme thematisieren möchten.

Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau», längere Praxis in der Computeranwendung  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

# Office-Programme

## Microsoft Word Basis (OW1)

Grundfunktionen von Microsoft Word nutzen und einfache Textdokumente wie Briefe, Einladungen, Listen erstellen, Grafiken einfügen, Tabulatoren setzen etc.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, 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, Funktionen wie Adresslisten und Etiketten kennen lernen.

Voraussetzungen: Kurs «Microsoft Word Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## Microsoft Excel Basis (OE1)

Excel als unentbehrliches Hilfsmittel zur Führung des persönlichen Kassabuches, Bankkontos oder Budgets kennen lernen. Daten eingeben und mit Formeln rechnen, einfache Adresslisten erfassen und auswerten, Tabellen übersichtlich gestalten.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

*Auf Wunsch bieten wir auch einen Microsoft Excel Aufbau Kurs an.*

## Fokus: Microsoft PowerPoint (FO2)

Einladungen und Glückwunschkarten gestalten und Präsentationen, z.B. eine Diashow mit eigenen Bildern erstellen. Texte eingeben und bearbeiten, Bilder und eigene Fotos einfügen, Prä-

sentation auf CD brennen.

Voraussetzungen: Kurs «Microsoft Word Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
3 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 300.–

## Fokus: Glückwunschkarten (FO1)

Textdokumente mit Bildern ergänzen, und Karten, Einladungen, Visitenkarten etc. gestalten.

Voraussetzungen: Kurs «Microsoft Word Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

# Internet und E-Mail

## Internet Basis (IN1)

Grundlagen des «World Wide Web» kennen lernen. WWW-Seiten aufrufen, navigieren und speichern. Gezielte, sichere und erfolgreiche Suche nach Informationen, Bildern oder Produkten.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, 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. Einkaufen, Buchen, Sicherheit beim Zahlen mit Kreditkarten, Download, Einstellungen, Virenschutz.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## E-Mail Basis (IN3)

Erstellen eines E-Mail-Kontos, Grundfunktionen kennen lernen, E-Mails versenden, beantworten, weiterleiten, Bilder und Textdokumente (Anlagen) senden, öffnen, speichern und drucken.

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## Fokus: Suchen im Internet (FIN1)

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., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Internet Flohmarkt (FIN4)

Sie lernen, über die Schweizer Auktionsplattform Ricardo im Internet Gegenstände (Möbel, Bilder, Schmuck, Haushaltsgeräte etc.) zu finden, zu kaufen und zu verkaufen.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Briefmarken drucken (FIN5)

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

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

## Fokus: Skype (FIN6)

Mit Skype weltweit über das Internet gratis telefonieren.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

## Fokus: Steuererklärung (FIN7)

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

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

## Fokus: Bankkonto per Internet (FIN8)

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

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

# Digitalfotografie

## Digitalfotografie Basis (DF1)

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

Voraussetzungen: Eigene Digitalkamera  
3 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 240.–

*Auf Wunsch bieten wir auch einen Digitalfotografie Aufbau-Kurs an.*

## Fokus: Makrofotografie (FF1)

Praxiskurs im Botanischen Garten: Erlernen der Makrofotografie.  
Voraussetzungen: Kurs «Digitalfotografie Basis» oder entsprechende Kenntnisse, eigene Digitalkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten.  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Bewegungsfotografie (FF2)

Praxiskurs im Bahnhof SBB: Erlernen der Fotografie von bewegten Objekten.  
Voraussetzungen: Kurs «Digitalfotografie Basis» oder entsprechende Kenntnisse, eigene Digitalkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten.  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Landschaftsfotografie (FF3)

Praxiskurs im Wenkenpark Riehen: Erlernen der Landschaftsfotografie.  
Voraussetzungen: Kurs «Digitalfotografie Basis» oder entsprechende Kenntnisse, eigene Digitalkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten.  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

# Bilderarchivierung und -bearbeitung

## Digitalkamera & Computer Basis (BB1)

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., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## Fokus: Bildbearbeitung Picasa (FB6)

Grundlagen der Bildbearbeitung wie Helligkeit und Kontrast verändern, Bildausschnitte erstellen und mit Farben experimentieren  
Voraussetzungen: Kurs «Digitalkamera & Computer Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Diashow (FB2)

