

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (2023)  
**Heft:** 4: Geld  
  
**Rubrik:** Pro Senectute beider Basel

### **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:** 10.01.2026

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



Foto: Claude Giger / e1588



Das Sortiment des neuen Basler Hilfsmittelshops ist umfangreich.

## Hilfsmittelkatalog

Der neue Katalog erscheint Anfang Dezember.

Katalog downloaden:  
→ [bb.prosenectute.ch/download](http://bb.prosenectute.ch/download)

Katalog bestellen:  
061 206 44 44



Beratung, Verkauf und Reparaturen

# Neuer Hilfsmittelshop in Basel

Lichtdurchflutet und modern – so präsentiert sich der Basler Hilfsmittelshop im Westfeld. Wer neu einen Rollator braucht oder einen Polstersessel mit elektrischer Aufstehhilfe ausprobieren möchte, ist hier an der richtigen Adresse.

va. Mit dem Umzug ins Westfeld wird ein Wunsch vieler Basler Kundinnen und Kunden wahr. Neu finden sie nicht nur in Liestal, sondern auch in der Stadt einen rollstuhlgängigen Hilfsmittelshop von Pro Senectute beider Basel. Hier können sie spontan während der Woche vorbeikommen und sich die verschiedenen Hilfsmittel in Ruhe ansehen, sie ausprobieren, mieten und kaufen.

Vom Jasskartenhalter für Rheumatiker über das nützliche Badewannenbrett bis hin zum Electroscooter und Notrufsystem – das Sortiment ist umfangreich. Selbstverständ-

lich werden die Interessenten kompetent und diskret beraten – etwa zum Tabuthema Inkontinenz oder zu Finanzierungsfragen wie Beihilfen der AHV oder der IV.

## Beratung und Reparaturen

Zum Service gehört nicht nur die garantierte Qualität der Produkte, die das Team des Hilfsmittelshops regelmässig auf Herz und Nieren testet. Auch für das Wechseln von abgenutzten Rädern am Rollator oder anderen Reparaturen kann man sich an den Hilfsmittelshop im Westfeld wenden. Kleinere Probleme werden, soweit möglich, gleich vor Ort behoben.

## Öffnungszeiten Hilfsmittelshop Basel

Im Westfeld 6 (beim Felix Platter-Spital)  
Mo–Fr, 8–12 / 14–17 Uhr

→ [bb.prosenectute.ch/hilfsmittel](http://bb.prosenectute.ch/hilfsmittel)  
061 206 44 33





Stephan Schmidlin / © PSB

**TIPP**

## Kostenlose Beratung und Hilfe

# DIGITAL CAFÉ

Unser kostenloses Angebot für eine kurze Beratung bei Fragen und Problemen mit Smartphone oder Tablet.

<b>Arlesheim</b>	Mo, 14–16 Uhr Sutter Begg, Hauptstr. 38
<b>Basel</b>	Di, 14–16 Uhr Restaurant im Dalbehof, Kapellenstr. 17 Mi, 14–16 Uhr Foyer Public, Theater Basel
<b>Laufen</b>	Do, 14–16 Uhr Bäckerei Niederberger, Hauptstr. 48
<b>Pratteln</b>	Do, 14–16 Uhr Sutter Begg, Bahnhofstr. 1
<b>Riehen</b>	Mi, 14–16 Uhr Sutter Begg, Rauracherstr. 33

→ [bb.prosenectute.ch/digitalcafe](http://bb.prosenectute.ch/digitalcafe)



Die Social-Media-Redaktion postet regelmässig Hinweise zu Veranstaltungen und Vorträgen sowie Empfehlungen und Tipps für den Alltag.

[facebook.com/prosenectute.bb](https://facebook.com/prosenectute.bb)

## Alterssiedlung Rankhof

# WOHNEN MIT SERVICE

Während 55 Jahren hat sich Pro Senectute beider Basel um die Alterssiedlung Rankhof gekümmert. Ab nächstem Jahr übernimmt neu das Bürgerspital Basel (BSB) den Betrieb des Rankhofs. Die Siedlung mit 75 Wohnungen, die idyllisch im Grünen liegen, ist bei den Bewohnerinnen und Bewohnern beliebt.

Die Alterssiedlung Rankhof im Hirzbrunnenquartier wurde 1968 von der damaligen Pro Senectute Basel zusammen mit der Marktgemeinde der reformierten Kirche gebaut. Hier werden auch Wohnungen für Empfängerinnen und Bezüger von Ergänzungsleistungen angeboten. Vor einigen Jahren hat Pro Senectute beider Basel die Siedlung ganz übernommen und den Betrieb sowie die Verwaltung der Liegenschaften sichergestellt. Nun steht erneut ein Wechsel bevor. Da es zunehmend anspruchsvoller wird, den Bedürfnissen älterer, aktiver Menschen im Bereich Wohnen zu entsprechen, hat sich Pro Senectute beider Basel entschieden, den Betrieb der Alterssiedlung dem Kooperationspartner Bürgerspital Basel zu übergeben. Diese wichtige soziale Institution der Bürgergemeinde Basel hat sich auf diesen Bereich spezialisiert.

## 24-Stunden-Notfallbereitschaft

So bietet das BSB unter dem Titel «Wohnen mit Service» ihren älteren Mieterinnen und Mietern ein modernes Leistungspaket an. Wie an den anderen sechs Standorten in Basel umfasst das Angebot im Rankhof die tägliche Präsenz einer Standortbetreuerin, eine 24-Stunden-Notfallbereitschaft, ambulante Spitex-Pflegeleistungen und die regelmässige Kontaktpflege. Zudem können die Mieter der Alterswohnungen je nach Bedarf Dienstleistungen wie Mittagessen, Hilfe bei der Hauswirtschaft oder Unterstützung bei der Verwaltung der schriftlichen Sachen beziehen. Zudem haben sie die Möglichkeit, in ein Pflegezentrum des BSB zu wechseln, wenn ihre Selbständigkeit nachlässt. Die bisherigen Mitarbeitenden der Alterssiedlung Rankhof werden vom BSB übernommen.



