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: 18.11.2025** 

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 KURSZENTREN**

- 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

Internet

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 Kraftraum 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. Blindekuh (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 09.55 Uhr Haupteingang Zoo Treffpunkt

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 Tag/Zeit 28. August

Dienstag, 10.00 - 11.15 Uhr

Ort

Schmiedenhof Zunftsaal, Rümelins-

platz, Basel

Marcus Schneider

Leitung Kosten

Fr. 24.-

bis 15. August Anmeldung

#### 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 Kosten Werner Gysin

Fr. 25.- (inkl. Eintritt, exkl. Zug-

billette, 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 Leitung Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Kosten

Susanne Lüthy 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

Donnerstag, 09.30 - 11.30 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 09.30 Uhr bei Pauluskirche, Basel

Leitung

Rose Schulz-Rehberg Fr. 24.-

Kosten

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 Fr. 22.-

Kosten 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 0rt

Freitag, 14.00 - 16.00 Uhr 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 Treffpunkt Montag, 14.00 – 16.00 Uhr 13.55 Uhr Tinguely-Brunnen,

Theaterplatz

Leitung

Martina Kuoni Fr. 30.- (inkl. Kaffee)

Kosten 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 Treffpunkt Dienstag, 13.45 - ca. 16.30 Uhr

13.45 Uhr Schalterhalle SBB «Treff-

punkt». Abfahrt 14.01 Uhr nach Frenkendorf

Claire Ochsner Leitung

Kosten Fr. 30.- (exkl. Billette nach Frenkendorf)

Anmeldung bis 22. August

Besonderes Gut zu Fuss, ca.15 Min. laufen. Führung 14.30 - 15.30 Uhr

Stadthaus – unsere Bürgergemeinde (F)

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

Datum Tag/Zeit 5. September

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 Brun-

nen, 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. Bahn-

hof, Basel

Leitung

Heinz Studer Fr. 48.-

Kosten 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 Kosten

Lange Erlen 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 Ort

Dienstag, 14.00 - 15.00 Uhr

Leitung

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Ralf Roth, ISSW

Kosten Fr. 24.-

bis 29. August Anmeldung

#### 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

Peter Habicht

Tag/Zeit

Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr

Ort

Weinleute Zunftsaal, Münsterpl. 14,

Basel

Leitung 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 Ort

Mittwoch, 14.30 - 16.00 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Isabella Tschachtli, Kinesiologin

Leitung 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 Treffpunkt

Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr 14.30 Uhr Akzent Forum, Rheinfel-

derstr. 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 Treffpunkt

Montag, 14.00 - 15.30 Uhr 13.55 Uhr Tramstation St. Jakob,

Tram 14

Leitung

**Basel United** 

Fr. 22.-Kosten 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 Treffpunkt

Dienstag, 14.15 - 15.30 Uhr

14.15 Uhr Tramstation Aesch Dorf,

Tram 11

Leitung

Anmeldung

Kostüm Kaiser

Kosten

Fr. 22.bis 3. September

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

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

Datum

19. September

Tag/Zeit Treffpunkt Mittwoch, 08.30 - 12.30 Uhr 08.15 Uhr in Schalterhalle SBB bei

Treffpunkt, Abfahrt 08.33 Uhr nach

Zürich

Leitung Kosten

Elisabeth Winkler

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

0rt Leitung Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 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 Treffpunkt Donnerstag, 09.30 - 11.30 Uhr 09.30 Uhr vor Pauluskirche, Basel

Leitung Kosten

Rose Schulz-Rehberg Fr. 24.-

Anmeldung

Besonderes Gut zu Fuss 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

Kosten

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Sylvia Frey Werlen, Erwachsenen-

Leitung

bildung und Laufbahnberatung Fr. 24.-

Besonderes 28.9., 14.00 - 15.30 Uhr Vertiefungs-

treff (Kosten Fr. 24.-)

bis 10. September Anmeldung

#### 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 Treffpunkt

Montag, 10.00 - 11.00 Uhr 09.55 Uhr vor Haupteingang Zoo,

Basel

Zoo Basel

Leitung

Fr. 22.- (exkl. Eintritt)

Kosten

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, Rümelins-

platz, 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, Brunnmeister und das älteste Basler Kloster zuhause war.

