

Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt
Band: - (1997)
Heft: 3

Rubrik: Regional Akzent : der Regionalteil der Pro Senectute Basel-Stadt

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: 30.06.2025

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

INHALT REGIONALTEIL

DIENSTLEISTUNGEN R2

TREFFPUNKTE R3

KURSANGEBOTE REGIONALTEIL

KUNST UND KULTUR R3

NATUR UND UMWELT R5

WISSEN HEUTE R6

LEBEN HEUTE R7

MUSIK, MALEN, GESTALTEN R8

SPRACHEN R9

SPORT UND BEWEGUNG R11

Gym 60, Turnen R11

Schwimmen und Wassergymnastik,
Minitennis, Tischtennis R12

Tennis, Badminton, Kegeln,
Rhythmische Gymnastik, Kreatives
Bewegen, Selbstverteidigung R13

Volkstanz, Round Dances R14

Gesellschaftstanz, Laufspass,
Velofahren R15

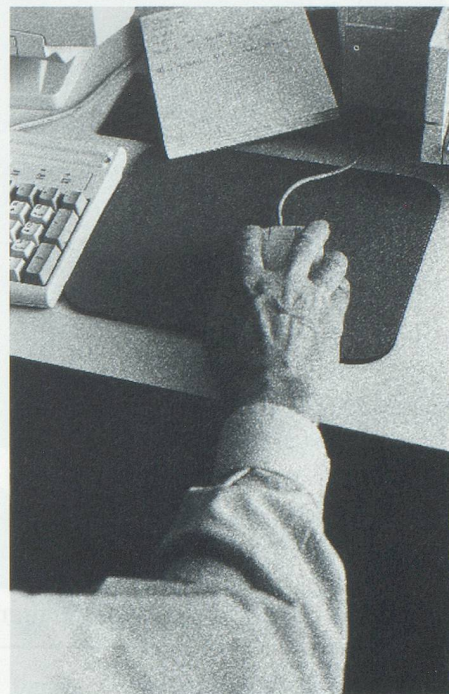
WANDERN R15

Regional**A**kzént

Der Regionalteil der Pro Senectute Basel-Stadt

In eigener Sache

Natürlich kennen Sie den Begriff Internet. Haben Sie sich auch schon gefragt, was die Buchstabenfolge <http://www...> bedeutet? Wussten Sie, dass diese Buchstaben der Schlüssel sind, um Informationen aus der ganzen Welt abzurufen? Dass Sie die Möglichkeit haben, beispielsweise im Archiv des Magazins «Der Spiegel» Artikel und Fotos anzuschauen, dass Sie nicht nur die Kulturprogramme der grossen Weltstädte studieren können, sondern auch die Veranstaltungen der Basler Freizeitaktion. Sie können – wenn Sie wollen – mit einem Ihnen Unbekannten in irgendeinem Städtchen im Mittleren Westen der USA elektronische Botschaften austauschen oder – wenn Ihnen danach zumute ist – einen Artikel der Washington Post lesen. Kurz: auf dem Internet ist die Welt zu einem grossen Dorfplatz geworden. Viele – gerade ältere Menschen – möchten sich gerne einmal auf diesem Tummelplatz der weltweiten Informationen umschauen, wissen aber nicht, wie das geht. Ab Oktober können Sie



mit der Basler Zeitung und Pro Senectute Basel-Stadt ins Internet.

In einer gemeinsamen Aktion haben die Basler Zeitung und Pro Senectute Basel-Stadt ein Sonderangebot für nur 30 Franken für ältere Menschen auf die Beine gestellt, die einmal im Internet surfen wollen. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Sie werden am Vormittag in einer Kleingruppe bei Pro Senectute mit der Handhabung der Computer-Maus vertraut gemacht, und am Nachmittag geht's bereits los in den Kursräumen der Basler Zeitung. Natürlich sind Sie am Abend noch kein «Internet-Profi», aber Sie haben eine vergnügliche elektronische Weltreise hinter sich und ein neues faszinierendes Medium kennengelernt. Übrigens: ab 1998 gibt es bei Pro Senectute Basel-Stadt einen Internet-Corner, wo Sie Ihre Kenntnisse vertiefen können.

Haben Sie Zeit und Lust, im Internet zu schnuppern? Dann beachten Sie unseren Hinweis im Programmteil.

Werner Ryser

BKB-FORUM, Die Bank für Senioren



Viele Menschen bezahlen ihre monatlichen Zahlungen immer noch in bar. Wer aber grössere Geldbeträge am Bank- oder Postschalter

abhebt, geht ein Risiko ein, Opfer einer Straftat zu werden. Wenn Sie Ihre Zahlungen durch die Basler Kantonalbank ausführen lassen, brauchen Sie nicht mehr mit grossen Geldbeträgen unterwegs zu sein. Sie können die Zahlungen bequem von zuhause aus mit unserem gratis ZA+-Vergütungsauftrag erledigen und die Rechnungen werden direkt von Ihrem bankspesenfreien Senioren-Konto bezahlt.

Für das Bezahlen von Einkäufen, Hotelrechnungen oder auch an Tankstellen bieten sich die ec-Karte oder die Eurocard der Basler Kantonalbank an. So verringern Sie die Bargeldmenge, die Sie auf sich tragen müssen, noch weiter. Wenn Sie jedoch einmal Bargeld brauchen, können Sie dies

mit der ec-Karte und Ihrem persönlichen PIN-Code rund um die Uhr an unseren Geldausgabeautomaten und Bancomaten in Europa beziehen.

Auch können Ihnen Reisechecks während Ihren Ferien im In- und Ausland nützliche Dienste erweisen.

Die Fachleute der Basler Kantonalbank informieren Sie über die verschiedenen Möglichkeiten, ohne Bargeld Zahlungen vorzunehmen. Wenden Sie sich dazu an einen BKB-Standort oder an die Berater des «Senioren-Teams», die Sie über die Telefonnummer 272 30 71 erreichen können.

Dienstleistungen

Das Angebot der «Hilfen zu Hause» von Pro Senectute Basel-Stadt ist darauf ausgerichtet, den Senioren ein selbstständiges Leben zu Hause in der vertrauten Umgebung zu erleichtern und zu ermöglichen.

Mahlzeitendienst

Hauslieferung von Normal-, Schon-, Diabetes- und fleischloser Kost. Preise zwischen Fr. 10.50 und Fr. 12.50.

Warme Mahlzeiten für Alterssiedlungen oder Kleingruppen ab 5 Personen.

365 Tage im Jahr. Preise zwischen Fr. 11.50 und Fr. 12.50 pro Mahlzeit.

Reinigungsdienst

Grossreinigungen, Fenster-, Keller- und Estrichreinigungen, Wohnungsreinigung bei Auszug, Dauerauftragsreinigungen.

Kosten: Pro Stunde und pro Mitarbeiter (inkl. Putzmaterial) Fr. 34.–
Daueraufträge (mind. 1x pro Monat) Fr. 29.–
+Wegpauschale pro Auftrag Fr. 20.–

Zügeldienst

Umzüge von Wohnungen (inkl. Hilfe beim Verpacken und Wiederaufstellen des Mobiliars).

Transport von Möbeln und anderem Material. Kosten: pro Stunde/pro Mitarbeiter Fr. 40.–. Für Nicht-AHV-Rentner: Fr. 50.–.

Miete Fassadenlift: Fr. 150.– ½ Tag.

Fr. 250.– ganzer Tag.

Miete für Transportfahrzeug je nach Aufwand. Inbegriffen in diesen Preisen sind Benzin und Kilometerkosten im Raume Basel und den umliegenden Gemeinden.

Anmeldung und Auskunft

für alle Ambulanten Dienste von Pro Senectute Basel-Stadt: Montag – Freitag 8.00 – 11.45 Uhr
Telefon 272 30 71 (Frau E. Bollier verlangen).

Waschdienst

Abholdienst und Rücktransport der Wäsche. Kosten: Für Waschen und Bügeln werden Einzelstückpreise verlangt. Für das Abholen und Bringen der Wäsche wird unabhängig von der Wäschemenge ein Unkostenbeitrag von Fr. 15.– erhoben.

Sozialberatung

■ Unentgeltliche Beratung von Senioren und ihren Angehörigen bei menschlichen und finanziellen Problemen.

■ Beratung in allen Fragen des Alterns.

■ Hilfe bei der Bewältigung von Lebenskrisen und Beziehungsschwierigkeiten.

■ Vermittlung der notwendigen Hilfen und Hilfsmittel.

Info-Stelle Luftgässlein 3

Neuanmeldungen

Kurz-Informationen über soziale Dienste im Kanton Basel-Stadt:

Frau B. Bubendorf

Sprechstunden:

Dienstag, 14.00–16.00 Uhr

Telefonische Auskünfte:

Telefon 272 30 71

Montag	10.00 – 12.00	14.00 – 16.00
Dienstag	10.00 – 12.00	
Mittwoch		14.00 – 16.00
Donnerstag	10.00 – 12.00	14.00 – 16.00
Freitag	10.00 – 12.00	14.00 – 16.00

Dezentrale Beratungsstellen

Sprechstunden

nach Vereinbarung, Telefon 272 30 71
Gebietsaufteilung der Sozialberatung:

Grossbasel

Luftgässlein 3 Breite, Lehenmatt, St. Alban, Altstadt, Vorstädte, St. Johann

Beratung: Barbara Bubendorf, Stephan Willareth, Claudia Schweigler

Allschwilerstrasse 6

Gundelingen, Bruderholz, Am Ring, Bachletten, Gotthelf, Iselin

Beratung: Annelies Schudel, Jeannette Ruch

Kleinbasel

Claragraben 43

Kleinbasel, Riehen, Bettingen

Beratung: Judith Rayot, Hannelore Fornaro

Wohnberatung und -vermittlung

Unentgeltliche Beratung von Senioren und ihren Angehörigen in Wohnfragen sowie Vermittlung von Alterswohnungen.

Sprechstunden

Dienstag und Freitag, 08.00–10.30 Uhr

Beratung und Information

Herr D. Riesen, Telefon 272 30 71

Bitte keine Telefonanrufe während den Sprechstunden.

Treffpunkte

Kaserne

Klybeckstrasse 1b, Telefon 691 66 10

Treffpunkt und Café

Jass und Spieltreff

Montag und Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr

Mittagstisch

Jeden Dienstag, Mittwoch und Freitag ab 12.00 Uhr. Anmeldung bis 17.00 Uhr am Vortag Telefon 691 66 10

Spielprojekt mit Jugendlichen

Zusammen mit einer Gruppe Jugendlicher gehen wir unserer eigenen Geschichte des Spiels nach. Was spielen wir heute noch gerne? Was möchten wir den Jugendlichen weitergeben, und was können wir von ihren Spielen lernen? Ein lustvoller Austausch an drei Mittwochnachmittagen in der Kaserne.

Datum Mittwoch, 3., 10. und 17. September
Zeit ab 14.30 Uhr

Auskunft und Anmeldung unter Tel. 691 66 10

Führung über das Kasernenareal

15 verschiedene sozio-kulturelle Institutionen arbeiten im Kasernenareal. Um der bewegten Geschichte und der politischen Arbeit, die hinter diesem einzigartigen Freiraum stehen, nachzugehen, laden wir Sie zu einer Führung mit Ruedi Bachmann ein.

Datum Mittwoch, 24. September
Zeit 14.30 – 16.30 Uhr
Ort Treffpunkt Kaserne
Führung Ruedi Bachmann
Kosten Fr. 10.–
Anmeldung bis 14. September
Telefon 691 66 10

Treffpunkt Storchengruppe

Jeden Donnerstag von 14.30 – 16.30 Uhr
Programm auf Anfrage, Telefon 272 30 71
Frau Bubendorf oder Frau Rayot verlangen

Davidseck

Quartiertreffpunkt und Café,
Davidsbodenstrasse 25

Seniorentreffpunkt Davidseck

Jeden Mittwoch von 14.30 – 16.30 Uhr

Offene Treffen und spezielle Angebote wie Vorträge, Spiele, Filme, Ausflüge, die Sie mitgestalten können.

Programme und Auskünfte erhalten Sie bei: Pro Senectute Basel-Stadt, Telefon 272 30 71
Frau Schudel und Herr Rink

Mittagstisch

Feine Mittagessen: für AHV/IV-RentnerInnen zu Fr. 9.50.