Irina Burakova / Shutterstock.com

## Neuorganisation Mahlzeiteinsatzservice

# CASA GUSTO BRINGT MENÜS – AUCH IM BASELBIET

Das Projekt Casa Gusto von Pro Senectute Schweiz wurde im Februar 2018 lanciert. Ziel war es, einen Mahlzeitendienst für Seniorinnen und Senioren aufzubauen, der den Kundinnen und Kunden in der ganzen Schweiz ausgewogene Menüs in guter Qualität und zu erschwinglichen Preisen liefert. Denn gutes Essen trägt nachweislich zu einer höheren Lebensqualität bei. Dies spielt insbesondere eine Rolle, wenn man älter wird. Eine sorgfältig zubereitete und ausgewogene Mahlzeit verspricht einerseits Genuss und andererseits die richtige Portion Energie für Aktivitäten aller Art.

Pro Senectute beider Basel arbeitet seit Mitte September ebenfalls mit dem Anbieter Casa Gusto zusammen. Der Grund dafür: Mit der Neuorganisation können wir den Lieferradius vergrössern und auch älteren Menschen im Oberen Baselbiet und im Laufental einen Mahlzeitenservice anbieten. Die Kundinnen und Kunden können aus rund 70 Menüs plus Desserts auswählen. Die Karte enthält auch Mahlzeiten für Diabetiker, Vegetarierinnen oder Menschen mit einer Allergie.

→ [casa-gusto.ch](http://casa-gusto.ch)



# Matineen Führungen Vorträge

## ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Matineen, Führungen, Vorträge

### Anmeldeschluss

**Bis 14 Tage vor Kursbeginn.** Sind noch Plätze frei, nehmen wir gerne zusätzliche Anmeldungen nach Anmeldeschluss entgegen.

### Rechnung / Teilnahmebestätigung

Bei Durchführung der Veranstaltung erhalten Sie nach Anmeldeschluss eine Rechnung. Sie ist gleichzeitig Ihre Teilnahmebestätigung.

### Abmeldung

Bei einer Abmeldung nach Anmeldeschluss müssen wir die vollen Kosten verrechnen.

## VOLLSTÄNDIGES KURSPROGRAMM ONLINE akzentforum.ch

Gedruckte Ausgabe bestellen:  
061 206 44 66

### Auskunft · Anmeldung

061 206 44 66  
info@akzentforum.ch  
akzentforum.ch



◀ Früher Druck von Ciceros  
Epistulae ad familiares  
(Venedig 1547)  
mit humanistischen  
Kommentaren

Kopiezeichnung einer  
Büste aus London (Her-  
zog Wellington) ▼

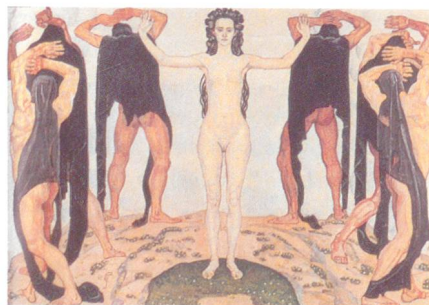


## MATINEEN

### Wahrheit und innere Gesundheit

Die Wahrheit wird euch freimachen, steht schon im Johannesevangelium der Bibel. Was bewirken Fanatismus, Lüge, Fake News? Eine Lehrstunde zur inneren Gesundheit.

Datum/Zeit Di, 24. Okt., 10–11.15 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Marcus Schneider  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 10. Okt.



Ferdinand Hodler (1853–1918): Die Wahrheit II (1903)

### Marcus T. Cicero: der weise Römer

Cicero ist der überragende Lehrmeister des alten Rom. Mehr noch: Er ist, obwohl selbst ein Römer der Antike, der Begründer christlicher Mystik, indem er in seinen Werken den Nachdementsmenschen und sein Los der Gnade beschreibt.

Datum/Zeit Di, 21. Nov., 10–11.15 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Marcus Schneider  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 7. Nov.

### «Tosca» von Puccini

Drei römische Schauplätze, zwei Kontrahenten, eine Tragödie – «Tosca». Ihre historische Wahrheit, ihr Weltruhm durch die Bühnenmusik von Giacomo Puccini.

Datum/Zeit Di, 5. Dez., 10–11.15 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Marcus Schneider  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 21. Nov.





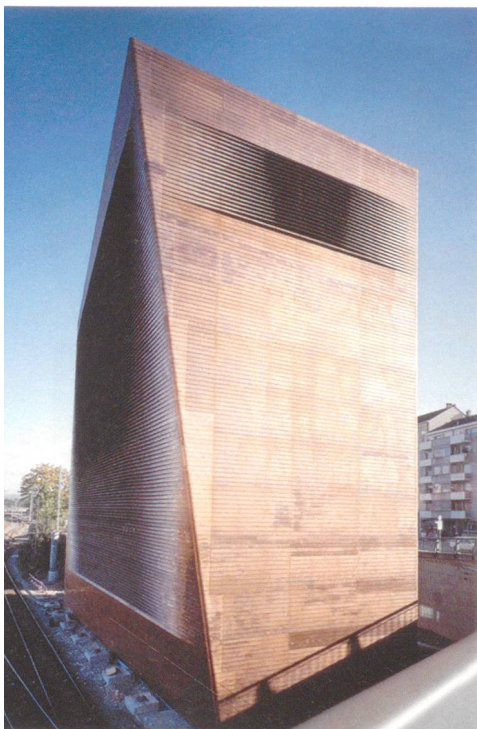
Kilimandscharo-Brillenvogel  
im Vogelhaus, Zoo Basel

## FÜHRUNGEN

### Architektur – Sehenswertes rund um den Bahnhof SBB

Zahlreiche faszinierende und eindruckliche Bauten zeitgenössischer Stararchitekten befinden sich rund um den Bahnhof SBB.

Datum/Zeit Do, 19. Okt., 10–11.30 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Basel Tourismus  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 5. Okt.

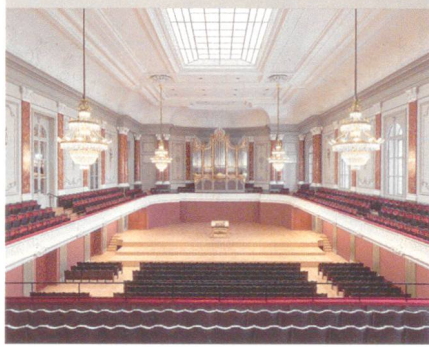


Stellwerk beim Bahnhof SBB, Basel  
von Herzog & de Meuron

### Der restaurierte Musiksaal

Der Musiksaal des Stadtcasinos wird in seinem neuen Glanz gezeigt. Thema ist auch der Anbau von Herzog & de Meuron. Sie erfahren von der Zeit um 1876, als Architekt J. J. Stehlin den Bau ans damalige Stadtcasino anbaute und von den Resultaten der Archäologischen Grabungen unter dem Musiksaal.