Datum

26. September

Tag/Zeit Treffpunkt

Mittwoch, 09.30 - 11.00 Uhr 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 Ort

Kosten

Mittwoch, 14.30 - 16.00 Uhr

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung

Katharina Remund, Geistheilerin geprüft SVNH

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 Kosten **BVB** 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 Treffpunkt Freitag, 14.30 - 16.00 Uhr 14.20 Uhr Tramstation St. Jakob,

Tram 14

Tertianum

Leitung 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 Kosten

Swisscom Fr. 22.-

Anmeldung bis 1. Oktober

#### Pilgern – Museum der Kulturen (F)

Pilgerwandern - mehr als eine blosse Freizeitbeschäftigung. Historische und kulturelle

Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr

Treffpunkt 09.55 Uhr Eingang Münsterplatz 20,

Basel

Museum der Kulturen Fr. 24.- (exkl. Eintritt)

Kosten

bis 28. September Anmeldung

#### 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

Leitung

Mittwoch, 14.30 - 16.00 Uhr

Ort

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Isabella Tschachtli

Leitung 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 10.00 Uhr Eingang Kunstmuseum

Treffpunkt Leitung Kosten

Elisabeth Winkler 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, Bewa-

Datum

chung und hören allerhand Geschichten. 18. Oktober

Tag/Zeit

Donnerstag, 20.30 - 22.00 Uhr

Treffpunkt

20.25 Uhr bei Schifflände

Infohäuschen

Leitung

Kosten Fr. 24.-

Peter Habicht

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 eröff-

bis 8. Oktober

Freitag, 09.30 - 11.00 Uhr

12, Tram 1, 2, 8 bis Markthalle

net wurde. Datum

19. Oktober

Tag/Zeit

Treffpunkt 09.25 Uhr vor Eingang, Viaduktstr.

Anmeldung

Leitung Ambulatorium Fr. 22.-Kosten

Hintergründe.

16. Oktober

Datum Tag/Zeit

#### Ernährung der Zootiere (F)

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

Datum

22. Oktober

Montag, 17.30 – 19.00 Uhr Tag/Zeit Treffpunkt 17.25 Uhr Haupteingang Zoo

Leitung

Zoo Basel

Fr. 22.- (exkl. Eintritt) Kosten 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

Montag, 17.30 - 18.30 Uhr Tag/Zeit Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Ort

Leitung Dr. Stefan Kunzmann, Leiter Invest.

Research & Advisory, BKB

Fr. 24.-Kosten

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

Waisza 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 Binningerstr. 21 (bei Heu-

waage)

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 einfallsreichen und international inspirierten Ausformungen des Jugendstils.

Datum

24. Oktober

Tag/Zeit 0rt

Mittwoch, 14.30 - 16.00 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Leitung Rose Schulz-Rehberg

Kosten Fr. 24.-

Anmelduna 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 Treffpunkt Freitag, 14.00 - 15.30 Uhr 13.55 Uhr Tramstation Rheingasse

vor Möbel Pfister

Leitung Kosten Atelier Moll Fr. 22.-

bis 15. Oktober Anmeldung

#### Numerologie – Wissenschaft der Zahlen (V)

Bei der Einführung in die Numerolgie werden Geburtstag und Namenszahlen sowie die Bedeu-

tung der Zahlen thematisiert. Datum 26. Oktober

Tag/Zeit

Freitag, 14.00 - 17.00 Uhr Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Edith Gisin Leitung

Fr. 50.-Kosten bis 15. Oktober Anmeldung

#### 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 0rt

Freitag, 14.00 - 15.30 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung

Dr. Beat Schönegg

Kosten

Besonderes Für Sprachbegeisterte

Anmeldung bis 15. Oktober

Fr. 180.-

#### **Bundeshaus Bern (F)**

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

Datum

29. Oktober

Tag/Zeit Treffpunkt

Montag, 08.10 - ca. 11.45 Uhr

08.10 Uhr Schalterhalle «Treff-

punkt». 08.31 Uhr Abfahrt nach

Bern.