Mit Digitalkamerabildern eine Diashow mit Texten und Musik für die Ansicht am PC und am Fernsehgerät erstellen.  
Voraussetzungen: Kurs «Digitalkamera & Computer Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Fotobücher und Kalender (FB1)

Mit Ihren eigenen Fotos ein Fotobuch oder einen Kalender gestalten und per Internet bei einem beliebigen Anbieter bestellen.  
Voraussetzungen: Kurs «Digitalkamera & Computer Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

## Bildbearbeitung Basis (BB2)

Grundlagen der Bildbearbeitung mit Photoshop Elements kennen lernen. Helligkeit und Kontrast verändern, mit Farben experimentieren, Bildfehler korrigieren, Bilder mit Texten kombinieren und neu erworbenes Wissen anhand von praktischen Beispielen üben.  
Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## Bildbearbeitung Aufbau (BB3)

Wiederholung der Themen von «Bildbearbeitung Basis». Erweiterte Kenntnisse wie Kombination von verschiedenen Bildern und komplexe Bildretouches anwenden, mit eigenen Bildern üben.  
Voraussetzungen: Kurs «Bildbearbeitung Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## Fokus: Alte Fotos auffrischen (FB5)

Ihre eigenen alten (Familien-) Fotos einscannen, fehlerhafte Stellen retouchieren und Bilder kolorieren.  
Voraussetzungen: Kurs «Bildbearbeitung Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

# Multi- + Social Media

## Fokus: Facebook (FIN9)

Das soziale Netzwerk im Internet kennen und richtig nutzen lernen.  
Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Youtube (FM1)

Veröffentlichen Sie eigene Videos oder Diashows auf Youtube.  
Voraussetzungen: Kurs «Videobearbeitung Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Podcasts (FM2)

Gratis verfügbare Fernseh- und Radiosendungen (Podcasts) auf den Computer laden und auf CD oder MP3-Player überspielen, um sie zu einem späteren Zeitpunkt zu sehen oder zu hören.  
Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

# Privatangebote

Im Kurszentrum oder bei Ihnen zu Hause

## Neu: Beratung und Installation HDTV

Die Umstellung auf Digital-TV (HDTV) und die Installation ist komplex. Wir helfen Ihnen, den für Sie richtigen Anbieter zu finden, und prüfen ihren Fernseher auf die benötigte Kompatibilität.  
Beratung, 1 Lektion à 50 Min., Fr. 85.– (exkl. Wegpauschale)  
Installation, Grundpauschale Fr. 120.– (exkl. Wegpauschale)  
Zusätzliche Installationen und Programmierungen Fr. 30.– pro Viertelstunde

## Begleitung beim Computerkauf

Wir begleiten Sie zum Computerkauf, bringen das Gerät zu Ihnen nach Hause, richten Ihnen den Internet-Anschluss ein und nehmen Ihnen alle technischen Sorgen mit Ihrer Neuanschaffung ab.  
1 Lektion à 50 Min., Fr. 85.– (exkl. Wegpauschale)

### Mac/ Windows PC /iPad/E-Reader etc.

Haben Sie Probleme mit Ihrem Computer, mit Hard- oder Software? Funktioniert plötzlich etwas nicht mehr oder möchten Sie Ihren Computer oder Ihr iPad an das Internet anschliessen? 1 Stunde, Fr. 120.– (exkl. Wegpauschale)

### Privatstunden Mac/iPad/iPod/Windows PC

Sie möchten keinen Gruppenkurs besuchen, aber Gelerntes auffrischen und ergänzen oder punktuell von Ihnen gewünschte Themen erlernen? 1 Stunde, Fr. 120.– (exkl. Wegpauschale)

### Begleitung beim Digitalkamerakauf

Wir begleiten Sie zum Digitalkamerakauf und helfen Ihnen, das richtige Gerät für Ihre Bedürfnisse auszuwählen.