Datum/Zeit Do, 26. Okt., 9.30–11 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Markus Schmid  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 12. Okt.



### Die Synagoge

Die vor 200 Jahren gegründete Israelitische Gemeinde Basel ist eine der grössten jüdischen Gemeinden der Schweiz. Die Synagoge ist Zentrum des religiösen Lebens. Täglich findet ein Daf Yomi statt, ein Studienprogramm über den Talmud.

Datum/Zeit Di, 31. Okt., 10–11.30 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Peter Bollag  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 17. Okt.

### Als die Nacht noch finster war!

Zu nachtschlafener Stunde erfahren Sie einiges über die mittelalterliche Beleuchtung und Bewachung von Basel und hören allerhand Geschichten.

Datum/Zeit Do, 2. Nov., 20–21.15 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Peter Habicht  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 19. Okt.



Blaukrönchen  
im Vogelhaus,  
Zoo Basel

### Das neue Vogelhaus

Das im Denkmalinventar geführte Vogelhaus blieb durch den Um- und Neubau weitgehend erhalten. Ein offener Flugraum bietet Besuchenden neu vielfältige Möglichkeiten, die Biologie der Vögel zu erkunden.

Datum/Zeit Mo, 6. Nov., 16–17 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Zoo Basel  
Kosten CHF 25.–, inkl. Eintritt  
Anmeldung bis 16. Okt.

### Die Kaserne

Besichtigung der Bühnen, des Backstagebereichs und der neuen Probebühne

Datum/Zeit Mo, 13. Nov., 10–11.30 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Kaserne Basel  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 1. Nov.

### Die GGG Bibliothek Schmiedenhof

Ein Blick hinter die Kulissen der grössten und modernsten Basler Bibliothek der GGG. Von Büchern aller Art – Hörbüchern, Kinderbüchern, Lehrbüchern – bis hin zu Filmen und Magazinen. Wie findet man was, und wer hat den Überblick?

Datum/Zeit Do, 7. Dez., 10–11 Uhr  
Ort Basel  
Leitung GGG Bibliothek Schmiedenhof  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 23. Nov.



# Matineen Führungen Vorträge

## VORTRÄGE

### Schule des Sehens

Lernen Sie von Profis im Bereich Innendekoration und Antiquitäten, wie Sie Räume stilvoll inszenieren. Sie erwerben Wissen und ein Gespür für die Komposition von Objekten, Licht und Farbe für Ihre eigene Wohnwelt. Auch das Wohnen im Alter, der Übergang vom Haus zur Wohnung bis zur Alterswohnung, wird angesprochen.

Datum/Zeit Sa, 9. Dez., 14–18 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Andreas Häner,  
Rosmarie Lang  
Kosten CHF 100.–  
Anmeldung bis 24. Nov.



### Erlebnisse als Polizeibergführer und als Lawinenhundeführer

Reinhard Böni aus Grindelwald ist leidenschaftlicher Bergführer. Er war während 35 Jahren Gebirgsspezialist bei der Kantonspolizei (KAPO) Bern. Böni kennt die Gefahren, aber auch die schönen Seiten der Bergwelt.

Datum/Zeit Mi, 25. Okt., 14–15.30 Uhr  
Anmeldung bis 11. Okt.



Der Referent war während über 30 Jahren auch Lawinenhundeführer des SAC. Ob seine Arbeit ein Traumberuf war, darüber informiert Reinhard Böni in diesem zweiten Vortrag über seine Erlebnisse als Gebirgsspezialist.

Datum/Zeit Mi, 22. Nov., 14–15.30 Uhr  
Anmeldung bis 8. Nov.  
Ort Basel  
Leitung Reinhard Böni  
Kosten CHF 25.–

### Alles Spanisch

Fremdsprachen mit dem Smartphone trainieren und/oder übersetzen

Datum/Zeit Mo, 30. Okt., 14–15 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Urs Hartmann  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 16. Okt.



Der Doppeladler ist das Wappentier Albaniens.

### Albanien – Gegenwart und Zukunft

Ausgehend von den geografischen Bedingungen beleuchten wir die aktuelle Lage in Politik, Wirtschaft, Demografie und Religion, ehe wir Strukturproblemen von heute und morgen nachgehen.

Datum/Zeit Mi, 8. Nov., 14–16 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Paul Meinrad Strässle  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 25. Okt.

### Eva Aeppli

Schweizer Materialkünstlerin mit erschütternd ernsten und verspielten Arbeiten zugleich. Der künstlerische Austausch mit ihrem geschiedenen Mann Jean Tinguely war stets eine Inspirationsquelle für ihre Arbeiten.

Datum/Zeit Mi, 18. Okt., 14–15.30 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Jasminka Bogdanovic  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 4. Okt.

Eva Aeppli: «Groupe de 13», Hommage an Amnesty International, Centre Pompidou-Metz ▶





Andrei Rubljow: Dreifaltigkeits-  
ikone Troiza – Abrahams Gastmahl  
mit den drei Engeln in Mamre  
(um 1425) ▶



# TWINT

Eine Einführung

Mit Twint kann man sowohl Rechnungen  
als auch im Café die Konsumation mit  
ein paar Klicks auf dem Handy bezahlen.  
Sie lernen, wie Twint funktioniert und auf  
dem Handy eingerichtet werden kann.

Datum/Zeit Mo, 13. Nov., 14–15.30 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Jean-François Gächter  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 30. Okt.

## Geburt – Leben – Tod: ein Kreislauf in Bildern

Vom Barbarinischen Faun über HON von  
Niki de Saint Phalle zu Gustave Courbet  
und ORLAN wird Eros gefeiert. Aber auch  
Krankheit und Tod gehören zum Leben.  
Betrachtung und Austausch.

Datum/Zeit Mi, 15. Nov., 14–15.30 Uhr  
Ort Basel  
Leitung Andrea-S. Végh  
Kosten CHF 25.–  
Anmeldung bis 1. Nov.



Der Barberinische Faun: Schlaftrunkener Satyr  
oder Faunus in Gestalt eines jungen, muskulö-  
sen Mannes (3. Jh. v. Chr.)



Tretyakov Gallery, Wikimedia Commons

## WEITERE ANGEBOTE

Detailangaben finden Sie unter  
[akzentforum.ch](http://akzentforum.ch), 061 206 44 66.