Täglich von Montag – Freitag ab 12 Uhr
Vorankündigungen und Auskünfte unter Telefon 321 48 28

Senioren Samschtig Z'Morge

Jeden 1. Samstag im Monat ab 9 Uhr

Mit Frühstücksbuffet ab Fr. 5.50

Kursangebote

Auskunft und Anmeldung

Luftgässlein 3 oder St. Alban-Vorstadt 93

Montag – Freitag 08.30 – 12.00 Uhr
14.00 – 16.30 Uhr

Telefonische Auskunft und Anmeldung

Telefon 272 30 71 Montag – Freitag
08.30 – 12.00 Uhr
14.00 – 16.30 Uhr

Die Anmeldungen werden nach dem Datum des Eingangs berücksichtigt.

Kunst und Kultur

Lesung der Werke Homers

Die Lesungen führen in die homerische Sagenwelt ein und schildern die Ereignisse um die Heimkehr des Odysseus.

Daten 1., 15. – 24. November,
13., 20. Dezember 1997,
17. – 31. Januar,
14. – 28. Februar 1998
Zeit Samstag, 11.00 – 12.00 Uhr
Ort wird mit der Kursbestätigung mitgeteilt
Leitung Manfred Cuny
Kosten Fr. 144.–
Anmeldung bis 13. Oktober

Führung im Tinguely-Museum

Einführung in das Werk von Jean Tinguely. Das von Mario Botta erstellte Museum zeigt Arbeiten Tinguelys, die bisher überwiegend in seiner Werkstatt standen sowie Werke seiner Frau Niki de Saint-Phalle.

Datum Donnerstag, 16. Oktober
Zeit 14.30 – ca. 16.00 Uhr
Treffpunkt 14.15 Uhr Solitude
(Bushaltestelle Nr. 31)

Leitung Führung wird durch das Museum organisiert
Kosten Fr. 15.– exkl. Eintritt (AHV Fr. 3.–)
Anmeldung bis 29. September

Strassburger Münster und -museum

Seit dem frühen Mittelalter ist Strassburg Hauptort und ein wichtiger Mittelpunkt der oberrheinischen Landschaft. Die Geschichte der Stadt ist aussergewöhnlich vielfältig und reich.

Datum Mittwoch, 24. September
Zeit 08.30 – ca. 18.00 Uhr
Treffpunkt 08.15 Uhr Heumattstrasse
(hinter dem Bahnhof)

Leitung Gilbert Uebersax
Kosten Fr. 70.– ohne Mittagessen
Anmeldung bis 8. September

Kirchen am Thuner- und Brienzersee

König Rudolf erbaute nach einer Traumvorgabe – so erzählt die Chronik – zwölf Kirchen: Frutigen, Leissigen, Aeschi, Wimmis, Uttigen, Thun, Thierachern, Scherzingen, Sigriswil, Amsoldingen, Hilterfingen und Spiez. Sie folgen auf dieser Rundreise den Spuren von Rudolf und besichtigen «seine» Kirchen.

Datum Mittwoch, 26. November
Zeit 08.30 – ca. 18.00 Uhr
Treffpunkt 08.15 Uhr Heumattstrasse
(hinter dem Bahnhof)
Leitung Gilbert Uebersax
Kosten Fr. 68.– ohne Mittagessen
Anmeldung bis 10. November

Freiburger Münster/Augustinermuseum

Nach der Besichtigung «unserer lieben Frauen Münster» werden Sie mit der Bau- und Stadtgeschichte vertraut gemacht. Am Nachmittag besuchen Sie das Augustinermuseum, wo unter anderem eine Bildtafel von Grünewald ausgestellt ist.

Datum Mittwoch, 29. Oktober
Zeit 09.15 – 17.33 Uhr
Ankunft in Basel
Treffpunkt 09.15 Uhr
Bad. Bahnhof Schalterhalle,
Abfahrt des Zuges 09.41 Uhr
Leitung Gilbert Uebersax
Kosten Fr. 60.– exkl. Mittagessen
Anmeldung bis 13. Oktober

Die griechische Götterwelt (Teil 2):

Beim Betrachten der Skulpturen wird Ihnen Herr Uebersax die griechische Götterwelt näher bringen. Die griechische Mythologie und ihre bildlichen Darstellungen gaben unserer Kulturgeschichte wichtige Impulse.

Datum Dienstag, 14. Oktober –
2. Dezember (8x)
Zeit 10.00 – 11.00 Uhr

Ort Skulpturenhalle,
Mittlere Strasse 17
Leitung Gilbert Uebersax
Kosten Fr. 80.– ganzer Zyklus
Anmeldung bis 29. September

Baden-Baden

Schon die Römer kannten die Heilkraft der heissen Quellen des Schwarzwaldes und bauten grosszügige Anlagen. Einige Jahrhunderte später kamen russische Grossfürsten, englische Lords und französische Millionäre – um zu baden und sich zu amüsieren. Vergangene Zeiten – oder lebendige Gegenwart? Das erfahren Sie in einer Führung durch Baden-Baden.

Datum **Freitag, 3. Oktober**
Zeit 07.10 – 18.38 Uhr
Treffpunkt 07.10 Uhr
Bad. Bahnhof Schalterhalle,
Abfahrt des Zuges 07.21 Uhr
Leitung Hans Peter Gerhard
Kosten Fr. 89.– exkl. Mittagessen
Anmeldung bis 15. September

Historische Bauwerke in Basel

Vier Führungen von besonders wertvollen und interessanten historischen Bauten und Parkanlagen im Kanton Basel-Stadt.

Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 10.30 Uhr
Daten
16. Okt. Der Gartensaal und der historische Park im Innern Gut des Bäumlilofs
23. Okt. Das Kloster Klingental
30. Okt. Der Bischofshof
6. Nov. Das Basler Rathaus
Treffpunkt Allmendstrasse Basel, vis-à-vis St. Michael-Kirche (nachfolgende Treffpunkte werden beim 1. Termin bestimmt)
Leitung Enrico Ferraino, Architekt
Kosten Fr. 40.–
Anmeldung bis 2. Oktober

Basler Quartierkirchen

Die gotischen Kirchen der Innerstadt, wie z.B. Münster und St. Martin, sind uns eher bekannt als die Gotteshäuser jüngerer Datums. Architektur und Kunst dieser Kirchen sind aber nicht minder interessant.

Tag/Zeit Donnerstag 14.30 – 15.30 Uhr
Daten/Treffpunkte
16. Okt. St. Marien, Holbeinstrasse 28
23. Okt. St. Joseph, Ecke Klybeckstrasse/Amerbachstrasse
30. Okt. Pauluskirche und Antoniuskirche, Steinenring und Spalenring
6. Nov. Heiligegeistkirche,

Thiersteinallee 51
13. Nov. Bruderklaukirche und Tituskirche, Bruderholzallee 140 und beim Wasserturm
20. Nov. Zwinglihaus Gundeldingerstrasse/Thiersteinerain
27. Nov. Allerheiligenkirche, Neubadstrasse/Laupenring
Leitung Hans Peter Gerhard
Kosten Fr. 65.– ganzer Zyklus
Anmeldung bis 1. Oktober

Malende Frauen – Frauen um Maler

Das Kustmuseum zeigt Werke von Künstlerinnen wie Käthe Kollwitz oder Sophie Täuber-Arp. Andere, nicht minder begabte Frauen, sind im Kunstmuseum nicht vertreten. Anhand von Reproduktionen können Sie sich ein Bild über ihre Schaffenskraft machen.

Tag/Zeit **Donnerstag, 14.30 – 15.30 Uhr**
Daten

4. Dez. Misia, Grandma Moses
Treffpunkt Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93

11. Dez. Maria Sybilla Merian, Angelika Kaufmann
Treffpunkt Kunstmuseum

18. Dez. Käthe Kollwitz, Gabriele Münster, Marianne von Werefkin
Treffpunkt Kunstmuseum

8. Jan. 98 Berthe Morisot, Camille Claudel (Toulouse-Lautrec)
Treffpunkt Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93

15. Jan. Sonja Delauney, Sophie Täuber-Arp
Treffpunkt Kunstmuseum
22. Jan. Paula Modersohn-Becker
Treffpunkt Kunstmuseum
Leitung Hans-Peter Gerhard
Kosten Fr. 62.– exkl. Eintritte
Anmeldung bis 17. November

Dia-Vorträge

Lassen Sie sich in bekannte und weniger bekannte Gegenden von Europa und Übersee entführen. Anhand von eigenen Dias berichtet die Referentin in diesem Zyklus über folgende Reisen.

Tag/Zeit **Mittwoch, 15.00 – 16.30 Uhr**
Daten

29. Okt. Im Grenzgebiet zwischen USA und Kanada I

5. Nov. Im Grenzgebiet zwischen USA und Kanada II

19. Nov. Rundreise in Andalusien
26. Nov. In der Gegend der Loire-Schlösser
Ort Alterszentrum St. Alban-Breite
Zürcherstrasse 143 (Tram 3)

Leitung Elisabeth Barth
Kosten Fr. 40.– ganzer Zyklus
Anmeldung bis 13. Oktober

«Lebensbilder für Elisabeth»

Der bedeutende Schweizer Dichter Albert Steffen (1884–1963), der auch als Leiter der Anthroposophischen Gesellschaft nach Rudolf Steiners Tod bekannt wurde, hat neben seinem umfangreichen Dichterwerk ein wesentliches malerisches Oeuvre hinterlassen.

Datum **Donnerstag, 2. Oktober**
Zeit 15.00 – 17.00 Uhr
Treffpunkt 14.30 Uhr Dornach, Endstation Tram 10
Leitung Angela Matile
Kosten Fr. 14.–
Anmeldung bis 15. September

Die Kelten in Basel

Die Geschichte Basels beginnt in keltischer Zeit. Zahlreiche Grabungen geben Einblick in die Lebensweise und Kultur unserer keltischen Vorfahren.

Daten **9., 16. und 23. Oktober**
Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.45 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Treffpunkte für den 16. und 23. Oktober werden am 1. Kurstag bekanntgegeben
Leitung durch die Archäologische Bodenforschung Basel-Stadt
Kosten Fr. 45.– exkl. Eintritt ins Museum
Anmeldung bis 22. September

Botta-Gebäude

Sie besichtigen den Verkaufsraum, den Tresor, die Bürozone, das Personalrestaurant und die Villa. Eine Diashow und Erläuterungen zum Bau runden die Führung ab. Anschliessend laden wir Sie herzlich zu einem Apéro in unserem Kurszentrum ein.

Daten **Donnerstag, 2. Oktober und Mittwoch, 26. November**
Zeit 17.05 – 19.00 Uhr
Treffpunkt Villa Aeschenplatz
Kosten Fr. 12.–
Anmeldung 15. September und 10. November

Krippenausstellung zum Advent

Das Museum der Kulturen zeigt wunderschöne, alte Krippen aus ganz Europa.

Datum **Mittwoch, 10. Dezember**
Zeit 15.00 – 16.00 Uhr
Treffpunkt Augustinergasse 2
Leitung wird durch das Museum organisiert
Kosten Fr. 12.– exkl. Eintritt (Fr. 4.–)
Anmeldung bis 24. November

Führung in der Synagoge Basel

Datum **Mittwoch, 3. Dezember**
 Zeit 09.30 – 11.00 Uhr
 Treffpunkt Leimenstrasse 24
 Leitung wird von der Synagoge organisiert
 Kosten Fr. 12.–
 Anmeldung bis 10. November

Führung im Beyeler-Museum

Gebaut vom Architekten Renzo Piano, bietet das Museum der weltweit besten privaten zeitgenössischen Kunst eine feste Bleibe. Das Gebäude liegt im Berowerpark (englischer Garten) in Riehen

Datum **Dienstag, 11. November**
 Zeit 15.00 – 16.00 Uhr
 Treffpunkt 14.45 Uhr Weilstrasse Tram Nr. 6 Richtung Riehen
 Leitung wird durch das Museum organisiert
 Kosten Fr. 15.– exkl. Eintritt (Fr. 5.–)
 Anmeldung bis 27. Oktober

Natur und Umwelt

Natur und Gärten in Wohngebieten

Tag/Zeit Donnerstag, 14.15 – 16.00 Uhr
 Daten
18. Sept. Kleine und grosse Gärten – Bereicherung des Siedlungsraumes. Auf was muss man achten beim Anlegen und Gestalten eines Gartens und beim Bepflanzen von Balkonen und Terrassen.

16. Okt. Begrünte Dächer in Basel und Umgebung – Rückführung von verlorenen Grün- und Kulturf lächen ins ökologische System.