Leitung Bundeshaus

Kosten Fr. 25.- (exkl. Zugbillette, bitte sel-

ber lösen)

Besonderes Pass oder ID mitnehmen! Gut zu

Fuss. Führung von 10.30 – 11.30 Uhr

bis 15. Oktober Anmeldung

#### Wiedervereinigung BS / BL (V)

Basel und Liestal sind oft weit weg voneinander. Wird Partnerschaft doch noch zur Wieder-

vereinigung?

Datum 30. Oktober

Tag/Zeit Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr

Ort Zunftsaal der Weinleute, Münster-

platz 14

Leitung Helmut Hubacher

Kosten Fr. 24.-

Anmeldung bis 17. Oktober

#### Familienstellen (V)

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

Datum

31. Oktober

Tag/Zeit

Mittwoch, 14.30 - 16.00 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Katharina Remund

Kosten Anmeldung

Fr. 24.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 Treffpunkt

Donnerstag, 14.30 - 16.00 Uhr 14.15 Uhr Tramstation Tellplatz bei

Polizeiposten, Tram 15/16

Blindekuh Leitung

Kosten Fr. 35.- (inkl. Z'Vieri, exkl. Getränke)

bis 19. Oktober Anmeldung

#### 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 Werner Lukas Leitung

Kosten Fr. 24.-

Besonderes (s.a. Fortsetzungsreferat am 8.

Nov.: Ihre Ausstrahlung bis in die Gegenwart; die beiden bildunterstützten Vorträge können einzeln

43

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 09.25 Uhr Haupteingang Hörnli Treffpunkt

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 Tag/Zeit 2., 16. und 23. November (3x) Freitag, 14.00 - 15.30 Uhr

Ort

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung

Dr. Paul Strässle

Fr. 75.-Kosten Anmeldung bis 17. Oktober

#### Wurst, Wein und Brot (V)

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

Datum Tag/Zeit 6. November

Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr Ort Zunftsaal der Weinleute, Münster-

platz 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 Ort

Mittwoch, 14.30 - 16.00 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung

Rene Krebs

Kosten

Fr. 48.

Anmeldung bis 24. Oktober

#### Sutterbegg (F)

Nach einer Einführung besuchen Sie die Tortenund 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 Fr. 22.-

Kosten 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 Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Ort

Leitung Werner Lukas

Kosten Fr. 24.-

Besonderes (s.a. Referat vom 1. Nov.: Geschich-

te 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 Treffpunkt Freitag, 10.00 - ca.12.00 Uhr 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

0rt

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung

Marisa Sophia Rigas,

Schauspielerin

Kosten

Fr. 24.-

bis 25. Oktober Anmeldung

#### 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 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.

13. November Datum

Tag/Zeit Dienstag, 10.00 - 11.30 Uhr Treffpunkt 10.00 Uhr bei Eingang Leitung Antikenmuseum

Kosten Fr. 24.- (exkl Eintritt)

Besonderes Museumspass gültig, Führungs-

beginn 10.15 Uhr

bis 29. Oktober Anmeldung

#### 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 Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Ort Leitung

Markus Latscha, Sportwissenschaftler

bis 31. Oktober

Kosten

Anmeldung

Fr. 24.-

### 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 Tag/Zeit 24. August - 28. September (6x) Freitag, 14.00 - 16.00 Uhr