Anmeldung bis 14 Tage vor  
Veranstaltungstermin  
Kosten CHF 25.–  
Ort Basel

## MATINEEN

**Geschichte des Christentums Teil 2**  
Di, 17. Oktober, 9.30–10.30 Uhr

**Judentum – Christentum – Islam**  
Di, 14. November, 9.30–10.30 Uhr

• **Engel**  
Di, 12. Dezember, 9.30–10.30 Uhr

## FÜHRUNGEN

**Dalbeloch**  
Mo, 23. Oktober, 9.30–10.45 Uhr

**Ein Besuch bei Kostüm Kaiser**  
Di, 7. November, 14.30–16 Uhr

## Griechisch-Orthodoxe Kirche

Mi, 15. November, 14–15.30 Uhr

## Kleiderbügel-Museum

Do, 16. November, 14–15.30 Uhr

## Radiostudio Basel

Mo, 20. November, 14.30–16 Uhr

## St. Chrischona-Sendeturm

Mo, 27. November, 14–15 Uhr

## Das Theater Basel

Di, 28. November, 14–15.30 Uhr

## Hoffmann-La Roche

Mi, 29. November, 9.30–11.30 Uhr

## Die Münsterbauhütte

Do, 30. November, 10–11.30 Uhr

## «Living Wunderkammer»

Do, 7. Dezember, 16–17.30 Uhr  
Fr, 8. Dezember, 16–17.30 Uhr

## VORTRÄGE

### Von Riehen zum Bläsitor – eine Bilderreise

Mi, 1. November, 14–15.30 Uhr



# Kreativität und Lebensgestaltung



## «Ach wie gut, dass niemand weiss ...»

Eine kreative Entdeckungsreise zu den eigenen Märchenfiguren, den eigenen Worten und zum eigenen Märchen. Unter fachkundiger Leitung schreiben, austauschen, vortragen. Einfach märchenhaft!

Daten/Zeit	Do, 19. Okt.–9. Nov., 14–16.30 Uhr
Ort	Basel
Leitung	Christine Maffli
Kosten	CHF 180.– (4x)
Anmeldung	bis 5. Oktober

## Mool di Ladäärne

Workshop im Atelier

Unter individueller Anleitung fertigen Sie Entwürfe für Ihre Fasnachtslaternen. Urs Degen «Däge» begleitet Sie Schritt für Schritt. Die «Stäggelampe» oder das «Kopfladäärnli» müssen mitgebracht werden.

Daten/Zeit	Sa/So, 28./29. Okt., 10–17 Uhr
Ort	Basel
Leitung	Urs Degen
Kosten	CHF 390.– (2x), inkl. Imbiss (Inkl. Gutschein CHF 20.– für das Material)

**Anmeldung** bis 14. Oktober

## Bridge für Anfänger (Schnupperkurs)

Bridge ist ein vielseitiges Gesellschaftsspiel. Im Schnupperkurs lernen Sie die Grundlagen des Spiels kennen: die Rangfolge der Karten, das Reizen und das Abspielen der Karten.

Daten/Zeit	Mo, 6.–27. Nov., 9.30–11.30 Uhr
Ort	Basel
Leitung	Franziska Grüninger
Kosten	CHF 180.– (4x)
Anmeldung	bis 23. Oktober

## Gedächtnistraining

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

<b>Kurs A</b>	Fr, 20. Okt.–8. Dez., 10–11.30 Uhr
<b>Kurs B</b>	Fr, 20. Okt.–8. Dez., 14–15.30 Uhr
<b>Kurs C</b>	Fr, 20. Okt.–8. Dez., 16–17.30 Uhr
<b>Ort</b>	Basel
<b>Leitung</b>	Verena Thomann
<b>Kosten</b>	CHF 240.– (8x)
<b>Anmeldung</b>	bis 6. Oktober

<b>Kurs D</b>	Do, 16. Nov.–21. Dez., 14–15.30 Uhr
<b>Ort</b>	Basel
<b>Leitung</b>	Doris Aeschlimann
<b>Kosten</b>	CHF 180.– (6x)
<b>Anmeldung</b>	bis 26. Oktober

## WEITERE ANGEBOTE

Detailangaben zu Kursen und Schnupperstunden: [akzentforum.ch](http://akzentforum.ch), 061 206 44 66

## MUSIZIEREN

**Altblockflötenkurs** (Fortgeschrittene)  
Mi, 9–10.30 Uhr

**Chor**  
Do, 14.30–16 Uhr

**Flötenensemble**  
Di, 14.30–16 Uhr / Mi, 10.45–12 Uhr

**Handharmonika «Sunneschyn»**  
Di, 14–15.30 Uhr

## SPIELEN

**Jassen** (Anfänger)  
Do, 19. Okt./9. Nov., 14–16 Uhr

**Patience legen** (Anfänger)  
Fr, 17./24. Nov., 14–16 Uhr

**Jassen Undeufe – Obeabe**  
Do, 23./30. November, 14–16 Uhr

## GESTALTEN

**Aquarellieren**  
Kurse am Di, Mi und Do, 9–11 Uhr  
sowie Mi, 14–16 Uhr

**Pappmaché-Weihnachtsengel:**  
Di, 7./14./21. Nov.,  
14–17 Uhr



# Sprachen



Die hier publizierten neu startenden Kurse ab Oktober bieten eine Einführung in die Grundregeln der jeweiligen Sprache.

Weitere Angebote finden Sie im Kursprogramm «Bildung und Kultur». Lassen Sie sich beraten, welcher Sprachkurs für Sie der richtige ist.

## Englisch Anfänger

Daten/Zeit	Mi, 18. Okt.–20. Dez., 8.30–9.30 Uhr
Ort	Basel
Leitung	Jayne Kyte

Daten/Zeit	Mi, 18. Okt.–20. Dez., 10.15–11.15 Uhr
Ort	Liestal
Leitung	Anna Müller

Kosten	CHF 200.– (10x)
Anmeldung	bis 4. Oktober

## Englisch – Reisekoffer

Leichte Mittelstufe

Ob im Hotel, am Bahnhof, im Restaurant oder beim Arzt – Sie üben, einfache Fragen zu stellen, und können damit die Welt bereisen.