13. Nov. Bäume in der Stadt – Lebensraum für Mensch und Fauna.
 Treffpunkt Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
 Leitung Oskar Frey, Gartenarchitekt
 Kosten Fr. 40.–
 Anmeldung bis 8. September

Biologischer Bauernhof

Bei einem Rundgang über den Hof Klosterflechten (Bruderholz) erfahren Sie, was es heisst biologisch zu bauen. Sie haben die Möglichkeit, direkt ab Hof diverse Produkte wie Gemüse, Fleisch, Wurst, Eier etc. einzukaufen.

Datum **Montag, 22. September**
 Zeit 14.30 – 17.00 Uhr

Treffpunkt Busstation Spitzacker (Bus 37)
 Leitung Herr K. Jordi
 Kosten Fr. 15.–
 Besonderes Wird bei jedem Wetter durchgeführt
 Anmeldung bis 8. September

Die Traubenernte

Eine Führung durch die Rebberge und den Weinkeller der Weinbau- und Rebschule in Aesch. Anschliessende Degustation mit einem «z'Vieri».

Datum **Dienstag, 7. Oktober**
 Zeit 14.00 – 16.30 Uhr
 Treffpunkt 13.30 Uhr in Aesch, Endstation Tram 11 (kleiner Bus führt zum Hof)
 Leitung Josy Nussbaumer
 Kosten Fr. 15.–
 Besonderes Wird bei jedem Wetter durchgeführt
 Anmeldung bis 19. September

Der Herbstzauber

Dem Herbstwald mit all unseren Sinnen begegnen, der würzigen Luft, den bezaubernden Farben, den fallenden Blättern, die Tiere oder zumindest deren Spuren entdecken. Natürlich gehört auch ein Feuer und «brötle» dazu (Picknick mitbringen!).

Datum **Mittwoch, 1. Oktober**
 Zeit 09.30 – ca. 16.00 Uhr
 Treffpunkt Bettingern Dorf, Endstation Bus 32
 Leitung Lea Jauslin, Landschaftsgärtnerin
 Kosten Fr. 28.–
 Besonderes Wird bei schlechtem Wetter auf den 8. Oktober verschoben.
 Auskunft gibt Tel. 180
 Anmeldung bis 15. September

Fledermäuse balzen im Herbst

Etwa 20 Fledermausarten leben bei uns. Die Weibchen des grossen Abendseglers ziehen ihre Jungen im Nordosten Mitteleuropas auf. Im Herbst wandern sie nach Südwesten, auch in die Schweiz. Hier finden dann die Hochzeit und der Winterschlaf statt. Bei unserer Abendexkursion lockt das zahme, brünftige Fledermausmännchen «Bebbi» laut «singend» wilde Abendsegler an.

Datum **Dienstag, 2. September**
 Zeit 20.00 – ca. 21.00 Uhr
 Treffpunkt Auf der Pfalz beim Münster
 Leitung Jürgen Gebhard, Naturhistorisches Museum Basel
 Kosten Fr. 10.– wird direkt an Ort bezahlt
 Besonderes Bei zweifelhafter Witterung gibt Tel. 180 ca. 3 Std. vor Beginn Auskunft über die Durchführung der Veranstaltung
 Anmeldung bis 29. August

Weleda – eine Betriebsführung

Nach einem Kaffee und Gipfeli informiert Sie ein Vortrag mit Diashow über die Entstehung der Heilmittel und Kosmetik der Weleda. Eine Führung durch den Betrieb und die Degustation der ganz besonderen Weleda-Elixiere runden den Besuch ab.

Datum **Dienstag, 4. November**
 Zeit 09.00 – 11.30 Uhr
 Treffpunkt 08.45 Uhr Tramstation Stollenrain (Arlesheim, Tram 10 Richtung Dornach)
 Leitung wird von Weleda organisiert
 Kosten Fr. 15.–
 Anmeldung bis 20. Oktober

Vogelbestimmung in der Langen Erlen

Es ist Zugzeit: die Vögel ziehen in ihre warmen Winterquartiere. Manche rasten unterwegs auf Wiesen, Äckern oder auf den Weihern der Vogelreservate.

Datum **Mittwoch, 24. September**
 Zeit 14.30 – 17.00 Uhr
 Treffpunkt Eglisee, Endstation Tram 2
 Leitung Jean-Pierre Biber, Ornithologische Gesellschaft
 Kosten Fr. 16.–
 Besonderes Bei zweifelhafter Witterung gibt Tel. 180 Auskunft über die Durchführung
 Anmeldung bis 12. September

Führung bei der Meteotest Bern

Woher kommt das Wetter, wie kann es vorausgesagt werden? Fragen, auf die Sie in einem Vortrag mit anschliessender Führung durch die Meteotest Auskunft bekommen werden.

Datum **Freitag, 21. November**
 Zeit 14.30 – 16.30 Uhr
 Treffpunkt 12.50 Uhr auf Perron Bahnhof SBB, Abfahrt des Zuges 13.03 Uhr
 Leitung Martin Baumgartner
 Kosten Fr. 15.–, Zugbillett selber lösen
 Anmeldung bis 31. Oktober

Erdstrahlen, Wasseradern, Elektrosmog

Die Ursache von Schlafstörungen liegt oft in negativer Strahlung. Sie sehen, wie mittels einer Messsonde und einer Wünschelrute Erdstrahlen, Wasseradern und auch der Elektrosmog entdeckt werden und erfahren, wie Sie den negativen Orten ausweichen oder sie positiv beeinflussen können.

Datum **Freitag, 14. November**
 Zeit 09.00 – 11.00 Uhr
 Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
 Leitung Herr W. Gastel, Geologischer Fachberater
 Kosten Fr. 19.–
 Anmeldung bis 27. Oktober

Wissen heute

EDV

In unseren Kleingruppen mit vier Teilnehmerinnen und Teilnehmern erlernen Sie auf den neuesten Geräten in sechs Doppellektionen das Arbeiten mit dem PC.

Die Kurse werden in drei Stufen angeboten:

Kurs 1 Einführungskurs

Einführung in die Welt des Computers (Hardware und das Betriebssystem Windows 95). Mit Hilfe des Programmes Works für Windows werden Sie anhand von Beispielen in die Textverarbeitung eingeführt.
Voraussetzung: keine, ausser Interesse und Lust, sich mit EDV auseinanderzusetzen.

Kurs 2 Aufbaukurs

Sie vertiefen Ihre Computerkenntnisse. Ihre Grundkenntnisse in der Textverarbeitung werden erweitert. Gleichzeitig werden Sie mit dem Erstellen von Datenbanken und der Tabellenkalkulation vertraut gemacht.
Voraussetzung: Grundkenntnisse oder Einführungskurs.

Kurs 3 Workshop

Sie lernen, Texte mit Datenbanken zu mischen, Grafiken herzustellen und in Berichte zu integrieren, statistische Auswertungen zu machen und anderes mehr. Sie erfahren, was Internet ist und wie Sie zu Hause auf Ihrem PC das Telefonbuch, den Fahrplan oder ein Lexikon nutzen können.

Kosten pro Kurs à 12 Lektionen: Fr. 300.–
Kurse laufend, Termine auf Anfrage

Ort: Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93

EDV-Lernen nach Mass

Anhand des Betriebssystems Windows 95 können Sie in einer kleinen Gruppe mit maximal 4 Personen Ihre EDV-Kenntnisse auffrischen und vertiefen. Für Ihre individuellen Fragen und Probleme steht Ihnen ein Fachmann zur Seite, der Ihre Fortschritte begleitet. Voraussetzung: Grundkenntnisse in EDV oder paralleler Kursbesuch.

Datum Beginn auf Anfrage

Tag/Zeit: Donnerstag, 16.00 – 17.50 Uhr,
3 x 2 Lektionen

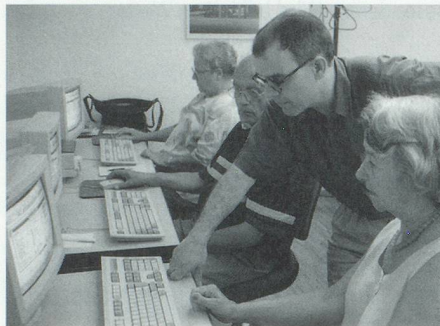
Ort: Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93

Leitung: Andreas Michel
Kosten: Fr. 120.–

Vereinsverwaltung

Sind Sie in der Vereinsarbeit engagiert und möchten Sie sich die Arbeit erleichtern? In diesem Kurs lernen Sie mit dem PC Mitgliederlisten und Rechnungen zu erstellen, Beiträge zu kontrollieren und Korrespondenzen mit Hilfe von Serienbriefen zu erledigen. Ebenso werden rechtliche und administrative Aspekte der Vereinsverwaltung erläutert und individuelle Fragen berücksichtigt. Voraussetzung: EDVGrundkenntnisse.

Daten: **14. Oktober – 18. November**
(8 x 2 Lektionen)
Tag/Zeit: Dienstag, 16.00 – 17.50 Uhr
Ort: Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung: Andreas Michel
Kosten: Fr. 350.–
Anmeldung: bis 26. September



Surfen im Internet

In diesem Kurs werden Sie in einer kleinen Gruppe in die Welt des Internet und dessen vielfältige Möglichkeiten eingeführt. Sie erhalten Gelegenheit, unter fachkundiger Anleitung im Internet zu surfen, Informationen abzurufen und per E-Mail zu kommunizieren. Um Ihnen den Einstieg zu erleichtern, werden Sie am Morgen die erforderlichen Handgriffe erlernen und am Nachmittag zunächst mit den wesentlichen Fachbegriffen und Hintergründen vertraut gemacht. Ein starker Pausenkaffee zwischendurch wird ebenso wenig fehlen wie schriftliche Unterlagen zum späteren Vertiefen.

Daten: **14. oder 28. Oktober**
15. oder 29. Oktober
Tag/Zeit: Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr und
14.30 – 17.00 Uhr
Mittwoch, 08.30 – 09.30 Uhr und
14.30 – 17.00 Uhr
Ort: morgens Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93, nachmittags Basler Zeitung, Hochbergerstrasse 15/Pforte
Leitung: KursleiterInnen der Pro Senectute
und der Basler Zeitung
Kosten: Fr. 30.–
Besonderes: Dieser Kurs wird in Zusammenarbeit mit der Basler Zeitung durchgeführt
Anmeldung: bis 30. September

Basler Erzählcafé

Ältere «Zeitzeugen» aus Basel erzählen aus ihrem Leben und lassen die Vergangenheit wieder lebendig werden. Im Gespräch wird jeweils ein Stück Basler Geschichte beleuchtet. Eingeladen sind Personen jeden Alters!

Daten/Gäste

25.10.97 Gretel Leonhardt-Feldpausch,
ehem. Unternehmerin
08.11.97 Ingeborg Kaiser, Schriftstellerin
10.01.98 Egon Karter, Regisseur
17.01.98 Helmut Hubacher,
ehem. Nationalrat
07.02.98 René Regenass, Schriftsteller
14.02.98 Doris Tschan,
Redaktorin von B wie Basel
Tag/Zeit: Samstag, 16.00 – 18.00 Uhr
Ort: Hotel Rheinfelderhof,
Hammerstrasse 61, 4058 Basel
Kosten: Fr. 10.– (ohne Konsumation)
Besonderes: Gemeinsames Angebot mit der
Katholischen Erwachsenenbildung
Basel
Anmeldung: nicht erforderlich

Rheinhafen Birsfelden

Nach einem Video über die Schifffahrt werden Sie unter fachkundiger Leitung durch ein Gütermotorschiff geführt, wo Sie Deck, Steuerhaus und den Maschinenraum besichtigen können. Beim Landgang lernen Sie die riesigen Tanklager aus nächster Nähe kennen.

Datum: **15. September**
Tag/Zeit: Montag, 14.10 – ca. 16.30 Uhr
Treffpunkt: Abfahrtsstelle von Bus Nr. 70 am
Aeschenplatz in Richtung Schweizerhalle
Kosten: Fr. 10.–
Besonderes: nur für gute Fussgänger geeignet
Anmeldung: bis 1. September

Besichtigung der MIGROS-Betriebe

Kaffeeduft wird Ihnen an diesem Morgen bei der Besichtigung der Kaffeerösterei in die Nase steigen. Sie sehen, wie der Kaffee, Tee und weitere Produkte abgepackt werden. Zum Abschied erhalten Sie von MIGROS ein Geschenk-päckchen.