Ort

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung

Rosa Weiss

Fr. 150.- (exkl. Material) Kosten 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 Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Ort 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 Leitung

Kosten

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Markus Schütz, langjähriger Be-

gleiter von Gesprächskreisen

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 Ort

Dienstag, 14.30 - 16.30 Uhr 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 Ort

Mittwoch, 16.30 - 18.00 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung

Martina Kuoni

Fr. 150.-Kosten 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) Mittwoch, 14.00 - 17.00 Uhr

Tag/Zeit Ort

Atelier Lindenweg 15, Basel

Leitung Kosten Lisa Kreuzer 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 Tag/Zeit

17. - 31. Oktober (3x) 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

0rt Leitung Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Sabine Matthis

Kosten

Fr. 150.- (inkl. Material)

Anmeldung bis 4. Oktober

#### Kalligraphie

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

Daten Tag/Zeit

18. Oktober – 29. November (7x) Donnerstag, 14.00 - 16.00 Uhr

Ort Leitung Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Edith Gisin

Fr. 243.- (exkl. Material Fr. 20.-) Kosten

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 Tag/Zeit 19. Oktober – 2. November (3x) Freitag, 14.00 - 16.00 Uhr

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

0rt

Christine Keiser Leitung

Fr. 150.-Kosten 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.

22. Oktober - 26. November Datum Tag/Zeit Montag, 17.30 - 21.30 Uhr

Ort Leitung

Helen Leus

Kosten

Fr. 280.- (zusätzl. Kosten für Lebensmittel und Getränke ca. Fr. 100.-)

Therwil, Sek. Schule Känelmatt

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 Ort

Dienstag, 14.00 - 15.30 Uhr Liestal, Bahnhofstr. 4

Christine Wullschleger Leitung 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 Tag/Zeit 24. Oktober - 12. Dezember (8x) Mittwoch, 14.00 - 15.30 Uhr

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 Tag/Zeit 24. Oktober – 5. Dezember (7x) 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 Tag/Zeit 26. Oktober - 23. November (5x) Freitag, 14.00 - 16.00 Uhr

Ort

Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Ruth Moser Fr. 160.-Kosten Anmeldung bis 12. Oktober

#### Patience legen

Sie lernen historische, klassische, moderne, bekannte und unbekannte Patiencen in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen. Für Anfänger und Könner.

Daten

6. + 20. November

Tag/Zeit Ort

Dienstag, 14.00 - 17.00 Uhr 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 Tag/Zeit 7. November – 28. November (4x) 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**

#### Aguarellieren/Zeichnen & Acryl

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

#### BASEL

Dienstag, Mittwoch,

09.00 - 11.00 Uhr 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. Mittwoch,

08.30 - 10.00 Uhr 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, Dienstag,

09.30 - 10.45 Uhr 14.00 - 15.30 Uhr

(14-täglich)

#### 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-täglich)

#### 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 Latein
- Arabisch Swahili

KLEINE GRUPPENGRÖSSE 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

16. Oktober - 18. Dezember (10x) Datum Tag/Zeit Dienstag, 16.30 - 17.30 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Ort

Leitung Kosten

Angela Twiggs Fr. 230.-

Anmeldung bis 28. September

#### Reden lernen – ein mündlicher Kurs

BASEL

Fortgeschrittene Anfänger! Lernstufe 15. Oktober – 17. Dezember (10x) Datum Tag/Zeit Montag, 08.45 - 09.45 Uhr Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 0rt

Leitung Pat Näf Fr. 230.-Kosten

Anmeldung bis 28. September

#### **English crime-stories**

BASEL

Pre-intermidiate! Blood and Break-Lernstufe

feast, crime stories about suspects

well schooled in murder.