Daten/Zeit	Mi, 18. Okt.–20. Dez., 9.45–10.45 Uhr
Ort	Basel
Leitung	Jayne Kyte
Kosten	CHF 200.– (10x)
Anmeldung	bis 4. Oktober

## Französisch Anfänger

Daten/Zeit	Di, 17. Okt.–19. Dez., 14–15 Uhr
Ort	Basel
Leitung	Chantal Güdel
Kosten	CHF 200.– (10x)
Anmeldung	bis 3. Oktober

## Italienisch Anfänger

Daten/Zeit	Mi, 18. Okt.–20. Dez., 9–10 Uhr
Ort	Liestal
Leitung	Gaetano Alborino
Kosten	CHF 200.– (10x)
Anmeldung	bis 4. Oktober

## Spanisch Anfänger

Daten/Zeit	Mo, 16. Okt.–18. Dez., 15–16 Uhr
Ort	Liestal
Leitung	Maria Ramos Born
Daten/Zeit	Di, 17. Okt.–19. Dez., 12.15–13.15 Uhr
Ort	Basel
Leitung	Frieda Riesterer
Kosten	CHF 200.– (10x)
Anmeldung	bis 2. Oktober

## Russisch Anfänger

Daten/Zeit	Do, 19. Okt.–21. Dez., 11.30–12.30 Uhr
Ort	Basel
Leitung	Nadezda Guridova
Kosten	CHF 200.– (10x)
Anmeldung	bis 5. Oktober

## ALLGEMEINE INFORMATIONEN

### Sprachen

#### Anmeldeschluss

Bei Kursen mit Datumsangabe: **jeweils bis 14 Tage vor Kursbeginn.** Sind noch Plätze frei, nehmen wir gerne zusätzliche Anmeldungen nach Anmeldeschluss entgegen.

Der **Eintritt in fortlaufende Kurse** ist nach einer kostenlosen Schnupperlektion **jederzeit möglich** (vorausgesetzt, es hat noch freie Plätze). Der Preis wird entsprechend angepasst.

#### Rechnung / Teilnahmebestätigung

Bei Durchführung der Veranstaltung erhalten Sie nach Anmeldeschluss eine Rechnung. Sie ist gleichzeitig Ihre Teilnahmebestätigung.

#### Abmeldung

Bei einer Abmeldung nach Anmeldeschluss müssen wir die vollen Kosten verrechnen.

Während der **Schulferien** finden keine Kurse statt.

**Auskunft · Anmeldung**  
061 206 44 66  
[info@akzentforum.ch](mailto:info@akzentforum.ch)  
[akzentforum.ch](http://akzentforum.ch)



# Digitale Medien

## ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Digitale Medien

### Anmeldeschluss

**Bis 14 Tage vor Kursbeginn.**

Sind noch Plätze frei, nehmen wir gerne zusätzliche Anmeldungen nach Anmeldeschluss entgegen.

### Rechnung/Teilnahmebestätigung

Bei Durchführung der Veranstaltung erhalten Sie nach Anmeldeschluss eine Rechnung. Sie ist zusätzlich Ihre Teilnahmebestätigung.

### Abmeldung

Bei einer Abmeldung nach Anmeldeschluss müssen wir die vollen Kosten verrechnen.

**VOLLSTÄNDIGES  
KURSPROGRAMM ONLINE**  
akzentforum.ch

Gedruckte Ausgabe bestellen:  
061 206 44 66

**Auskunft · Anmeldung**  
061 206 44 66  
info@akzentforum.ch  
akzentforum.ch

## WINDOWS



### Windows Basis (PC)

Das Gerät Schritt für Schritt kennenlernen. Wissen, wie die Benutzeroberfläche funktioniert und diese einrichten. Das Internet kennenlernen, E-Mails schreiben.

#### Voraussetzung

Für Personen ohne Computererfahrung. Eigenes Gerät mitbringen.

Daten/Zeit	Mi, 18. Okt.–15. Nov., 8.30–10.30 Uhr
Ort	Rheinfelderstr. 29, Basel
Leitung	Markus Rohrer
Kosten	CHF 300.– (5x)

### Windows 10/11

Nützliche Funktionen

Kenntnisse erweitern: Systemsteuerung kennen lernen, Programmfenster bedienen, Texte speichern. Dokumente und Bilder ordnen und auf USB-Stick speichern. Sicher im Internet surfen sowie mit E-Mails umgehen.

#### Voraussetzung

Kurs «Windows Basis» oder entsprechende Kenntnisse. Eigenes Gerät mitbringen.

Daten/Zeit	Mi, 18. Okt.–15. Nov., 10.45–12.45 Uhr
Ort	Rheinfelderstr. 29, Basel
Leitung	Markus Rohrer
Kosten	CHF 300.– (5x)

## MAC



### Mac Aufbau

Kenntnisse erweitern. Programmfenster bedienen, Texte gestalten, Dokumente/Bilder ordnen und auf einem USB-Stick speichern. Sicher im Internet surfen. Informationen, Bilder, Produkte suchen. E-Mails beantworten und weiterleiten.

#### Voraussetzung

Kurs «Mac Basis» oder entsprechende Kenntnisse. Der Kurs ist für Umsteiger von PC auf Mac geeignet. Eigenes Gerät mitbringen.

Daten/Zeit	Mo, 23. Okt.–11. Dez., 10–12 Uhr
Ort	Rheinfelderstr. 29, Basel
Leitung	Jean-François Gächter
Kosten	CHF 300.– (5x)

## TABLET



### iPad Basis

Das iPad Schritt für Schritt kennenlernen. Im Internet surfen, E-Mails lesen und schreiben, Adressbuch anlegen, Apps kennenlernen und nutzen.

#### Voraussetzung

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse. Eigenes iPad mitbringen.

Daten/Zeit	Di, 24. Okt.–7. Nov., 13–15 Uhr
Ort	Rheinfelderstr. 29, Basel
Leitung	Erika Holenweg
Kosten	CHF 180.– (3x)





## IPHONE



### iPhone Basis

Das Gerät Schritt für Schritt kennenlernen. Telefonieren, Kamera nutzen, Kontakte speichern. SMS versenden, Voreinstellungen anpassen.

#### Voraussetzung

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse. Eigenes iPhone mitbringen.

Daten/Zeit Di, 24. Okt.–7. Nov., 10–12 Uhr

Leitung Jean-François Gächter

Daten/Zeit Mi, 15.–29. Nov., 15.30–17.30 Uhr

Leitung Erika Holenweg

Ort Rheinfelderstr. 29, Basel

Kosten CHF 180.– (3x)

### iPhone Aufbau

Kenntnisse erweitern. Apps suchen, installieren und nutzen. Sicher im Internet surfen und E-Mails schreiben, Termine eintragen, Ortungsdienste und Bedienungshilfen kennenlernen.