1 Lektion à 50 Min., Fr. 85.– (exkl. Wegpauschale)

### Privatlektion Digitalkamera

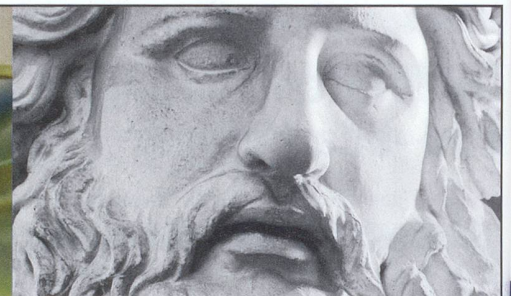
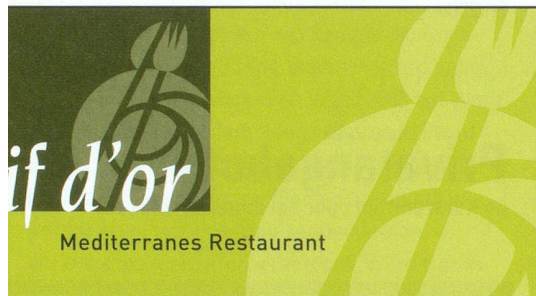
Sie möchten die wichtigsten Einstellungen und Menufunktionen Ihrer Digitalkamera besser kennen lernen. Eine Fachperson erklärt Ihnen die Handhabung Ihres Gerätes und beantwortet Ihre Fragen rund ums Fotografieren.

1 Lektion à 50 Min., Fr. 85.– (im Kurszentrum)

### Privatlektion Handy/iPhone

Sie möchten die wichtigsten Einstellungen und Menufunktionen besser kennen lernen und nutzen. Eine Fachperson erklärt Ihnen Handhabung und Funktionsumfang Ihres Gerätes.

Funktionen ohne Computer, 1 Lektion à 50 Min., Fr. 85.– (im Kurszentrum)



## «La Méditerranée» im if d'or – ein Geheimtipp für Geniesser

In unmittelbarer Nähe des Spalentors, zentral gelegen, befindet sich das mediterrane Restaurant if d'or. Essen und Trinken vom Feinsten, mit Schwerpunkt auf einer täglich frischen und saisonalen Küche mit naturbelassenen Zutaten.

Die einmaligen klassischen Kunstwerke der Skulpturhalle schaffen das Ambiente für ein Essen mit Freunden, Geschäftspartnern oder der Familie.

**Reservieren Sie noch heute Ihren Tisch im if d'or an der Missionsstrasse 20: Tel. 061 266 91 24**

Weitere Infos: [www.ifdor.ch](http://www.ifdor.ch)

Öffnungszeiten:

- Montag bis Freitag  
11.30 bis 23.00 Uhr
- Samstag  
18.00 bis 23.00 Uhr
- Sonntag  
11.30 bis 17.00 Uhr



# Besondere Angebote

## Schnupperwoche Bildung + Sport

vom 24. – 28. September *Vergleiche die detaillierten Stundenpläne auf den folgenden Seiten.*

### BILDUNGSANGEBOTE

Montag, 24. September, 15.30 Uhr

#### Sprachkurse – Informationsstunde

Dienstag, 25. September, 13.40 Uhr

#### Wie funktioniert das Internet?

Rund 4,8 Mio. Menschen nutzen in der Schweiz das Internet, doch nur wenige wissen, wie es wirklich funktioniert. Wir zeigen Ihnen einen Film und beantworten Ihre Fragen.

Dienstag, 25. September, 15.40 Uhr

#### Computerangebote – Infostunde

Sie kennen sich mit der Computerbedienung etwas aus und doch fehlen Ihnen immer wieder wichtige Grundinformationen? Wir zeigen Ihnen, welche Kurse für Sie die richtigen sind und beantworten Ihre Fragen.

Donnerstag, 27. September, 14.00 Uhr

#### iPad, das Gerät für Computermuffel

Wir zeigen Ihnen, wie einfach sich das iPad bedienen lässt und was man alles damit entdecken kann.

### SPORTANGEBOTE

Sie haben die Möglichkeit, unsere Angebote gratis kennenzulernen.

An unseren drei Standorten können Sie von morgens bis abends in über 50 Kursen schnuppern.

Schauen Sie vorbei und machen Sie mit (ohne Anmeldung)

### KREATIVKURSE

Freitag, 21. September

Kreativkurse-Informationsstunde um  
14.00 – ca. 15.00 Uhr

Ort: Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

## Sportnacht

Das Akzent Forum macht zum zweiten Mal an der Sportnacht mit!