Datum: **13. Oktober**
Tag/Zeit: Montag, 08.30 – 10.00 Uhr
Treffpunkt: Haltestelle Stausee
(Bus Nr. 70 ab Aeschenplatz)
Kosten: Fr. 10.–
Besonderes: nur für gute Fussgänger geeignet
Anmeldung: bis 26. September

Chrischona-Sendeturm

Aufgrund der grossen Nachfrage organisieren wir eine weitere Führung. Nach einer Tonbildschau der PTT im Sendeturm werden Sie durch den Senderraum und auf den Turm geführt.

Datum **16. Oktober**
 Tag/Zeit Donnerstag, 15.50 – 17.00 Uhr
 Treffpunkt Bushaltestelle St. Chrischona (mit Bus Nr. 32A von Bettingen aus)
 Kosten Fr. 13.–
 Besonderes Es empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung!
 Anmeldung bis 16. September

Basler Zeitung

Eine Diashow und ein Rundgang durch die BaZ geben Einblick in die faszinierende Welt der Presse und die moderne Produktionsweise einer Zeitung. Zum Abschied wird Ihnen ein kleiner Imbiss offeriert.

Datum **12. November**
 Tag/Zeit Mittwoch, 16.00 – 17.30 Uhr
 Treffpunkt Pforte der Basler Zeitung, Hochbergerstrasse 15, 4057 Basel (mit Bus Nr. 36 ab Bad. Bahnhof)
 Kosten Fr. 10.–
 Anmeldung bis 29. Oktober

Dine around im Hotel Euler

Erleben Sie einen stilvollen Abend im Hotel Euler, der Sie in kulinarischem Rahmen hinter die Kulissen des renommierten Traditionsbetriebes führt. Zunächst werden Sie im Weinkeller des Hauses mit einem Apéro willkommen geheissen. Ihre Vorspeise nehmen Sie im Gardemanger ein, wo Sie die Euler-Küche hautnah erleben können. Anschliessend wird Ihnen im Personalesraum eine Suppe offeriert. Bei dieser Gelegenheit wird Ihnen der Direktor des Hauses, Herr Sprecher, allerlei über das Haus und seine MitarbeiterInnen zu erzählen wissen. Den Hauptgang nehmen Sie im stilvollen Ambiente des Restaurants «Le Bonheur» ein. Zum krönenden Abschluss des Abends werden Sie in der Hotelhalle mit einem Dessert verwöhnt.

Datum **5. Dezember**
 Tag/Zeit Freitag, 18.30 – 21.00 Uhr
 Treffpunkt Empfangshalle des Hotel Euler
 Kosten Fr. 79.–
 Besonderes frühzeitige Anmeldung wird empfohlen
 Anmeldung bis 20. November

Leben heute

Seminar für pflegende Angehörige

Pflegen oder betreuen Sie einen Angehörigen? Stossen Sie dabei manchmal an die Grenzen Ihrer Kräfte? In diesem Seminar erhalten Sie

Informationen zu pflegerischen und finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten. Gleichzeitig haben Sie Gelegenheit, sich mit anderen pflegenden Angehörigen auszutauschen.

Daten **22. Oktober – 3. Dezember (7x)**
 Tag/Zeit Mittwoch, 19.00 – 21.00 Uhr
 Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
 Leitung Claudia Schweigler
 Kosten Fr. 120.–
 Anmeldung bis 6. Oktober

Atemkurse

Die Folge von schlechter oder falscher Atmung sind bekannt: Nervosität, muskuläre Verspannung, Rücken- oder Gelenkbeschwerden, Konzentrations- und Schlafstörungen. Einfache Übungen in Ruhe und Bewegung helfen, die Atemfunktion zu verbessern und das körperliche Wohlbefinden zu fördern.

Daten **13. Oktober – 15. Dezember (10x)**
 Tag/Zeit Montag, 10.15 – 11.15 Uhr
 Ort Reiterstrasse 48
 Leitung Roger Stutz, Atemtherapeut
 Kosten Fr. 140.–
 Anmeldung bis 30. September

Daten **16. Oktober – 18. Dezember (10x)**
 Tag/Zeit Donnerstag, 09.00 – 10.00 Uhr (AnfängerInnen willkommen) oder 10.00 – 11.00 Uhr (Fortgeschrittene)
 Ort Studio für Atem- und Bewegungsschulung, Blotzheimerstrasse 28
 Leitung Carmen Siegrist, Atemlehrerin
 Kosten Fr. 140.–
 Anmeldung bis 2. Oktober

Atmen und Ausdrucksmalen

Mit Atemübungen und Ausdrucksmalen gehen wir auf die Liebe als Sinngebendes Element ein und versuchen, daraus Lebenskraft für den Alltag zu schöpfen.

Daten **24. Oktober – 28. November (6x)**
 Tag/Zeit Freitag, 14.30 – 17.00 Uhr
 Ort Blotzheimerstrasse 28
 Leitung Carmen Siegrist, Atemlehrerin und Rita Boog, Maltherapeutin
 Kosten Fr. 210.–
 Besonderes Ausdrucksmalen erfordert keine Vorkenntnisse oder künstlerischen Fähigkeiten
 Anmeldung bis 10. Oktober

Alexander-Technik

Die Alexander-Technik fördert den aufmerksamen Umgang mit dem Körper und unterstützt die Lern- und Konzentrationsfähigkeit.

Datum **15. Oktober – 19. November (6x)**
 Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 15.30 Uhr
 Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
 Leitung Ursula Weber
 Kosten Fr. 170.–
 Anmeldung bis 30. September

Tai-Ji

Tai-Ji bietet die Möglichkeit, sanfte Bewegung spielerisch zu erlernen, um sich selbst in Raum und Körper wohlfühlen. Tai-Ji, bei dem auch mit Musik gearbeitet wird, ist für alle geeignet, die innere Ausgeglichenheit suchen, um dadurch entspannt und geschmeidig zu werden und zu bleiben.

Daten **14. Oktober – 2. Dezember (8x)**
 Tag/Zeit Dienstag, 16.00 – 17.00 Uhr (AnfängerInnen) oder 17.30 – 18.30 Uhr (Fortgeschrittene)
 Ort Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
 Leitung Christian Nigg, Physiotherapeut
 Kosten Fr. 105.–
 Anmeldung bis 29. September

Geistige Fitness

Möchten Sie geistig beweglich bleiben? Sie werden u.a. Tips für Namens-, Personen- und Zahlengedächtnis, Memorier- und Assoziationsstechniken sowie Mind-Mapping kennenlernen. Spiel, Spass und Phantasie werden dabei nicht zu kurz kommen.

Daten **25. September – 4. Dezember (8x)**
 ausser 9.10., 13. und 20.11.
 Tag/Zeit Donnerstag, 15.00 – 17.00 Uhr
 Ort Luftgässlein 3
 Leitung Theres Weigel-Gysel
 Kosten Fr. 140.–
 Anmeldung bis 11. September

Gedächtnistraining

Durch gezielte Übungen fördern wir das Erinnerungsvermögen.

Daten **14. Oktober – 2. Dezember (8x)**
 Tag/Zeit Dienstag, 15.00 – 17.00 Uhr
 Ort Luftgässlein 3
 Leitung Danielle Brand
 Kosten Fr. 140.–
 Anmeldung bis 30. September

Brain Gym

Brain Gym aktiviert durch gezielte Übungen das ganze Energiesystem. Einfache und sanfte Bewegungen unterstützen den Energiefluss und verbessern dadurch das Sehen und Hören sowie die Konzentrationsfähigkeit.

Daten	16. Oktober – 18. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 – 15.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Elvira Paglino
Kosten	Fr. 130.–
Anmeldung	bis 2. Oktober

Brain Gym / Schnuppern

Datum	18. September
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 – 15.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Elvira Paglino
Kosten	Fr. 12.–
Anmeldung	bis 4. September

Traumdeutung

Die Träume sind Quellen unserer Lebenskraft. Der Kurs zeigt verschiedene Methoden auf, um die Bedeutung von Träumen zu erhellen. Anhand eigener Traumbeispielen werden diese Methoden geübt.

Daten	13. Oktober – 1. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Montag, 15.00 – 17.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Annette Wildi
Kosten	Fr. 170.–
Anmeldung	bis 29. September

Traumdeuterkurs/Schnuppern

Datum	22. September
Tag/Zeit	Montag, 15.00 – 17.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Annette Wildi
Kosten	Fr. 10.–
Anmeldung	bis 8. September

Musik, Malen, Gestalten

Blockflötenspiel

Haben Sie gute Anfangskenntnisse im Sopran- und Altflötenspiel? Möchten Sie gerne fröhliche Tänze und leichte klassische Blockflötenmusik spielen? Wir heissen Sie herzlich willkommen.

Tag/Zeit	Freitag, 09.30 – 10.45 Uhr
Ort	Alterssiedlung, Bruderholzweg 93
Leitung	Theres Wurster
Kosten	Fr. 95.– pro Trimester

Altflötenkurs für Fortgeschrittene

Tag/Zeit	Mittwoch, 08.30 – 09.30 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Christa Stoller
Kosten	Fr. 160.– (20x)

Chor

Wer Freude am Singen hat und auch gerne in einer gemütlichen Runde sitzt, ist in unserer gemischten Singgruppe herzlich willkommen. Wir singen vor allem Volkslieder, zwei- oder dreistimmig.

Tag/Zeit	Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr
Ort	Im Rankhof 10, Saal
Leitung	Theres Wurster, Heidi Fürst
Kosten	Fr. 40.– pro Trimester

Malen und Mischtechnik

Sie arbeiten mit unterschiedlichen Mal- und Zeichentechniken.

Tag/Zeit	Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum, St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Linda Heydegger
Kosten	Fr. 130.– pro Trimester exkl. Material

Zeichnen und Aquarellmalen

Anfänger und Fortgeschrittene

Tag/Zeit	Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr oder 15.45 – 17.15 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Suzanne Senn
Kosten	Fr. 130.– pro Trimester exkl. Material

Aquarellieren

Tag/Zeit	Dienstag, 09.00 – 11.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Annelise Fischer
Kosten	Fr. 170.– pro Trimester exkl. Material

Nass- und Trocken-Aquarellmalen

Mit Farben und Formen lernen Sie, sich abstrakt und gegenständlich auszudrücken.

Tag/Zeit	Mittwoch, 08.45 – 10.15 Uhr oder 10.30 – 12.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Urs Leiser
Kosten	Fr. 130.– pro Trimester exkl. Material

Kleider ändern, Kinderkleider nähen

Sie ändern und flicken Kleider, können aber auch Kinder- und Puppenkleidli nähen.

Tag/Zeit	Mittwoch, 08.30 – 11.30 Uhr, 14-tätig
Ort	Rankhof 8
Leitung	Helen Wehrli
Kosten	Fr. 35.– pro Monat

Collagen-Kurs

Mit Schneiden, Reissen, Kleben sind Ihrer Phantasie keine Grenzen gesetzt.

Daten	9. Oktober – 6. November (5x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 14.00 – 17.00 Uhr
Leitung	Monique Studer
Kosten	Fr. 170.–
Anmeldung	bis 26. September

77er-Fest

Runde Geburtstage werden oft ganz gross gefeiert. Wir von Pro Senectute aber feiern mit Menschen, die zu uns kommen, Jahr für Jahr den 77.

Sind Sie im Jahr 1920 geboren und haben Lust, mit uns in der zweiten Hälfte November Ihr Geburtstagsfest zu feiern? Dann schicken Sie eine Karte an:

Pro Senectute Basel-Stadt
77er-Fest
Luftgässlein 3
4010 Basel

Bitte vermerken Sie auf der Karte Ihren Namen, Vornamen, Adresse und Ihr Geburtsdatum. Sie werden im September eine Einladung mit den genauen Angaben erhalten.

Webkurs

Vom Bespannen eines Webstuhles bis zum fertig gewobenen Stoff werden Sie in die Webkunst eingeführt.

Daten	22. Okt. – 10. Dez. und 14. Jan. – 4. Feb. 1998 (12x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 14.30 – 17.00 Uhr
Ort	Essigstrasse 41 in Riehen
Leitung	Agnes Voltz

Kosten Fr. 310.– exkl. Material
(ca. Fr. 20.–)
Anmeldung bis 26. September

Schreinern – Grundkurs

Anhand von drei Arbeitsvorschlägen werden Sie in die Holzbearbeitung eingeführt und lernen die Grundtechniken wie hobeln, sägen, stemmen, gräten etc. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene.