#### Voraussetzung

Kurs «iPhone Basis» oder entsprechende Kenntnisse. Eigenes Gerät mitbringen.

Daten/Zeit Mi, 15.–29. Nov., 13–15 Uhr

Ort Rheinfelderstr. 29, Basel

Leitung Erika Holenweg

Kosten CHF 180.– (3x)

## ANDROID PHONE



### Android Phone Basis

Das Gerät Schritt für Schritt kennenlernen. Telefonieren, Kamera nutzen, Kontakte speichern. SMS versenden, Voreinstellungen anpassen.

#### Voraussetzung

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse. Eigenes Android Phone mitbringen.

Daten/Zeit Mo, 23. Okt.–6. Nov., 13–15 Uhr

Ort Rheinfelderstr. 29, Basel

Leitung Jean-François Gächter

Kosten CHF 180.– (3x)

### Android Phone Aufbau

Kenntnisse erweitern. Sicher im Internet surfen, E-Mails schreiben, Termine eintragen, Ortungsdienste und Bedienungshilfen sinnvoll einsetzen. Apps suchen, installieren und nutzen.

#### Voraussetzung

Kurs «Android Phone Basis» oder entsprechende Kenntniss. Eigenes Gerät mitbringen.

Daten/Zeit Di, 14.–28. Nov., 10–12 Uhr

Ort Rheinfelderstr. 29, Basel

Leitung Jean-François Gächter

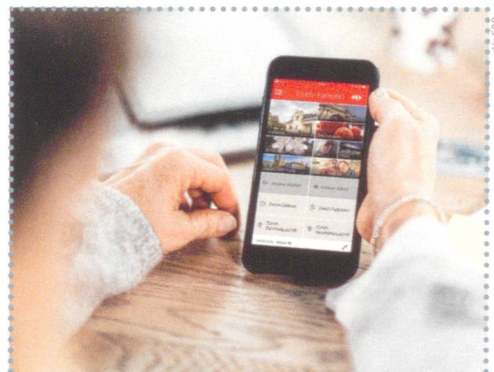
Kosten CHF 180.– (3x)

## INDIVIDUELLE KURSE

Sie benötigen Unterstützung beim Einrichten des Geräts oder bei spezifischen Anwendungen? Dann sind unsere individuellen Kurse das Richtige für Sie.

- Apps kennen und nutzen
- Bankschalter online, Zahlung mit QR-Code
- Besser fotografieren mit dem iPhone
- Bilder und Daten übertragen
- Cloud sicher nutzen
- Fotobuch erstellen
- Im Internet sicher einkaufen
- Kaufen und Verkaufen im Internet
- Mit Twint Einkäufe bezahlen
- Reisen mit mobilen Tickets
- Sie fragen – wir zeigen
- Videotelefonie über Zoom & Co
- Vertiefen/Auffrischen von Gelerntem

Datum/Zeit nach Absprache  
Ort bei Ihnen zu Hause  
Kosten für max. 2 Teilnehmende  
CHF 120.–/1 Std.  
CHF 400.–/4 Std.  
(exkl. Wegpauschale)



### Kurs

## SBB MOBILE

Sie lernen Schritt für Schritt, wie Sie mit der App «SBB Mobile» den Fahrplan abrufen und sich bequem und einfach ein Billett kaufen können. Unter fachkundiger Anleitung machen Sie Ihr Smartphone zum praktischen Reisebegleiter.

Datum/Zeit Di, 20. Nov., 14–16 Uhr  
Ort Im Westfeld 6, Basel  
Kosten kostenlos



## Kurse 50+ im Westfeld

### ALLGEMEINE INFORMATIONEN

#### Sport und Bewegung

#### Anmeldeschluss

Bei Kursen mit Datumsangabe:  
**jeweils bis 7 Tage vor Kursbeginn.** Sind  
noch Plätze frei, nehmen wir  
gerne zusätzliche Anmeldungen  
nach Anmeldeschluss entgegen.

Der **Eintritt in fortlaufende Kurse** ist  
nach einer kostenlosen Schnupperlek-  
tion **jederzeit möglich** (vorausgesetzt,  
es hat noch freie Plätze). Der Preis wird  
entsprechend angepasst.

#### Rechnung / Teilnahmebestätigung

Bei Durchführung der Veranstaltung er-  
halten Sie nach Anmeldeschluss  
eine Rechnung. Sie ist gleichzeitig  
Ihre Teilnahmebestätigung.

#### Abmeldung

Bei einer Abmeldung nach Anmelde-  
schluss müssen wir die vollen Kosten  
verrechnen.

Während der **Schulferien** finden  
keine Kurse statt.

### VOLLSTÄNDIGES KURSPROGRAMM ONLINE

akzentforum.ch

Gedruckte Ausgabe bestellen:  
061 206 44 66

#### Auskunft · Anmeldung

061 206 44 66

info@akzentforum.ch  
akzentforum.ch



Stefan Schmidlin / © P538

Das Akzent Forum bietet am  
neuen Hauptsitz von Pro Senec-  
tute beider Basel Gymnastik-  
kurse sowie Bewegungs- und  
Tanzstunden an. Entdecken Sie  
den neuen Standort und eine  
Vielzahl von Möglichkeiten, um  
fit und beweglich zu bleiben.

Die folgenden Kurse finden alle  
im Westfeld 6 in 4055 Basel statt.

## ACHTSAMKEIT

### Meditation – Atem- und Besinnlichkeitsschulung

Zur Schärfung der Wahrnehmung und  
Konzentration. Mit beruhigenden Klängen  
und Rhythmen der Klangschale.

Daten/Zeit Mo, 16. Okt.–18. Dez.,  
8.30–9.30 Uhr

Leitung Berrin Canbaz

Kosten CHF 200.– (10x)

Anmeldung bis 9. Oktober

### Feldenkrais – Balancetraining auf dem Stuhl

Mit sanften Bewegungen und Lenkung der  
Aufmerksamkeit fördern wir Bewegungs-  
qualität, Koordination und Gleichgewicht.

Daten/Zeit Do, 19. Okt.–21. Dez.,  
10.30–11.30 Uhr

Leitung Barbara Füzesi Keller

Kosten CHF 200.– (10x)

Anmeldung bis 12. Oktober



## Pilates

Systematisches Ganzkörpertraining. Kräftigung der tief liegenden Muskeln und Verbesserung der Körperhaltung.