Datum 17. Oktober – 14. November (5x) Tag/Zeit Mittwoch, 16.30 - 17.30 Uhr 0rt Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Corinne Grütter

Kosten Fr. 115.bis 3. Oktober Anmeldung

#### Anfängerkurs

LIESTAL

Daten 16. Oktober – 18. Dezember (10x) Tag/Zeit Dienstag, 10.15 - 11.15 Uhr 0rt 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 14.00 Uhr 15.15 Uhr Dienstag, Dienstag, 08.15 Uhr Dienstag, 15.15 Uhr Mittwoch, Freitag, 08.45 Uhr Freitag, 10.00 Uhr Freitag, 11.15 Uhr LIESTAL Donnerstag, 15.15 Uhr

Leichte Mittelstufe

### BASEL

Montag, 08.30 Uhr Montag, 09.45 Uhr 14.00 Uhr 08.30 Uhr Montag, Dienstag, 11.00 Uhr 08.30 Uhr Dienstag, Mittwoch Mittwoch 09.30 Uhr Mittwoch 11.00 Uhr Donnerstag, 15.15 Uhr GELTERKINDEN

Freitag, 13.15 Uhr

LIESTAL 08.50 Uhr Montag, 17.00 Uhr Dienstag, 08.50 Uhr Mittwoch, Donnerstag, 14.00 Uhr

#### Mittelstufe

BASEL

Montag, 15.15 Uhr Montag, 15.15 Uhr Dienstag, 09.45 Uhr Dienstag, 11.00 Uhr 09.45 Uhr Mittwoch, Donnerstag, 08.30 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 10.15 Uhr Mittwoch, MÜNCHENSTEIN Mittwoch, 09.30 Uhr SISSACH Montag, 16.45 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,

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

47

09.30 Uhr

## Französisch

#### **Anfängerkurs**

BASEL

Datum 16. Oktober - 19. Dezember Dienstag, 15.05 - 16.05 Uhr (10x) Tag/Zeit Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Ort

Francine Hanselmann Leitung

Fr.230.-Kosten 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

08.30 Uhr 11.00 Uhr Dienstag, Dienstag,

\_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

Cristina De Cicco Leitung

Fr. 230.-Kosten

Anmeldung bis 28. September

#### Reden lernen

BASEL

Lernstufe Leichte Mittelstufe

Datum 19. Oktober – 14. Dezember (9x) Freitag, 08.45 - 09.45 Uhr Tag/Zeit

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 Vergangen-

heitsform.

Datum 16. Oktober – 18. Dezember (10x) Tag/Zeit Dienstag, 15.15 - 16.15 Uhr

Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29 Valeria Balemlli

Leitung Fr. 230.-Kosten Anmeldung bis 1. Oktober

#### **Italienisch Konversation**

BASEL

Mittelstufe. Anhand von kleinen Lernstufe Texten wird diskutiert, analysiert und die grammatikalischen Stolpersteine erklärt. Daten 17. Oktober - 19. Dezember (10x)

Tag/Zeit Mittwoch, 12.00 - 13.00 Uhr 0rt Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Monique Mattarelli

Kosten Fr. 230.bis 3. Oktober Anmeldung

#### **Italienisch Grammatik**

BASEL

Lernstufe Leichte Mittelstufe. Es werden

> Schritt für Schritt die Zeitformen, Artikel, Satzstellungen etc. durchgearbeitet.

17. Oktober - 19. Dezember (10x) Datum Mittwoch 10.45 - 11.45 Uhr Tag/Zeit

Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Monique Mattarelli

Fr. 230.-Kosten bis 3. Oktober Anmeldung

#### 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 15.15 Uhr Donnerstag, 15.15 Uhr Mittwoch,

ARLESHEIM

09.15 Uhr Mittwoch,

LIESTAL

Freitag, 09.00 Uhr

#### Fortgeschrittene Mittelstufe

BASEL

Dienstag, 09.45 Uhr Mittwoch, 09.45 Uhr

#### Oberstufe: Konversation/Lektüre

BASEL

11.00 Uhr Dienstag, 08.30 Uhr Dienstag, 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) Freitag, 09.15 - 10.15 Uhr Tag/Zeit

Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Eva Norona Fr. 207 -Kosten Anmeldung bis 8. Oktober

#### Reden lernen

BASEL

Lernstufe Leichte Mittelstufe

Daten 19. Oktober – 14. Dezember (9x) Tag/Zeit Freitag, 08.00 - 09.00 Uhr 0rt Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Eva Norona Leitung Kosten Fr. 207.-Anmeldung bis 8. Oktober

#### Spanisch Konversation und Literatur

BASEL

Lernstufe Mittelstufe! Ob aktuelle Themen oder Artikel zur Diskussion ausge-

wählt werden, Sie reden, lesen und pflegen Ihr Spanisch mit wenig

Grammatik.

Daten 15. Oktober - 17. Dezember (10x) Tag/Zeit Montag, 09.30 – 10.30 Uhr 0rt 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

08.30 Uhr Freitag

LIESTAL

10.00 Uhr Mittwoch,

#### **Leichte Mittelstufe**

#### BASEL

10.30 Uhr Freitag,

#### Mittelstufe

BASEL

Donnerstag, 10.15 Uhr 09.45 Uhr Freitag,

#### 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) Montag,14.00 - 15.00 Uhr Tag/Zeit

Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Nadja Guridova

Fr. 230.-Kosten Anmeldung bis 3. Oktober

#### Fortgeschrittene Anfänger

BASEL

Montag, 08.15 Uhr

## Arabisch

#### Schnupperkurs

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 Heya Ni

Leitung Fr. 230.-Kosten

Anmeldung bis 28. September

## Latein

#### **Auffrischungskurs**

#### BASEL

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

19. Oktober – 14. Dezember (9x) Datum Tag/Zeit Freitag, 11.15 - 12.15 Uhr Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Heidrun Graf, lic phil. Leitung

Fr. 207.-Kosten Anmeldung bis 8. Oktober

## **Swahili**

#### Schnupperkurs aus Ostafrika

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 Handykurs), 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»).

#### **KURSDATEN 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 Mac Grundlagen Mac Basis/Aufbau/Vertiefung Kursblock Privat (je 5 Std.) Internet/E-Mail Office-Programme **Fokuskurse Fokuskurse** 2-4 Lektionen + 1 Übungslektion Windows Grundlagen 2-4 Lektionen + 1 Übungslektion **PC Vertiefung** E-Mail Basis/Aufbau\* Excel Basis/Aufbau\* 10 Lektionen + 2 Übungslektionen 10 Lektionen + 2 Übungslektionen 10 Lektionen + 2 Übungslektionen PC Aufbau Internet Basis/Aufbau Word Basis/Aufbau 10 Lektionen + 2 Übungslektionen 10 Lektionen + 2 Übungslektionen 10 Lektionen + 2 Übungslektionen PC Grundlagenvertiefung **PC Grundlagenvertiefung** 10 Lektionen + 2 Übungslektionen 10 Lektionen + 2 Übungslektionen PC Basis oder PC Grundlagenvertiefung PC Basis **PC Basis** 10 Lektionen + 2 Übungslektionen 10 Lektionen + 2 Übungslektionen 10 Lektionen + 2 Übungslektionen

**GRUNDLAGEN Handy, Fotografie** 

WEITERFÜHRENDE KURSE Bildbearbeitung, iPad, Multimedia





## 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

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

(0)//2

(OE1)

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

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 (F02)

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

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.–

#### 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)

ken mit eigenen Bildern gestalten und auf Kuverts oder Etiketten drucken. Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder

Mit dem Programm Webstamp gültige Briefmar-

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,

#### 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

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

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

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

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,

#### **Bildbearbeitung Basis**

(BB2)

(FB1)

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 Bildretouchen 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

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

## Multi- + Social Media

#### Fokus: Facebook

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**

Menufunktionen besser kennen lernen und nutzen. Eine Fachperson erklärt Ihnen Handhabung und Funktionsumfang Ihres Gerätes.
Funktionen ohne Computer, 1 Lektion à 50 Min.