Daten **24. Oktober – 28. November (6x)**
Tag/Zeit Freitag, 08.30 – 11.30 Uhr
Ort Freizeit-Werkstatt
Eptingerstrasse 20
Leitung Herr Bichsel, Möbelschreiner
Kosten Fr. 370.– exkl. Material
(für Anfänger Fr. 38.–, für Fortgeschrittene Fr. 62.– bis Fr. 75.–)
Anmeldung bis 26. September

Seidenmalen

Sie lernen die Grundtechnik des Seidenmalens und deren Anwendung. Fortgeschrittene können selbständig arbeiten und mit neuen Techniken experimentieren. Malkenntnisse sind nicht erforderlich.

Daten **5. – 26. November, 3. – 10. Dezember (6x)**
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung Elisabeth Trueb
Kosten Fr. 140.– inkl. Material
Anmeldung bis 20. Oktober

Kalligraphie-Grundkurs

Einführung in die schwungvolle Anglaise. Diese alte Schrift eignet sich sehr gut zum Schreiben von Einladungen, Tischkärtli, Menükarten, Glückwunschkarten etc.

Daten **14. Oktober – 18. November (6x)**
Tag/Zeit Dienstag, 14.30 – 16.30 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung Vreni Albert
Kosten Fr. 105.– plus Fr. 20.– Material
Anmeldung bis 29. September

Plastisches Gestalten in Stein

Sie erlernen die wichtigsten Methoden und Techniken der Stein- und Oberflächenbearbeitung. Um das formale Arbeiten in Stein zu erproben, experimentieren Sie zusätzlich mit Ton und Gips (Formstudien).

Daten **16. Okt. – 4. Dez. (8x)**
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 17.00 Uhr
Ort Holzmattstrasse 28

Leitung Urs Kunz-Gisin, Steinbildhauer
Kosten Fr. 435.– exkl. Stein
(Fr. 30.–/50.–)
Anmeldung bis 22. September

Schwarzenberger Krippenfiguren

Die «Schwarzenberger» Figuren – freistehende Figuren mit Blei-Füsschen – haben eine erstaunliche Entwicklung erlebt. In Schwarzenberg (LU) wurden diese Figuren von den katholischen Müttervereinen erfunden und weiterentwickelt, um «die Verkündigung der frohen Botschaft von der Menschwerdung Gottes» in die Familien zu bringen. Haben Sie Lust, selber solche Krippenfiguren anzufertigen?

Daten **20. Oktober – 24. November**
Tag/Zeit Montag, 14.00 – 17.00 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung Edith Angern und Rita Feigenwinter
Kosten Fr. 158.– plus Fr. 100.– (Material für 4 Figuren: Maria, Joseph, Hirt, Hirtenkind. Schnittmuster, Schleifschwamm)
Anmeldung bis 29. September

Häuser renovieren und sanieren

Teil I (Theorieteil)

- Renovation, Reparatur und Unterhalt von Wohnhäusern: Entscheidungsgrundlagen und Lösungsvorschläge
- Sie erhalten Informationen, wie Schäden an Bauteilen zu ermitteln und zu bewerten sind
- Entscheidungshilfen zur Beurteilung des Zustandes von Gebäuden (Substanzerhaltung, Wertvermehrung etc.)
- Besprechen von praktischen Anwendungsbeispielen aus den Gebieten Renovieren, Sanieren und Reparieren

Teil II (Praktischer Teil)

- Sie besichtigen einzelne Gebäude während der Ausführung von Renovationen, Sanierungen und Reparaturen
- Der zweite Nachmittag steht für eine praktische Übung zur Verfügung. An einem konkreten Beispiel kann am Objekt selber eine Arbeit ausgeführt werden.

Daten **Teil I: 29. September – 13. Oktober (3x)**
Teil II: 20. und 27. Oktober (2x)
Tag/Zeit Teil I: Montag, 14.00 – 16.00 Uhr
Teil II: Montag, 14.00 – 17.00 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93
Leitung Klaus Spengler,
Dipl. Ing. FH Architekt SIA
Kosten Fr. 195.–
Anmeldung bis 12. September

Sprachen

Langzeitkurse

Wollen Sie schon lange gerne Englisch lernen, weil Sie sich auf Ihren Reisen mit dieser Sprache vielerorts verständigen könnten? Haben Sie Grosskinder im Welschland und möchten deshalb Ihr Französisch auffrischen? Fahren Sie gerne in den Süden oder haben Sie einfach Lust, einmal Italienisch oder Spanisch zu lernen?

Dann sind Sie bei uns am richtigen Ort: Wir bieten für Leute ab 55 Jahren über fünfzig Sprachkurse an, in den vier **Hauptsprachen:**

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch.

Stufen

AnfängerInnen
fortgeschrittene AnfängerInnen
leichtere Mittelstufe
Mittelstufe
Oberstufe/Konversation/Lektüre

Zur Zeit finden folgende Langzeit-Sprachkurse statt:

Englisch

AnfängerInnen:

Montag, 10.30 Uhr, Mittwoch, 10.30 Uhr
Donnerstag, 10.30 Uhr, Donnerstag, 16.30 Uhr
Donnerstag, 17.30 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Montag, 08.30 Uhr, Montag, 08.40 Uhr
Montag, 10.55 Uhr, Montag, 14.15 Uhr
Mittwoch, 08.15 Uhr, Mittwoch, 08.30 Uhr
Mittwoch, 16.00 Uhr, Freitag, 08.30 Uhr
Freitag, 09.30 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Montag, 09.15 Uhr, Montag, 09.50 Uhr
Montag, 10.15 Uhr, Dienstag, 10.30 Uhr
Dienstag, 15.00 Uhr, Mittwoch, 09.30 Uhr
Donnerstag, 09.15 Uhr

Mittelstufe:

Montag, 09.30 Uhr, Montag, 10.00 Uhr
Montag, 15.15 Uhr, Dienstag, 08.30 Uhr
Dienstag, 09.30 Uhr, Dienstag, 14.15 Uhr
Dienstag, 15.15 Uhr, Mittwoch, 09.30 Uhr
Mittwoch, 15.00 Uhr, Donnerstag, 09.30 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 14.00 Uhr, Montag, 15.00 Uhr
Mittwoch, 10.30 Uhr, Donnerstag, 08.30 Uhr

Französisch

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Dienstag, 14.00 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Montag, 09.00 Uhr, Dienstag, 15.00 Uhr

Mittelstufe:

Montag, 08.20 Uhr, Donnerstag, 08.30 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 10.30 Uhr, Dienstag, 10.45 Uhr

ITALIENISCH**AnfängerInnen:**

Mittwoch, 08.30 Uhr

Fortgeschrittene AnfängerInnen:

Mittwoch, 09.30 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Montag, 14.00 Uhr, Dienstag, 14.00 Uhr

Mittelstufe:

Dienstag, 09.00 Uhr, Donnerstag, 11.00 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Montag, 09.20 Uhr, Mittwoch, 10.45 Uhr

Spanisch**AnfängerInnen:**

Freitag, 09.00 Uhr

Leichtere Mittelstufe:

Donnerstag, 09.00 Uhr

Oberstufe/Konversation/Lektüre:

Donnerstag, 10.10 Uhr

Anmeldung

Der Einstieg in unsere Sprachkurse ist jederzeit möglich. Wir beraten Sie gerne persönlich, damit Sie bei uns einen Kurs finden, welcher Ihren Kenntnissen und Interessen entspricht. Wir offerieren Ihnen auch eine Gratislektion, damit Sie einmal «Kursluft» schnuppern können.

Wir organisieren regelmässig **neue Kurse für Anfängerinnen und Anfänger.**

Rufen Sie uns an!

Kursdauer

Ein Trimester umfasst 13 Lektionen à 50 Minuten.

Kurskosten

Fr. 105.– pro Trimester

Neue deutsche Rechtschreibung

Eine Einführung in die wichtigsten Änderungen der Rechtschreibreform.

Daten **7. November – 28. November (4x)**

Tag/Zeit Freitag, 09.00 – 09.50 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4

Leitung Marcel Georg Müller

Kosten Fr. 50.–

Anmeldung bis 24. Oktober

Altgriechisch für AnfängerInnen

Spielerische Einführung in die altgriechische Sprache und Kultur.

Daten **16. Oktober – 18. Dezember**
(10 Doppelkationen)

Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 15.50 Uhr
(mit Pause)

Ort Pro Senectute Kurszentrum
St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Sybil Schuler

Kosten Fr. 250.–

Anmeldung bis 1. Oktober

Russisch für AnfängerInnen

Daten **29. Oktober – 8. April 1998**
(20 x ohne 24., 31.12., 25.2., 4.3.)

Tag/Zeit Mittwoch, 16.30 – 17.20 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Madeleine Szirt

Kosten Fr. 210.–

Anmeldung bis 15. Oktober

Russisch für Fortgeschrittene

Daten **29. Oktober – 8. April 1998**
(20 x, ohne 24., 31.12., 25.2., 4.3.)

Tag/Zeit Mittwoch, 17.30 – 18.20 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Madeleine Szirt

Kosten Fr. 210.–

Anmeldung bis 15. Oktober

Latein für Fortgeschrittene

Daten **16. Oktober – 5. Februar 1998**
(15 x ohne 25.12. und 1.1.)

Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 10.45 Uhr

Ort Luftgässlein 3,
Kursraum im Parterre

Leitung Dr. Fritz Meyer

Kosten Fr. 195.–

Anmeldung bis 2. Oktober

Englisch intensiv für AnfängerInnen

Daten **13. Oktober – 27. März 1998**
(20 Wochen, ohne 22./26./29.12.,
2.1., 23.2. – 6.3.)

Tag/Zeit Montag und Freitag

14.00 – 14.50 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Lesley Perfetti

Kosten Fr. 295.–

Anmeldung bis 29. September

Englisch Reisekofferkurs

Eine Einführung in die englische Sprache mit speziellem Blick auf Wortschatz, Redewendungen und einfache grammatikalische Strukturen, die Sie auf der Reise brauchen können.

Daten **16. Oktober – 19. März 1998**
(20 x ohne 25.12., 1.1., 5.3.)

Tag/Zeit Donnerstag, 14.30 – 15.45 Uhr
Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4

Leitung Ruth Keller-Veasey

Kosten Fr. 260.–

Besonderes Für TeilnehmerInnen

ohne Vorkenntnisse

Anmeldung bis 2. Oktober

English Conversation Club

Für TeilnehmerInnen mit guten Englischkenntnissen.

Daten **23. Sep. – 20. Jan. 1998**
(15 x ohne 7., 14.10., 30.12.)

Tag/Zeit Dienstag, 16.00 – 17.15 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4

Leitung Connie Malik

Kosten Fr. 173.50 inkl. Kaffee/Tee

Anmeldung bis 9. September

Club de conversation française

Für TeilnehmerInnen mit guten Französischkenntnissen.

Daten **16. September – 16. Dezember**
(12 x ohne 30.9., 7.10.)

Tag/Zeit Dienstag, 16.15 – 17.30 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 1

Leitung Francine Hanselmann

Kosten Fr. 140.– inkl. Kaffee/Tee

Anmeldung bis 2. September

Turnen in italienischer Sprache

Eine ideale Ergänzung zum Italienischunterricht oder eine prima Möglichkeit, Ihr Italienisch aufzufrischen, ohne «die Schulbank zu drücken». Für TeilnehmerInnen mit italienischen Vorkenntnissen.

Daten **16. Oktober – 18. Dezember**
Tag/Zeit Donnerstag, 10.15 – 11.15 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93

Leitung Monique Mattarelli-Deslex

Kosten Fr. 42.50

Eintritt jederzeit möglich

Deutsch für Fremdsprachige

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bereits über Grundkenntnisse der (hoch-)deutschen Sprache verfügen und im Alltag damit zurechtkommen. Ziel des Kurses ist es, flüssiger sprechen und stilsicherer schreiben zu lernen.

Daten **14. Oktober – 24. März 1998**
(20 x ohne 23./30.12., 24.2., 3.3.)

Tag/Zeit Dienstag, 08.30 – 09.20 Uhr

Ort Pro Senectute Kurszentrum

St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4

Leitung Cornelia Demirkan

Kosten Fr. 250.–

Anmeldung bis 30. September

Baseldytsch für Basler und Baslerinnen

Ein lockerer Lehrgang mit Alt-Ständerat Carl Miville. Kein Fortsetzungskurs der bisherigen Baseldytsch-Kurse.

Daten	29. Oktober – 19. November (4x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 14.00 – 14.50 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4
Leitung	Carl Miville
Kosten	Fr. 40.–
Anmeldung	bis 15. Oktober

Baseldeutsch für Fremdsprachige

Haben Sie Lust, selber Baseldeutsch zu sprechen? Dieser Kurs richtet sich an fremdsprachige Personen.