Daten/Zeit **Mo**, 16. Okt.–18. Dez.,  
9.30–10.30 Uhr

Leitung Larisa Reumer  
Anmeldung bis 9. Oktober

Daten/Zeit **Di**, 17. Okt.–19. Dez.,  
17–18 Uhr

Leitung Deborah Hofstetter  
Anmeldung bis 10. Oktober

Kosten CHF 200.– (10×)

## Yoga

Kräftigung, Mobilisierung und Entspannung, Verbesserung der Beweglichkeit und des Gleichgewichts

Daten/Zeit **Mo**, 16. Okt.–18. Dez.,  
12.30–13.30 Uhr

Leitung Deborah Hofstetter  
Anmeldung bis 9. Oktober

Daten/Zeit **Di**, 17. Okt.–19. Dez.,  
11.30–12.30 Uhr

Leitung Corinna Huwyler  
Anmeldung bis 10. Oktober

Daten/Zeit **Do**, 19. Okt.–21. Dez.,  
11.30–12.30 Uhr

Leitung Cornelia Dockweiler  
Anmeldung bis 12. Oktober

Kosten CHF 200.– (10×)

## Karate

Stärkung der inneren Kraft und Förderung der Reaktion

Daten/Zeit **Di**, 17. Okt.–19. Dez.,  
12.30–13.30 Uhr

Leitung Berrin Canbaz  
Kosten CHF 200.– (10×)  
Anmeldung bis 10. Oktober

## Shibashi – Qi-Gong – Meditation

Meditation in fließender Bewegung für innere Ruhe und Zentriertheit

Daten/Zeit **Mi**, 18. Okt.–20. Dez.,  
18–19 Uhr

Leitung Marina Werder Bombis  
Kosten CHF 200.– (10×)  
Anmeldung bis 11. Oktober

## Qi-Gong

Fördert Gleichgewicht, Koordination und Beweglichkeit, verbessert die Haltung und stärkt den Kreislauf. Choreografierte Bewegungsabläufe und Meditation in Bewegung.

Daten/Zeit **Fr**, 20. Okt.–22. Dez.,  
10.30–11.30 Uhr

Leitung Esther Nicolai  
Kosten CHF 200.– (10×)  
Anmeldung bis 13. Oktober



## TANZ

### Let's Dance – Modern – Solo getanzt

Mit Elementen aus Modern Dance und Ballett. Choreografien sitzend, an der Ballettstange und im Stehen.

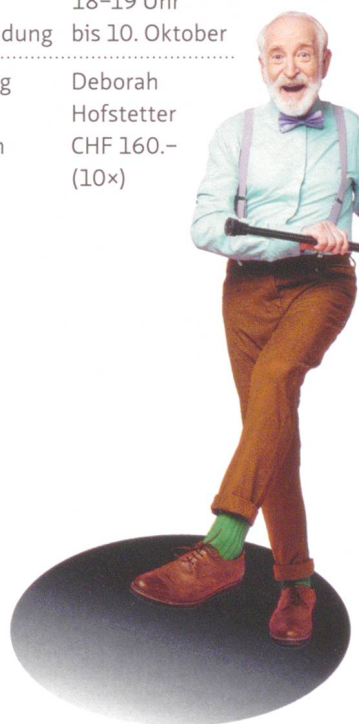
Daten/Zeit **Mo**, 16. Okt.–18. Dez.,  
11.30–12.30 Uhr

Anmeldung bis 9. Oktober

Daten/Zeit **Mo**, 16. Okt.–18. Dez.,  
18–19 Uhr

Anmeldung bis 10. Oktober

Leitung Deborah Hofstetter  
Kosten CHF 160.– (10×)



# Krafttraining

Ihrer Gesundheit  
zuliebe

Offene Tür  
Sa, 13. Januar  
10–14 Uhr

Belchenstrasse 15, Basel  
(nahe beim Schützenmattpark)

Auskunft und Informationen:  
061 206 44 25, fitness@akzentforum.ch

Gezieltes Krafttraining erhält die Leistungsfähigkeit des Körpers. Sie verbessern damit Ihre Kraft, Ihre Ausdauer, die Beweglichkeit, das Gleichgewicht und die Koordination. Profitieren Sie von einem kostenlosen Probetraining und lernen Sie das Fitnessgerät Sensopro kennen.

### Öffnungszeiten

Mo/Di/Do 8–19 Uhr  
Mi 8–12 Uhr und 14–17 Uhr  
Fr 8–17 Uhr  
So 9–13 Uhr

### Die Leistungen zum Abonnement

- Einführung ins Krafttraining durch Physiotherapeutin
- Chipkarte mit Geräteeinstellungen
- Ausleihe Pulsgurt
- Trainingsanpassungen und Empfehlungen durch Fachperson

### Preise

12 Monate	CHF 685.–	3-Monats-Abo auf
6 Monate	CHF 550.–	Jahresabo verlängern:
3 Monate	CHF 330.–	CHF 410.–





## E-MOUNTAINBIKE

Die Touren führen auf Strassen, Wegen und Pfaden durch Feld, Wald und Wiesen. Mit unserem erfahrenen Kursleiter üben Sie sicheres Bremsen, Kurvenfahren, Balance und richtiges Schalten im Gelände.

### Voraussetzung

Fahrkenntnisse erforderlich!  
Die Touren sind ausschliesslich für E-Mountainbikes geeignet.

**Donnerstag, 2. November**

### Lausen-Farnsburg-Lausen

2¾ h / → 30 km, ↑ 930 m, ↓ 930 m

Herbsttour mit grossem Anteil an befestigten Wegen. Schöne Ausblicke auf die Alpen und den Jura.

Treffpunkt 13.30 Uhr, Sporthalle  
Stutz, Lausen  
Rückkehr 17.30 Uhr in Lausen  
Verpflegung Einkehrmöglichkeiten  
Leitung Christoph Rindlisbacher  
Kosten CHF 20.–  
Anmeldung bis 30. Oktober

Kursleiter Christoph Rindlisbacher ▼



Lutz Saarn / e-Psib

**Auskunft · Anmeldung**  
061 206 44 66  
info@akzentforum.ch  
akzentforum.ch

## Kurse 50+ im Westfeld

### FITNESS + GYMNASTIK

#### Gleichgewichtstraining

Gleichgewicht und Kraft trainieren für mehr Stabilität und Sicherheit

Daten/Zeit Mo, 16. Okt.–18. Dez.,  
10.30–11.30 Uhr  
Leitung Larisa Reumer  
Kosten CHF 160.– (10×)  
Anmeldung bis 9. Oktober