### Tanzen 50+

Samstag, 25. August

Angebot des Akzent Forums und der  
Tanzschule Fromm

- **Let's Dance**, 17.00 und 18.00 Uhr
- **Orientalischer Bauchtanz**, 19.00 und 20.00 Uhr
- **Standard Tänze**, 21.00 Uhr
- **Lateinamerikanische Tänze**, 22.00 Uhr
- **Latin Mix**, 23.00 Uhr

(Dauer: je 45 Minuten)

Ort unserer Angebote: Ballsaal Tanzschule  
Fromm, Freiestrasse 34, Basel  
Verkaufsort Tickets: Barfi, Marktplatz, Basel

### Gezielte Bewegungsberatung

Wünschen Sie eine gezielte Bewegungsberatung, so vereinbaren Sie einen Termin.

Dauer: 20 Min.

Ort: Akzent Forum, Fitnesscenter 50+  
Rheinfelderstr. 29

Leitung: Katrin Ackermann und Silvia  
Stöcklin, Turn- und Sport-  
lehrerinnen, Expertinnen  
Erwachsenensport

Kosten: gratis

### Polysportive Ferienwoche

Mit AquaGym, Wanderungen, Walking und Morgengymnastik bietet unsere polysportive Ferienwoche viel Abwechslung und aktive Erholung.

Daten: So, 9. – Sa, 15. September 2012

Ort: Achentalerhof beim Achensee  
Österreich

Leitung: Christina Thoma und Katrin  
Ackermann, Erwachsenen-sport-  
lehrerinnen

Kosten: Es hat noch freie Plätze!

*Bitte verlangen Sie das Detailprogramm.*

# Schnupperwoche Bildung + Sport

vom 24. – 28. September

## Fitnesscenter 50+ an der Belchenstrasse 15 in Basel

Montag, 24. Sept. 2012	Dienstag, 25. Sept. 2012	Mittwoch, 26. Sept. 2012	Donnerstag, 27. Sept. 2012	Freitag, 28. Sept. 2012
<b>Rhythmische Gymnastik</b> 08.30 – 09.30 Uhr	<b>Feldenkrais</b> 08.30 – 09.30 Uhr	<b>GymFit</b> 08.00 – 09.00 Uhr		
<b>GymFit+</b> 09.30 – 10.30 Uhr	<b>GymFit (nur Männer)</b> 09.30 – 10.30 Uhr			<b>GymFit+</b> 09.00 – 10.00 Uhr
<b>Sanfte Gymnastik</b> 10.30 – 11.30 Uhr	<b>Osteogym</b> 10.30 – 11.30 Uhr		<b>GymFit</b> 10.30 – 11.30 Uhr	<b>GymFit+</b> 10.00 – 11.00 Uhr
<b>Sanfte Gymnastik</b> 11.30 – 12.30 Uhr	<b>Atem – Bewegung</b> 11.30 – 12.30 Uhr	<b>Erholsamer Schlafen ohne Schnarchen</b> 11.30 – 12.30 Uhr		<b>Tai-Ji</b> 12.00 – 13.00 Uhr
<b>Orientalischer Bauchtanz Einsteiger</b> 12.30 – 13.30 Uhr		<b>Einführungskurs Feldenkrais</b> 12.30 – 13.30 Uhr		
<b>Orientalischer Bauchtanz Fortgeschrittene</b> 13.30 – 14.30 Uhr	<b>Rhythmus – Bewegung – Koordination</b> 14.00 – 15.00 Uhr	<b>Sanfte Gymnastik</b> 14.00 – 15.00 Uhr	<b>Bewegung und Gedächtnis</b> 13.30 – 14.30 Uhr	
		<b>Rückentraining</b> 15.00 – 16.00 Uhr		
<b>Tanz und Beweglichkeit</b> 15.30 – 16.30 Uhr	<b>Beckenbodentraining</b> 17.00 – 18.00 Uhr	<b>Rückentraining</b> 16.00 – 17.00 Uhr		
<b>Körpertraining – Stretching – Entspannung</b> 16.30 – 17.30 Uhr	<b>Körpertraining – Koordination</b> 18.00 – 19.00 Uhr	<b>Pilates</b> 17.00 – 18.00 Uhr	<b>Orientalischer Bauchtanz Fortgeschrittene</b> 17.00 – 18.00 Uhr	