Sie möchten die wichtigsten Einstellungen und

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

#### Öffnungszeiten:

- Montag bis Freitag
   11.30 bis 23.00 Uhr
- Samstag18.00 bis 23.00 Uhr
- Sonntag 11.30 bis 17.00 Uhr





# Schnupperwoche Bildung + Sport

vom 24. – 28. September Vergleiche die detailierten 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

Katrin Ackermann und Silvia Leitung:

> Stöcklin, Turn- und Sportlehrerinnen, 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

Achentalerhof beim Achensee Ort:

Österreich

Leitung: Christina Thoma und Katrin

Ackermann, Erwachsenensport-

lehrerinnen

Es hat noch freie Plätze! Kosten:

Bitte verlangen Sie das Deteilprogramm.

# 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
Rhythmische Gymnastik 08.30 – 09.30 Uhr	Feldenkrais 08.30 – 09.30 Uhr	<b>GymFit</b> 08.00 – 09.00 Uhr		
<mark>GymFit+</mark> 09.30 – 10.30 Uhr	GymFit (nur Männer) 09.30 – 10.30 Uhr			GymFit+ 09.00 – 10.00 Uhr
Sanfte Gymnastik 10.30 – 11.30 Uhr	Osteogym 10.30 – 11.30 Uhr		<b>GymFit</b> 10.30 – 11.30 Uhr	GymFit+ 10.00 – 11.00 Uhr
Sanfte Gymnastik 11.30 – 12.30 Uhr	Atem – Bewegung 11.30 – 12.30 Uhr	Erholsamer Schlafen ohne Schnarchen 11.30 – 12.30 Uhr	wan ado se orioš udo or net wat bou miš ratus daniš rat	Tai-Ji 12.00 – 13.00 Uhr
Orientalischer Bauchtanz Einsteiger 12.30 – 13.30 Uhr		Einführungskurs Feldenkrais 12.30 – 13.30 Uhr		
Orientalischer Bauchtanz Fortgeschrittene 13.30 – 14.30 Uhr	Rhythmus – Bewegung – Koordination 14.00 – 15.00 Uhr	Sanfte Gymnastik 14.00 – 15.00 Uhr	Bewegung und Gedächtnis 13.30 – 14.30 Uhr	
		Rückentraining 15.00 – 16.00 Uhr		
Tanz und Beweglichkeit 15.30 – 16.30 Uhr	Beckenbodentraining 17.00 – 18.00 Uhr	Rückentraining 16.00 – 17.00 Uhr		Angle Was as
Körpertraining – Stretching– Entspannung 16.30 – 17.30 Uhr	Körpertraining – Koordination 18.00 – 19.00 Uhr	Pilates 17.00 – 18.00 Uhr	Orientalischer Bauchtanz Fortgeschrittene 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	08.00 - 12.00 Uhr		
	Montag, Donnerstag	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		Seweding & Cymnastin Fanz - Caberculus Spiete - Chauffron
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	
<b>Yoga</b> 13.15 – 14.15 Uhr	Wie funktioniert Internet?* 13.40 – 14.20 Uhr Kursraum 5	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
<b>Let's Dance</b> 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	

<sup>\*</sup>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	<b>Qi-Gong</b> 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	绿	GymFit+ 14.00 – 15.00 Uhr	
<b>GymFit</b> 15.00 – 16.00 Uhr		The state of the s	Ballsport & Fitness für Männer 15.00 – 16.00 Uhr	
GymFit (nur Frauen) 16.00 – 17.00 Uhr	Power Gym 16.00 – 17.00 Uhr	AT THE	GymFit+ 16.30 – 17.30 Uhr	
	Bauch – Beine – Po 17.00 – 18.00 Uhr			