#### Rückentraining

Kräftigung der Rücken- und Rumpfmuskulatur und Förderung der Beweglichkeit

Daten/Zeit Di, 17. Okt.–19. Dez.,  
8.30–9.30 Uhr  
Leitung Markus Stäubli  
Kosten CHF 160.– (10×)  
Anmeldung bis 10. Oktober



Stefan Schmidlin / e-Psib

#### KraftFit

Kräftigung der Rücken- und Rumpfmuskulatur und Förderung der Beweglichkeit

Daten/Zeit Di, 17. Okt.–19. Dez.,  
9.30–10.30 Uhr  
Leitung Markus Stäubli  
Kosten CHF 160.– (10×)  
Anmeldung bis 10. Oktober



Thomas EyeDesign / Stock

#### Sanfte Gymnastik

Ganzkörpertraining

Daten/Zeit **Di**, 17. Okt.–19. Dez.,  
10.30–11.30 Uhr  
Leitung Corinna Huwyler  
Anmeldung bis 10. Oktober  
Daten/Zeit **Fr**, 20. Okt.–22. Dez.,  
9.30–10.30 Uhr  
Leitung Esther Nicolai  
Anmeldung bis 13. Oktober  
Kosten CHF 160.– (10×)

#### RückenFit

Kräftigung der Rücken- und Rumpfmuskulatur und Förderung der Fitness

Daten/Zeit Do, 19. Okt.–21. Dez.,  
8.30–9.30 Uhr  
Leitung Sandra Neuhaus  
Kosten CHF 160.– (10×)  
Anmeldung bis 12. Oktober

#### Fitness Tai-Ji

Fördert Fitness, Koordination und Gleichgewicht

Daten/Zeit Do, 19. Okt.–21. Dez.,  
9.30–10.30 Uhr  
Leitung Sandra Neuhaus  
Kosten CHF 160.– (10×)  
Anmeldung bis 12. Oktober





◀ Der neue Wenkenpark im englischen Stil bei Riehen

# Wandern

Dienstag, 17. Oktober

## Eichhöhe–Bretzwil

1½ h / → 2,5 km, ↑ 53 m, ↓ 111 m

**Treffpunkt** 10.15 Uhr, Basel SBB, Infostand  
**Rückreise** ca. 14 Uhr ab Bretzwil  
**Verpflegung** Restaurant  
**Anmeldung** Manuela Graf, m.graf-matejowitsch@bluewin.ch  
 079 461 85 20  
 bis 14. Oktober



Evangelisch-reformierte Kirche und Pfarrhaus in Bretzwil

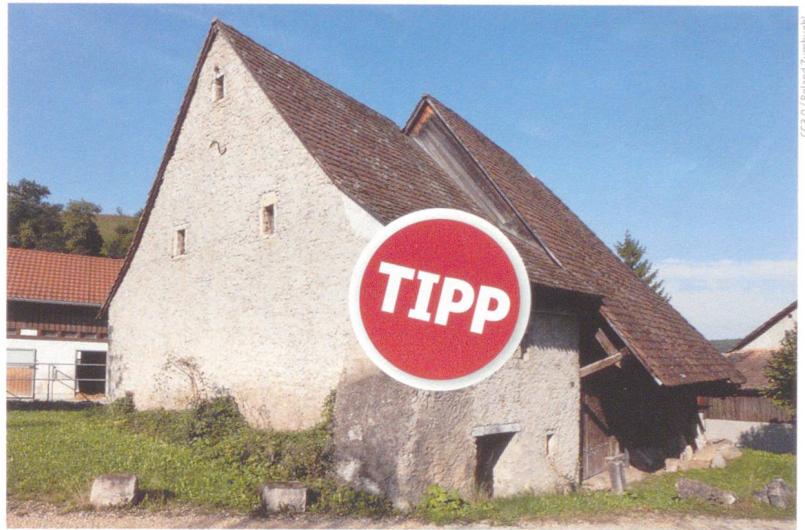
Mittwoch, 18. Oktober

## Über den Balmchopf nach Zullwil

3 h / → 8,9 km, ↑ 350 m, ↓ 250 m

**Treffpunkt** 9.25 Uhr, Basel SBB, Perron Gleis 17, 9.37 Uhr mit S3 nach Grellingen  
**Rückreise** ca. 17 Uhr in Basel/Liestal  
**Verpflegung** Picknick  
**Anmeldung** Andreas Bammatter, Jürg Guldemann, Urs P. Walther, 079 408 18 55, wandergruppe.mittwoch@bluewin.ch  
**Anmeldung** bis 15. Oktober

Ständerhaus in Buus ▶



Freitag, 27. Oktober

## Zum Sonnenkalender

3¼ h / → 13 km, ↑ 449 m, ↓ 564 m

**Treffpunkt** 10.50 Uhr, Buus, Buuseregg Busstation  
**Rückreise** ca. 17 Uhr ab Rothenfluh  
**Verpflegung** Picknick oder Restaurant  
**Anmeldung** Manuela Graf, m.graf-matejowitsch@bluewin.ch  
 079 461 85 20  
 bis 24. Oktober

Mittwoch, 15. November

## Durchs lauschige Pelzmühletal nach Grellingen

2½ h / → 8,5 km, ↑ 120 m, ↓ 340 m

**Treffpunkt** 9.25 Uhr, Basel SBB, Gleis 17  
**Rückreise** ca. 17 Uhr in Basel/Liestal  
**Verpflegung** Restaurant  
**Anmeldung** Andreas Bammatter, Jürg Guldemann, Urs P. Walther, 079 408 18 55, wandergruppe.mittwoch@bluewin.ch  
 bis 12. November

Freitag, 24. November

## Ob Gelterkinden

2¼ h / → 10 km, ↑ 146 m, ↓ 123 m

**Treffpunkt** 8.45 Uhr, Basel SBB, Bahnhofshalle  
**Rückreise** 3×/Std. ab Gelterkinden  
**Verpflegung** Restaurant  
**Anmeldung** Matthias Müller, mmwanderleiter@bluewin.ch  
 079 334 01 16  
 bis 21. November

Montag, 4. Dezember

## Um Riehen

3 h / → 11 km, ↑ 290 m, ↓ 290 m

**Treffpunkt** 8.45 Uhr, Tramstation Riehen Dorf  
**Rückreise** ab Riehen mit 6er-Tram  
**Verpflegung** Restaurant  
**Anmeldung** Matthias Müller, mmwanderleiter@bluewin.ch  
 079 334 01 16  
 bis 1. Dezember