Daten	19. September – 24. Oktober (6x)
Tag/Zeit	Freitag, 09.00 – 10.15 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93, Kursraum 4
Leitung	Marcel Georg Müller
Kosten	Fr. 138.50
Besonderes	Voraussetzung sind gute Kenntnisse des Schriftdeutschen
Anmeldung	bis 8. September

Deutsch-englische Begegnung

Tagesausflug nach Glarus, Apéro und Begegnung mit einer Englisch-Kursgruppe der Pro Senectute Glarus. Am Vormittag Führung durch die Landesbibliothek und am Nachmittag Stadtführung.

Datum	2. Oktober
Tag/Zeit	Donnerstag, 08.15 – ca. 17.30 Uhr
Treffpunkt	08.15 Uhr Heumattstrasse hinter dem Bahnhof
Leitung	Astrid Brunner, Englischkursleiterin der Pro Senectute Glarus
Kosten	Fr. 75.– (exkl. Mittagessen)
Anmeldung	bis 15. September

Sport und Bewegung

Unfallversicherung

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer (ab dem 55. Altersjahr) unserer Sportgruppen sind während den Sportlektionen sowie auf dem direkten Hin- und Rückweg durch die Pro Senectute gegen nichtgedeckte Unfallkosten kollektiv versichert.

Es handelt sich dabei um eine Zusatzversicherung zu Ihrer privaten Unfallversicherung.

Gym 60-Turnen

Für Männer und Frauen ab 55 Jahren in Turnhallen und Gymnastikräumen. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt). Die Angebote finden – ausser in den Schulferien – laufend statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement Fr. 85.–

Grossbasel

Christoph-Merian-Schulhaus

Emanuel-Büchel-Strasse 45
Montag, 16.30 Uhr (Frauen)

Kurszentrum Pro Senectute

St. Alban-Vorstadt 93
Dienstag, 08.30, 09.30 Uhr

Gotthelfschulhaus

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

Missionshaus-Turnhalle

Nonnenweg 34
Mittwoch, 14.30 Uhr

Neubadschulhaus

Marschalkenstrasse 120
Turnhalle Ost: Montag 17.00 Uhr
Turnhalle West: Donnerstag 16.30 Uhr

Providentiasaal Heiligegeist

Laufenstrasse 46
Freitag, 14.30 Uhr (Männer)

Kleinbasel/Riehen/Bettingen

Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79
Montag, 09.00 Uhr und 10.00 Uhr
Donnerstag, 09.00 Uhr und 10.00 Uhr

Wasserstelzen 2

Dienstag, 15.10 Uhr

Bettingen Schulhaus Turnhalle

Mittwoch, 14.30 Uhr

Turnen

Für weniger geübte Frauen und Männer in verschiedenen Lokalen und Gymnastikräumen. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt).

Die Angebote finden – ausser in den Schulferien – laufend statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement Fr. 85.–

Grossbasel

Allerheiligen Pfarreiheim

Laupenring 40
Dienstag, 14.00 Uhr

St. Anton Pfarreiheim

Kannenfeldstrasse 35
Montag, 14.00 Uhr, 15.15 Uhr
Dienstag, 14.30 Uhr

Don Bosco Pfarreiheim

Waldenburgerstrasse 32
Dienstag, 14.30 Uhr

Kurszentrum Pro Senectute

St. Alban-Vorstadt 93
Dienstag, 10.30 Uhr
Dienstag, 14.15 Uhr

Eglise française

Holbeinplatz 7

Groupe de langue française

Lundi, 9.15 h (hommes), Vendredi, 14.30 h
Freitag, 09.00 Uhr (nur Frauen)

Nuovo Centro Pro Senectute

St. Alban-Vorstadt 93
corso tenuto in lingua italiana
lunedì, ore 10.30
giovedì, ore 09.00

Gundeldingerhof Alterssiedlung

Bruderholzweg 3
Mittwoch, 08.30 Uhr

St. Leonhard Alterssiedlung

Schweizergasse 23
Freitag, 14.30 Uhr

Ökolampad Gemeindehaus

Allschwilerplatz 22
Dienstag, 09.30 Uhr (Männer), 14.30 Uhr

Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung

Dienstag, 09.00 Uhr
Donnerstag, 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (Männer)

Providentiasaal Heiligegeist

Laufenstrasse 46
Mittwoch, 14.30 Uhr

Radsporthalle

Luzernerringbrücke
Dienstag, 08.30 Uhr, 09.30 Uhr
Donnerstag, 08.30 Uhr, 09.30 Uhr

Saal am Dych

Redingstrasse/Gellertstrasse 151
Dienstag, 09.00 Uhr

Stephanus Gemeindehaus

Furkastrasse 12
Dienstag, 14.00 Uhr

Thomaskirche

Hegenheimerstrasse 227
Donnerstag, 15.00 Uhr

Tituskirche

Im Tiefen Boden 75
Dienstag, 10.00 Uhr, Mittwoch 09.30 Uhr

Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43
Montag, 08.00 Uhr, 09.00 Uhr

Wibrandishaus Alterssiedlung

Allschwilerplatz 9
Donnerstag, 09.45 Uhr

Wilhelm-Klein-Strasse 19

Alterssiedlung
Donnerstag, 14.30 Uhr

Zum Wasserturm

Betagtenzentrum und Pflegeheim
Giornicostrasse 144
Donnerstag, 09.30 Uhr

Zwinglihaus

Gundeldingerstrasse 370
Donnerstag 09.00 Uhr
Freitag, 15.00 Uhr

Kleinbasel**St. Clara Pfarrei**

Lindenberg 12

Dienstag, 09.30 Uhr

Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79

Montag, 15.30 Uhr

Glaibasel Altersheim

Sperrstrasse 100

Donnerstag, 14.30 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus

Wiesendamm 30

Montag, 14.00 Uhr

Dienstag, 14.45 Uhr

St. Markus Gemeindehaus

Kleinriehenstrasse 71

Donnerstag, 09.30 Uhr

St. Matthäus Gemeindehaus

Klybeckstrasse 95

Montag, 14.45 Uhr

Dienstag, 09.30 Uhr (Männer)

Rankhof Alterssiedlung

Rankhof 10, Saal

Freitag, 09.30 Uhr

St. Theodor Gemeindehaus

Claragraben 43

Mittwoch, 14.15 Uhr

Donnerstag, 09.00 Uhr

Wesleyhaus Alterssiedlung

Hammerstrasse 88

Montag, 16.00 Uhr

Riehen**Andreashaus**

Keltenweg 41

Montag, 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (Männer)

Diakonissen-Schwesternhaus, Turnsaal

Schützengasse 66

Montag, 14.15 Uhr

Mittwoch, 09.30 Uhr

St. Franziskus Pfarreiheim

Äussere Baselstrasse 170

Mittwoch, 09.00 Uhr

Kornfeldkirche

Kornfeldstrasse 51

Dienstag, 15.00 Uhr

Turnen in italienischer Sprache

Ausschreibekurs (Seite 10).

Schwimmen und Wassergymnastik

In geheizten Schwimmbecken, für Schwimmer und Nichtschwimmer, Lektionen à 45 Minuten. Die Angebote finden – ausser in den Schulferien – laufend statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement:

Fr. 125.–, inkl. Eintritt

Grossbasel**Dalbehof**

Kapellenstrasse 17

Montag 09.30 Uhr

10.15 Uhr

Dienstag 09.00 Uhr

09.45 Uhr

Donnerstag 14.00 Uhr

Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43

Montag 09.30 Uhr, 10.15 Uhr

14.00 Uhr, 14.45 Uhr

15.30 Uhr, 16.15 Uhr

Dienstag 08.30 Uhr, 09.15 Uhr

14.00 Uhr, 14.45 Uhr

Mittwoch 14.00 Uhr, 14.45 Uhr

Kleinbasel

Bläischulhaus

Eingang Müllheimerstrasse

Mittwoch 15.30 Uhr*, 16.15 Uhr

(*Wassertiefe 2 m)

Hallenbad La Roche

Grenzacherstrasse 124

Mittwoch 08.30 Uhr, 09.15 Uhr

Waisenhaus

Theodorskirchplatz 7

Dienstag 09.15 Uhr

Mittwoch 09.00 Uhr, 09.45 Uhr

Wasserstelzenschulhaus

Wasserstelzenstrasse

Mittwoch 15.30 Uhr

Rückenschwimmkurs für Anfänger

In diesem Kurs haben sie die Möglichkeit, unter der Leitung erfahrener Schwimmleiterinnen sicher und angstfrei schwimmen zu lernen.

Datum **21. Oktober – 9. Dezember (8x)**

Tag/Zeit Dienstag, 09.15 – 10.00 Uhr

Ort Hallenbad La Roche
Grenzacherstrasse 124, Bau 7

Leitung Yvonne Beeler, Cécile Vecchioli

Kosten Fr. 90.–

Anmeldung bis 6. Oktober

Rücken-/Brustschwimmkurs

In diesem Kurs können Sie Ihr Rückenschwimmen verbessern und das stilgerechte Brustschwimmen erlernen.

Datum **21. Oktober – 9. Dezember (8x)**

Tag/Zeit Dienstag, 08.30 – 09.15 Uhr

Ort Hallenbad La Roche,
Grenzacherstrasse 124, Bau 7

Leitung Yvonne Beeler, Cécile Vecchioli

Kosten Fr. 90.–

Anmeldung bis 6. Oktober

Aquafit

Aquafit ist eine Kombination aus Wassergymnastik und Tiefwasserlaufen. Die wohltuende Wirkung des Wassers löst Verkrampfungen und hält Ihre Muskeln geschmeidig. Das Wasserlaufen ist geeignet für Fitnessbewusste und für Menschen jeden Alters.

Daten **14. Oktober – 16. Dezember (10x)**

Tag/Zeit Dienstag, 13.15 – 14.15 Uhr

Ort Hallenbad Muttentz

Baselstrasse 89

Leitung Ursula Zoller

Kosten Fr. 115.– exkl. Hallenbadeintritt
(Einzeleintritt Fr. 7.–, Abo 12 Eintritte Fr. 70.–)

Anmeldung bis 29. September

Kurzentrum Rheinfelden

Spezielle Wassergymnastik im 33°C warmen Natursole-Heilbad unter der Leitung erfahrener TherapeutInnen. Freies Schwimmen möglich. Hin- und Rückfahrt mit Achermann-Car.

Datum **Dienstag,
8. Juli – 16. September und
Dienstag,
7. Oktober – 16. Dezember**Abfahrtszeiten 08.35 Uhr Mustermesse
vis-à-vis Taxistand Riehenring
08.45 Uhr Gartenstrasse
(Bankverein-Gebäude)Kosten pro Mal: Fr. 11.– Eintritt und Fr.
10.– Carfahrt (einmaliger Organisationsbeitrag Fr. 4.– pro Kur)

Anmeldung nicht erforderlich

Minitennis

Minitennis – auch Kleinfeldtennis genannt – wird mit leichten Rackets und Softtennisbällen im Doppel gespielt. Keine Vorkenntnisse nötig.

Tag/Zeit Mittwoch, 9.00 und 10.00 Uhr

Ort St. Jakobshalle

Leitung Eva Guiglia

Kosten Fr. 160.– pro Semester

Ausrüstung Turnkleidung, Hallensportschuhe.
Rackets und Softbälle werden zur Verfügung gestellt.

Anmeldung erforderlich, Eintritt jederzeit

Tischtennis**Lukas-Saal der Schmiedenzunft**

Rümelinsplatz 4

Freitag, 09.00 und 14.30 Uhr

St. Matthäus Gemeindehaus

Klybeckstrasse 95

Donnerstag, 09.00 Uhr

Anmeldung unter Tel. 481 16 41

Tennis

Im Sommer auf Aussenplätzen, im Winter und bei schlechtem Wetter in der Halle. Gespielt wird in der Regel im Doppel.

Zeit	Montag bis Freitag vormittags
Spielort	Tenniszentrum Bächliacker Frenkendorf
Kosten	Saisonabonnement: Winter ca. Fr. 250.– (Oktober bis April) Sommer ca. Fr. 155.– (April bis September)
Anmeldung	unter Tel. 691 06 87

Tennis für AnfängerInnen

Mit Spiel und Spass erlernen Sie die Grundschläge und die Tennisregeln.