## Kraftraum an der Rheinfelderstrasse 29 in Basel

**Schnuppern im Kraftraum** Montag – Freitag  
08.00 – 14.00 Uhr  
15.00 – 20.00 Uhr

## Kraftraum an der Belchenstrasse 15 in Basel




**Schnuppern im Kraftraum** Montag – Freitag  
Montag, Donnerstag 08.00 – 12.00 Uhr  
15.00 – 18.00 Uhr  
Dienstag, Mittwoch 15.00 – 17.00 Uhr  
Samstag 09.00 – 11.00 Uhr

## Kurs- und Fitnesscenter 50+ Rheinfelderstrasse 29 in Basel

Montag, 24. Sept. 2012	Dienstag, 25. Sept. 2012	Mittwoch, 26. Sept. 2012	Donnerstag, 27. Sept. 2012	Freitag, 28. Sept. 2012
Beckenbodentraining 08.30 – 09.30 Uhr		Rhythmus – Bewegung – Koordination 08.30 – 09.30 Uhr		
Rückentraining 09.30 – 10.30 Uhr	Yoga 09.45 – 10.45 Uhr	Sanfte Gymnastik 09.30 – 10.30 Uhr		GymFit 09.30 – 10.30 Uhr
	Qi-Gong der 5 Elemente 10.45 – 11.45 Uhr			Gleichgewichtstraining Grundkurs 09.30 – 10.30 Uhr
	Fit/Beweglich 12.30 – 13.30 Uhr		Entspannt im Alltag 12.15 – 13.15 Uhr	
Yoga 13.15 – 14.15 Uhr	Wie funktioniert Internet?*	Stiefkind Fuss 13.30 – 14.30 Uhr		
Info Sprachkurse* 15.30 – 16.30 Uhr Kursraum 5	Power Gym 14.30 – 15.30 Uhr	Beckenbodengrundkurs 14.30 – 15.30 Uhr	iPad* 14.00 – 15.00 Uhr Kursraum 5	Sicherheit & Selbst- verteidigung für Frauen 14.00 – 15.00 Uhr
Let's Dance 15.45 – 16.45 Uhr	Computerangebote* 15.40 – 16.20 Uhr Kursraum 5	Wege um zur Ruhe zu kommen 15.30 – 16.30 Uhr		Tänze aus aller Welt 15.00 – 16.00 Uhr
	Körpertraining – Stretching – Entspannung 16.30 – 17.30 Uhr	Kreativ-Tanz 16.30 – 17.30 Uhr	Ernährung/Bewegung/ Entspannung 17.00 – 18.00 Uhr	

\*Vergleiche Ausschreibung auf Seite 55

## Waisenhausturnhalle am Theodorskirchplatz 7 in Basel

Montag, 24. Sept. 2012	Dienstag, 25. Sept. 2012	Mittwoch, 26. Sept. 2012	Donnerstag, 27. Sept. 2012	Freitag, 28. Sept. 2012
GymFit+ 08.30 – 09.30 Uhr	GymFit+ 08.30 – 09.30 Uhr	Qi-Gong 08.30 – 09.30 Uhr	GymFit+ 08.30 – 09.30 Uhr	Rückentraining 08.20 – 09.20 Uhr
GymFit+ 09.30 – 10.30 Uhr	GymFit+ (nur Frauen) 09.30 – 10.30 Uhr	Tai-Ji 09.45 – 10.45 Uhr	GymFit+ 09.30 – 10.30 Uhr	Rückentraining 09.30 – 10.30 Uhr
	GymFit+ 10.30 – 11.30 Uhr	Tai-Ji 11.00 – 12.00 Uhr		Rückentraining 10.40 – 11.40 Uhr
	GymFit+ 14.00 – 15.00 Uhr		GymFit+ 14.00 – 15.00 Uhr	
GymFit 15.00 – 16.00 Uhr			Ballsport & Fitness für Männer 15.00 – 16.00 Uhr	
GymFit (nur Frauen) 16.00 – 17.00 Uhr	Power Gym 16.00 – 17.00 Uhr		GymFit+ 16.30 – 17.30 Uhr	
	Bauch – Beine – Po 17.00 – 18.00 Uhr	