Daten	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 09.00 – 10.00 Uhr
Ort	Tenniszentrum Münchenstein, Reinacherstrasse 66, Münchenstein
Leitung	Evelyne de Roche
Kosten	Fr. 215.– bei 4 TeilnehmerInnen Fr. 290.– bei 3 TeilnehmerInnen Fr. 430.– bei 2 TeilnehmerInnen
Besonderes	Tennisrackets können gratis zur Verfügung gestellt werden. Gespielt wird auf Sandplätzen.
Anmeldung	bis 26. September

Tennis für Fortgeschrittene

Sie üben die Grund- und Spezialschläge sowie das Doppel- und Einzelspiel. Anschliessend besteht die Möglichkeit, in unserer Tennisgruppe weiterzuspielen.

Daten	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr
Ort	Tenniszentrum Münchenstein, Reinacherstrasse 66, Münchenstein
Leitung	Evelyne de Roche
Kosten	Fr. 215.– bei 4 TeilnehmerInnen Fr. 290.– bei 3 TeilnehmerInnen Fr. 430.– bei 2 TeilnehmerInnen
Besonderes	Tennisrackets können gratis zur Verfügung gestellt werden. Gespielt wird auf Sandplätzen.
Anmeldung	bis 26. September

Badminton

Badminton – der ideale Freizeitsport. Mit wenig Aufwand kann Badminton überall gespielt werden, sowohl draussen als auch in der Halle. Auf vergnügliche Art lernen und üben Sie in unserem Kurs die Grund- und Spezialschläge im Einzel- und Doppelspiel. Keine Vorkenntnisse nötig

Daten	15. Oktober – 17. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 11.00 – 12.00 Uhr
Ort	St. Jakobshalle
Leitung	Eva Guiglia
Kosten	Fr. 105.–
Besonderes	Rackets und Shuttles werden zur Verfügung gestellt
Anmeldung	bis 26. September

Pétanque

Pétanque oder Boule – das Spiel mit den Kugeln. Das ist stets ein bisschen Süden und ein bisschen Ferien. Kommen Sie und probieren Sie es aus! Vorkenntnisse braucht es keine.

Daten	10. September – 15. Oktober (6x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr
Ort	Schützenmattpark
Treffpunkt	Wielandplatz, Bus Nr. 33
Leitung	Ruedi Wiesendanger
Kosten	Fr. 95.–
Besonderes	Material wird zur Verfügung gestellt
Anmeldung	bis 25. August

Kegeln

Wöchentlich, 14.30 – 17.30 Uhr
Auskunft über Ort und Wochentag bei:
Paul Häring, Telefon 601 66 26

Rhythmische Gymnastik

Spielerische Gymnastik für aufgestellte Frauen und Männer. Sie bewegen sich zu beschwingten Rhythmen, kräftigen die Muskulatur und verbessern so Ihre Mobilität im Alltag.

Daten	13. Oktober – 8. Dezember (9x)
Tag/Zeit	Montag, 09.30 – 10.30 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Eva Däppen
Kosten	Fr. 81.–
Anmeldung	bis 29. September

Kreatives Bewegen

Sie üben auf vergnügliche Art und Weise Ihre Beweglichkeit. Mit Gymnastik, Musik und freiem Tanz werden Verkrampfungen gelöst, was das allgemeine Wohlbefinden steigert.

Daten	15. Oktober – 19. November (6x)
Tag/Zeit	Freitag, 15.40 – 16.40 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Christina Burkhalter
Kosten	Fr. 60.–
Anmeldung	bis 29. September

Jazz-Gymnastik

Ein Kurs für Frauen und Männer, die sich gerne bewegen und moderne Musik mögen. Auch für AnfängerInnen.

Daten	14. Oktober – 16. Dezember (10x)
Tag/Zeit	Dienstag, 15.00 – 16.00 Uhr
Ort	Gymnastikraum der Eglise française Holbeinplatz 7
Leitung	Franziska Thomke
Kosten	Fr. 90.–
Anmeldung	bis 29. September

Beckenbodenkurs

Blasenschwäche – Was kann ich dagegen tun? Mit gezielten Übungen kräftigen wir die Beckenbodenmuskulatur und lernen unangenehme Alltagssituationen zu verbessern.

Daten	5. September – 26. September (4x)
Kurs I	17. Oktober – 7. November (4x)
Tag/Zeit	Freitag, 09.00 – 10.30 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Beatrice Meier-Keller Physiotherapeutin
Kosten	Fr. 55.–
Anmeldung	Kurs I bis 22. August, Kurs II bis 3. Oktober

Selbstverteidigung / Grundkurs

Ein Kurs für Frauen.
Richtiges Verhalten in bedrohlichen Situationen altersgerecht üben. Schulung der Reaktion und Koordination. Welche Vorsichtsmassnahmen können getroffen werden und wie wird das Selbstbewusstsein gestärkt.

Daten	13. Oktober – 1. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Montag, 14.15 – 15.45 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Mädi Hauert
Kosten	Fr. 120.–
Anmeldung	bis 29. September

Selbstverteidigung / Aufbaukurs 1a

Für Frauen, die schon einen Grundkurs besucht haben.

Daten	13. Oktober – 1. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Montag, 16.00 – 17.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Mädi Hauert
Kosten	Fr. 80.–
Anmeldung	bis 29. September

Selbstverteidigung / Aufbaukurs 1b

Für Frauen, die schon einen Grundkurs besucht haben.

Daten	13. Oktober – 1. Dezember (8x)
Tag/Zeit	Montag, 17.00 – 18.00 Uhr
Ort	Pro Senectute Kurszentrum St. Alban-Vorstadt 93
Leitung	Mädi Hauert
Kosten	Fr. 80.–
Anmeldung	bis 29. September

Betreutes Fitness- und Krafttraining

Unter der kundigen Leitung einer dipl. Turnlehrerin verbessern Sie Ihre Kondition, trainieren Ihre Muskulatur und verhelfen sich so gesamt-haft zu einer guten körperlichen und geistigen Verfassung und positiven Lebenseinstellung. Darüber hinaus können Sie von Mo – Fr zw. 07.00 und 17.00 Uhr und Sa/So zw. 09.00 und 17.00 Uhr die ganze Infrastruktur (inkl. Sauna) des modern ausgerüsteten Fitodrom-Centers benützen.

Daten	16. September – 16. Dezember (27x)
Tag/Zeit	Dienstag und Donnerstag, 08.00 – 09.00 Uhr
Ort	Fitodrom Fitness-Center, Lange Gasse 90 / Ecke Hardstrasse
Leitung	Bea Tschamper (eidg. dipl. Turn- u. Sportlehrerin)
Kosten	Fr. 375.–
Besonderes	Bitte ärztliches Attest mitbringen, dass Sie in guter körperlicher Verfassung sind. Ausrüstung: saubere Turnschuhe, Turnbekleidung, Frottéetuch
Anmeldung	bis 1. September

Volkstanz

Wir lernen Tänze aus verschiedenen Ländern. Musik, Rhythmus und Bewegung bringen Fröhlichkeit und Entspannung in jede Tanzstunde. Das Volkstanz findet – ausser in den Schulferien – immer statt.

Eintritt jederzeit möglich.

Halbjahres-Abonnement Fr. 85.–

Grossbasel**Alban-Breite Alterszentrum**

Zürcherstrasse 143
Freitag, 15.00 Uhr

Stephanus Kirchgemeindehaus

Furkastrasse 12
Freitag, 14.30 Uhr

St. Johannes Gemeindehaus

Am Kräyenrain 24
Montag, 14.45 Uhr

Zum Wasserturm

Betagtenzentrum und Pflegeheim
Giornicostrasse 144

Montag, 09.30 Uhr

Zwinglihaus

Gundeldingerstrasse 370

Freitag, 09.30 Uhr

Kleinbasel**Rankhof Alterssiedlung**

Rankhof 10, Saal

Freitag, 15.00 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus

Wiesendamm 30

Donnerstag, 09.30 Uhr

Riehen**Freizeitanlage Landauer**

Blutrainweg 12

Montag, 14.30 Uhr, 16.15 Uhr

Haus zum Wendelin

Inzlingerstrasse 50

Freitag, 09.30 Uhr

Volkstanz-Schnupperstunden

Tanzen beschwingt den Alltag. Das fröhliche, gemeinsame Tanzen klingt noch lange nach. In allen unseren Volkstanzgruppen sind Sie jederzeit herzlich willkommen. Wir laden Sie ein zu einer kostenlosen Schnupperstunde. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Daten	19. September, 21. November
Tag/Zeit	Freitag, 15.00 – 16.00 Uhr
Ort	Alterszentrum Alban-Breite Zürcherstrasse 143
Leitung	Esther Mollenkopf

Datum	31. Oktober
Tag/Zeit	Freitag, 14.30 – 15.30 Uhr
Ort	Stephanus Kirchgemeindehaus Furkastrasse 12
Leitung	Esther Appenzeller, Lotty Herrmann

Daten	22. September und 20. Oktober
Tag/Zeit	Montag, 09.30 – 10.30 Uhr
Ort	Alterszentrum Zum Wasserturm Giornicostrasse 144
Leitung	Erika Schütze

Datum	24. Oktober
Tag/Zeit	Freitag, 09.30 – 10.30 Uhr
Ort	Haus zum Wendelin Inzlingerstrasse 50
Leitung	Yvonne Knöri, Ursula Stalder

Daten	17. Oktober und 24. Oktober
Tag/Zeit	Freitag, 15.00 – 16.00 Uhr
Ort	Rankhof Alterssiedlung Rankhof 10
Leitung	Vreni Schaub und Erika Schütze

Daten	17. Oktober und 14. November
Tag/Zeit	Freitag, 09.30 – 10.30 Uhr

Ort	Zwinglihaus-Kirchgemeindehaus Gundeldingerstrasse 370
Leitung	Susanne Bolliger

Mitnehmen	Bequeme, flache Schuhe oder Gymnastikschläppli (keine Strassenschuhe).
-----------	---

Round Dances Schnuppertag

Lernen Sie die Welt der Round Dances kennen. Kommen Sie alleine oder zu zweit und erleben Sie einen beschwingten Nachmittag. Das Schnuppern ist gratis.

Datum	17. Oktober
Tag/Zeit	Freitag, 14.30 – 16.00 Uhr
Ort	Providentia Pfarreiheim Heiliggeist Laufenstrasse 46, 1. Stock
Leitung	Susanne Bolliger-Heuss
Kosten:	gratis
Kleidung	Bequeme Kleidung und Schuhe
Anmeldung	bis 15. Oktober

Round Dances / Anfängerkurs

Round Dances sind Paartänze aus Amerika mit vorgeschriebenen Figurenfolgen im Twostep- und Walzerhythmus. Sie stammen teilweise aus der Volkstanz-Tradition, teilweise aus dem Gesellschaftstanz (Old Time-Tänze).

Im Kurs lernen wir die Figurenfolgen Schritt für Schritt. Zur Auflockerung und zum Vergnügen tanzen wir passende Mixer.

Wenn Sie ein gutes Rhythmusgefühl und Freude an Paartänzen haben (auch Frauenpaare sind möglich), dann melden Sie sich allein oder mit Partner/in an.

Daten	24., 31. Oktober, 14., 21. November, 5., 12. Dezember (6x)
Tag/Zeit	14.15 – 15.45 Uhr
Ort	Providentia Pfarreiheim Heiliggeist Laufenstrasse 46, 1. Stock
Leitung	Susanne Bolliger-Heuss
Kosten	Fr. 60.–
Kleidung	Bequeme Kleidung und Schuhe
Anmeldung	bis 10. Oktober

Round Dances / Aufbaukurs

Für TeilnehmerInnen des letztjährigen Kurses.

Daten	24., 31. Oktober, 14., 21. November, 5., 12. Dezember (6x)
Tag/Zeit	Freitag, 16.00 – 17.30 Uhr
Ort	Providentia Pfarreiheim Heiliggeist Laufenstrasse 46, 1. Stock
Leitung	Susanne Bolliger-Heuss
Kosten	Fr. 60.–
Kleidung	Bequeme Kleidung und Schuhe
Anmeldung	bis 10. Oktober

Gesellschaftstanz

Von Tango über Walzer bis Cha Cha Cha werden die gängigsten Gesellschaftstänze unterrichtet.

AnfängerInnen

Daten **15. Oktober – 17. Dezember (10x)**
 Tag/Zeit Mittwoch, 15.00 – 16.00 Uhr
 Ort Tanzschule Fromm, Freie Strasse 34
 Leitung Bernhard Urfer
 Kosten Fr. 80.–
 Anmeldung bis 30. September

Mittelstufe

Daten **16. Oktober – 18. Dezember (10x)**
 Tag/Zeit Donnerstag, 15.00 – 16.00 Uhr
 Ort Tanzschule Fromm, Freie Strasse 34
 Leitung Bernhard Urfer
 Kosten Fr. 80.–
 Anmeldung bis 30. September

Laufpass mit dem Laufpass

Vita-Parcours, Joggen und Exercise-Walking sind Sportarten im Freien, die, in aufgestellten Gruppen ausgeübt, nicht nur Spass machen, sondern die Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination verbessern – kurz: ideal sind für Geist und Körper. Gut ist es, sich einmal wöchentlich im Freien zu bewegen, noch besser ist es, zwei- bis dreimal zu walken, joggen oder den Vita-Parcours zu absolvieren. Mit dem **Laufpass für nur Fr. 85.– pro Semester** können Sie – nach Lust und Laune – an einem, zwei, drei oder vier Tagen in der Woche in einer Gruppe mitlaufen (Anmeldung nicht erforderlich):

Dienstag 09.30 – 10.30 Uhr
Laufträff Lange Erlen
 Freitag 09.30 – 10.30 Uhr
Laufträff Lange Erlen
 Treffpunkt 09.15 Uhr Schorenweg 117, Ökonomiegebäude beim Sportplatz Schorenmatte (Bus 36 bis Schorenweg). Es steht eine Garderobe mit Dusche zur Verfügung.
 Mittwoch 09.00 – 10.00 Uhr
Exercise-Walking (sportliches Gehen) in Brüglingen
 Freitag 09.00 – 10.00 Uhr
Exercise-Walking (sportliches Gehen) in Brüglingen
 Treffpunkt 08.45 Uhr
 vor dem Pro Senectute-Haus St. Jakob, Brüglingerstrasse 113 (Tram 14 und Bus 36, Parkplätze vis-à-vis bei der Sporthalle St. Jakob). Es steht eine Garderobe mit Dusche zur Verfügung.

Donnerstag 09.00 – 10.00 Uhr
Vita-Parcours Allschwilerwald
 Donnerstag 09.00 – 10.00 Uhr
Laufträff Allschwilerwald
 Treffpunkt 08.45 Uhr
 beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5 Min. zu Fuss Richtung Schiessstand). Es steht eine Garderobe zur Verfügung.

Ferienwoche Langlauf

Datum **10. – 17. Januar 1998**
 Ort Seefeld
 Leitung LeiterInnen der Pro Senectute Basel-Stadt
 Kosten Fr. 870.– (bei 20 TeilnehmerInnen)
 Fr. 800.– (bei 25 TeilnehmerInnen)
 Auskunft Für nähere Angaben verlangen Sie bitte unser Detailprogramm
 Anmeldung bis 30. September 1997

Velofahren

Von April bis Oktober führen wir regelmässige Velotouren durch. Diese werden begleitet von erfahrenen Tourenleitern des Schweizerischen Rad- und Motorfahrerbandes (SRB) sowie der Pro Senectute (bei jeder Witterung).

Anmeldung nicht erforderlich
 Auskunft Godi Egloff, Tel. 461 12 73
Teilnehmerbeiträge
 Saisonabonnement April – Oktober Fr. 50.–
 Einzelbeitrag pro Fahrt Fr. 5.–

Mo 15. Sept. Schorenweg 117 (Sportplatz Schorenmatte)
 09.00 Uhr Der Wiese entlang nach Steinen (Znüni) – Schlächtenhaus – Scheideck 541 m ü.M. – **Kandern** (Mittagessen) – Hammerstein – Binzen – Weil – Lange Erlen, ca. 60 km
 Leitung Godi Egloff

Do 25. Sept. Schorenweg 117, (Sportplatz Schorenmatte)
 13.30 Uhr Weil – Haltingen – Binzen – Fischingen – **Egringen** (Zvieri) – Efigen – Märkt – Kleinhüningen, ca. 30 km
 Leitung Jean-Pierre Périsset

Mo 6. Okt. Birsfelden (Endstation Tram 3)
 09.00 Uhr Schweizerhalle – Augst – Rheinfelden (Znüni) – Möhlin – Zuzgen – **Wegenstetten** (Mittagessen) – Ormalingen – Gelterkinden – Pratteln – St. Jakob, ca. 65 km
 Leitung Georg Uecker

Do 16. Okt. Dorenbachcenter Binningen
 08.30 Uhr Oberwil – Therwil – Leymen – ganztags Wolschwiller (Znüni) – Hippoltskirch 455 m ü.M. – Blochmont 680 m ü.M. – **Kiffis** (Mittagessen) – Kleinlützel – Laufen – Aesch – St. Jakob, ca. 70 km
 Leitung Jean-Pierre Périsset

Mo 27. Okt. Dorenbachcenter Binningen
 13.30 Uhr Oberwil – Therwil – Ettingen – Aesch – **Reinach** (Rest. Waage) – Rückweg der Birs entlang nach Münchenstein (Spengler), ca. 25 km
 Leitung Kurt Knecht

Wandern

Wanderungen in der näheren Umgebung von Basel. Dauer der Wanderungen zwischen 1 und 5 Stunden. Durchführung bei jedem Wetter (evtl. Änderung der vorgesehenen Route).

Sie entscheiden nach Lust und Laune, an welcher Wanderung Sie gerne teilnehmen möchten.

Teilnehmerbeiträge

Einzelbeitrag Fr. 5.–
 Semesterbeitrag Fr. 85.–

Anmeldung nicht erforderlich (wenn nichts anderes vermerkt ist).

Mitzunehmen Gute Schuhe, Regenschutz, Tram- und Bahnabonnemente (U-Abo, Halbtax-Abo), Pass oder ID-Karte bei evtl. Grenzübertritt.

Montag

2½ – 3 Stunden

Leitung

Jacqueline Bloch Telefon 272 53 67
 Heidi Gunti Telefon 421 03 74
 Rita Waech Telefon 281 33 94

29. Sept. Schalterhalle SBB
 10.20 Uhr Abfahrt 10.38 nach Laufen. Mit Bus nach **Neumühle**. Rundwanderung über Glaserberg. Picknick und ID mitnehmen

27. Okt. Schalterhalle SBB
 10.40 Uhr Abfahrt 10.53 Uhr über Liestal nach **Windentalhöhe**. Wanderung ums Stächpalmenhegli – Ruine Altenberg – Kaiseraugst.

24. Nov. Schalterhalle SBB
11.50 Uhr Abfahrt 12.06 Uhr über Laufen nach **Nenzlingen**. Wanderung Nenzlingerweid – Ruine Pfeffingen – Aesch.

Dienstag 1

ca. 2 Stunden

Leitung

Esther Stauffer Telefon 271 76 16
Charlotte Lüchinger Telefon 361 88 87

16. Sept. Schalterhalle SBB
13.25 Uhr Abfahrt 13.38 Uhr nach Dornach. Bus 13.53 nach **Hochwald**. Wanderung: Hochwald – Ponyranch/Seewen.

14. Okt. Schalterhalle SBB
12.00 Uhr Abfahrt 12.15 Uhr nach **Kaisten**. Wanderung nach Sisseln.

11. Nov. Tramhaltestelle Allschwil Dorf
12.45 Uhr Abfahrt 12.59 Uhr mit Bus 61 nach **Schönenbuch**. Wanderung: Schönenbuch – Neuwiller – Oberwil. ID und Franzosenfranken mitnehmen.

Dienstag 2

3 – 4 Stunden

Bitte immer kleines Picknick mitnehmen

Leitung

Annemarie Zurflüh Telefon 421 56 16
Hansjörg Salathé Telefon 601 46 85

9. Sept. Schalterhalle SBB
08.10 Uhr Abfahrt 08.30 Uhr nach Olten, Burgdorf, Biglen. Mit dem Postauto auf die **Moosegg. Emotional-Wanderung**: Moosegg – Mützlenberg – Rüderswil – Ranflüh – Ramisberg – Ramsei.



23. Sept. Schalterhalle SBB
08.30 Uhr Abfahrt 08.46 Uhr nach Sissach, **Läufelfingen**. Wanderung: Läufelfingen – Eptingen – Reigoldswil.

21. Okt. Schalterhalle SBB
09.20 Uhr Abfahrt 09.35 Uhr nach Rheinfelden, **Mumpf**. Wanderung: Mumpf – Wegestetten – Anwil.

4. Nov. Schalterhalle SBB
08.30 Uhr Abfahrt 08.53 Uhr nach Olten. Mit dem Postauto auf den **Unt. Hauenstein**.

Wanderung: Unt. Hauenstein – Froburg – Leutschenberg – Schafmatt – Oltingen.

18. Nov. Schalterhalle SBB
10.00 Uhr Abfahrt 10.15 nach **Augst**. Wanderung: Augst – Schleifenberg – Liestal.

Mittwoch 1

2 – 3 Stunden

Leitung

Brigitte Helbing Telefon 601 26 25
Berta Windisch Telefon 312 55 45

10. Sept. Schalterhalle SBB
10.40 Uhr Abfahrt 10.53 Uhr nach Sissach. Mit dem Bus Nr. 107 nach **Eptingen**. Wanderung über Birch nach Bennwil. Wanderzeit ca. 2½ Std.

15. Okt. Schalterhalle SBB
10.05 Uhr Abfahrt 10.15 Uhr nach Laufenburg. Mit Bus Nr. 141 nach **Bütz/Sulz AG**. Wanderung nach Mettau evtl. bis Schwaderloch. Wanderzeit ca. 2½ Std.

12. Nov. Schalterhalle SBB
10.00 Uhr Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden. Mit Bus Nr. 102 nach **Anwil**. Wanderung nach Asphof – Rothenfluh. Wanderzeit ca. 2½ Std.

Mittwoch 2

2 – 3 Stunden

Leitung

Liliane Ottenburg Telefon 691 70 69
Juliette Kieffer Telefon 601 68 09

24. Sept. Schalterhalle SBB
10.15 Uhr Abfahrt 10.30 Uhr nach Gelterkinden. Mit dem Postauto 11.13 Uhr nach **Rünenberg**. Wanderung nach Läufelfingen. Steigungen ca. 200 m. Wanderzeit ca. 2½ Stunden.

29. Okt. Aeschenplatz Tramstation 14er
10.50 Uhr Abfahrt 10.56 Uhr mit Tram nach **Pratteln**. Wanderung über den Bienenberg – Röserental – Liestal. Wanderzeit ca. 2½ Stunden.

26. Nov. Aeschenplatz Tramstation 10er
10.40 Uhr Abfahrt 10.46 Uhr nach Dornach. Mit dem Postauto 11.15 Uhr nach **Gempen**. Wanderung nach Muttentz. Wanderzeit ca. 3 Std.

Freitag 1

ca. 2 Stunden

Leitung

Berta Windisch Telefon 312 55 45
Brigitte Helbing Telefon 601 26 25

19. Sept. Schalterhalle SBB
10.40 Uhr Abfahrt 10.51 Uhr nach Rheinfelden. Mit Bus Nr. 100 nach **Buuseregg**. Wanderung Farnsburg – Homberg – Gelterkinden. Wanderzeit ca. 1½ Std.

31. Okt. Schalterhalle SBB
10.40 Uhr Abfahrt 10.53 Uhr nach Liestal. Mit Bus Nr. 74 nach **Hersberg**. Wanderung nach Magden. Wanderzeit ca. 1½ Std.

14. Nov. Schalterhalle SBB
10.40 Uhr Abfahrt 10.51 Uhr nach Rheinfelden. Mit Bus Nr. 100 nach **Magden**. Wanderung nach Nusshof. Wanderzeit ca. 1½ Std.

Gemütliches Spazieren – Freitag 2

ca. 1½ Std.

Ein Geschenk von Club 65 für Betagte. Einmal im Monat zusammen gemütlich spazieren: Ihr Beitrag wird durch Club 65 bezahlt.

Leitung

Alice Weber 461 56 94
Peter Hoferer

12. Sept. Tramhaltestelle Theater (Tram 10)
12.40 Uhr Abfahrt 12.51 Uhr nach Flüh. Mit Bus nach **Hofstetten**. Wanderung über Rotberg nach Mariastein.

10. Okt. Schalterhalle SBB
12.00 Uhr Abfahrt 12.22 Uhr nach Laufen, mit Bus Richtung **Liesberg**. Wanderung der Birs entlang nach Bärschwil.

7. Nov. Schalterhalle SBB
12.15 Uhr Abfahrt 12.38 Uhr nach **Zwingen**. Herbstwanderung nach Grellingen.