

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (2012)  
**Heft:** 3: ckdt : eine Basler Familie

**Register:** Bildung

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

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

# Bildung

- Kultur
- Sprachen
- Computer & Fotografie

## UNSERE KURSE

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

Unsere Kurse finden tagsüber statt.

## KURSARTEN

- Semesterkurse
- Zeitlich befristete Kurse

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

## UNSERE KURS ZENTREN

- **Akzent Forum**, Rheinfelderstr. 29, Basel
- **Akzent Forum**, Bahnhofstr. 4, Liestal

## WEITERE KURSORTE

In weiteren Gemeinden des Kantons

### Basel-Landschaft:

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

# Kultur

## Führungen & Vorträge

Führungen (F), Vorträge (V)

### AUF EINEN BLICK

#### Juni

- 19.06. Schiller – Verdi (V)
- 20.06. Antike, überall präsent (F)
- 22.06. Brauerei Unser Bier (F)
- 25.06. CKDT – die Burckhardts (V)
- 25.06. Die Birs im Zeiten-Wandel (F)
- 26.06. Heilkraut & Wildgemüse, Andelsbachtal (F)
- 27.06. Ayurveda in täglicher Anwendung (V)

#### August

- 13.08. Augusta Raurica (F)
- 15.08. Strassentauben (F)
- 16.08. Den Humanisten auf der Spur (F)
- 17.08. Bestattungskultur auf dem Hörnli (F)
- 20.08. Jeff Koons in der Fondation Beyeler (F)
- 21.08. Maya Kalender – Irrtum und Wahrheit? (V)
- 22.08. Birsigtunnel (F)
- 23.08. Petite Camargue (F)
- 24.08. Blaues- und Weisses Haus (F)

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

#### September

- 03.09. Rainer Maria Rilke in Basel (F)
- 04.09. Skulpturengarten von Claire Ochsner (F)
- 05.09. Stadthaus – unsere Bürgergemeinde (F)
- 06.09. Basels historische Bierkultur (F)
- 07.09. Farbe und Stil (V)
- 07.09. Badischer Bahnhof & Bahnhof SBB (F)
- 10.09. Tierpark Lange Erlen (F)
- 11.09. Die Kantonstrennung BS/BL (V)
- 11.09. Bewegung massgeschneidert (V)
- 12.09. Kinesiologie (V)
- 13.09. Baumgartner-Häuser (F)

## Allgemeine Infos zu unseren Angeboten

### INFORMATIONEN & ANMELDUNG

Persönlich  
Mo – Fr 08.00 – 12.00, 14.00 – 16.30 Uhr  
Telefonisch 061 206 44 66  
Mo – Fr 08.30 – 11.30, 14.00 – 16.00 Uhr  
Akzent Forum  
Rheinfelderstr. 29, Basel  
E-Mail info@akzent-forum.ch  
Internet www.akzent-forum.ch

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

### BESONDERES

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

### ANMELDUNG

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

### ABMELDUNGEN

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

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

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

### VERSÄUMTE LEKTIONEN

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

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

### FINANZIELLE HILFE

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

### VERSICHERUNG

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

# Matineen

## AUF EINEN BLICK

### Zunftsaal der Weinleute, am Münsterplatz 14

21.08. Der Maya-Kalender mit Marcus Schneider

11.09. Kantonstrennung BS/BL mit Peter Habicht

30.10. Wiedervereinigung BS/BL

Helmut Hubacher

06.11. Das Fricktal mit Roger Rebmann

27.11. Edelsteine und ihre Geheimnisse mit

Marcus Schneider

### Zunftsaal Schmiedenhof, am Rümelinsplatz

28.08. Goethes Faust mit Marcus Schneider

25.09. Tour de Suisse mit

Helen + Frieder Liebendörfer

23.10. Herbststimmung – Konzert mit Gesang

und Klavier

20.11. Fidelio von Beethoven mit

Marcus Schneider

11.12. Weihnachten bei den Buddenbrooks mit

Helen und Frieder Liebendörfer

## Schiller – Verdi (V)

Schillers Don Carlos bedeutet eine ganze Welt: Begeisterung, Freiheit, Tragödie. In der Vertonung von Verdi erfahren diese Elemente Zuspitzung und Erhöhung durch die neuen dramatischen Mittel.

Datum 19. Juni

Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.15 Uhr

Ort Schmiedenhof Zunftsaal,  
Rümelinsplatz, Basel

Leitung Marcus Schneider

Kosten Fr. 24.–

Anmeldung bis 6. Juni

## Antike, überall präsent (F)

Durch die Jahrhunderte bis heute spielt in unserer Kultur das antike Erbe eine massgebliche Rolle.

Datum 20. Juni

Tag/Zeit Mittwoch, 09.30 – 11.30 Uhr

Treffpunkt 09.25 Uhr, Münsterportal

Leitung Rose Schulz-Rehberg

Kosten Fr. 24.–

Besonderes Gut zu Fuss

Anmeldung bis 6. Juni

## Brauerei Unser Bier (F)

Sie erhalten einen Einblick mit einer unterhaltsamen Diaschau, einer informativen Führung durch die Brauerei und anschliessendem Apéro.

Datum 22. Juni

Tag/Zeit Freitag, 16.00 – 18.00 Uhr

Treffpunkt 15.55 Uhr, Tramstation Bruderholz,  
Tram 15, Basel

Leitung Verein Unser Bier

Kosten Fr. 30.–

Besonderes Gut zu Fuss

Anmeldung bis 7. Juni

## CKDT - die Burckhardts (V)

Das Geschlecht der Burckhardts hat jahrhundertlang die Geschichte der Stadt politisch, wirtschaftlich und kulturell wesentlich geprägt.

Datum 25. Juni

Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.00 Uhr

Ort Weinleute Zunftsaal, Münsterpl. 14

Leitung Helen Liebendörfer

Kosten Fr. 24.–

Anmeldung bis 13. Juni

## Die Birs im Zeiten-Wandel (F)

Besuch dieses Birsabschnittes, der bereits im 17. Jh. korrigiert und für industrielle Zwecke genutzt wurde. Damals und heute, inkl. Fauna und Flora.

Datum 25. Juni

Tag/Zeit Montag, 08.00 – 09.30 Uhr

Treffpunkt 08.00 Uhr, Restaurant Seegarten  
beim See, Grün 80 mit Tram 10

Leitung Werner Gysin, Natur- und Vogel-  
schutzverein Münchenstein

Kosten Fr. 22.–

Besonderes Gut zu Fuss! Wetterfeste Kleidung!  
Feldstecher wenn vorhanden.

Anmeldung bis 11. Juni

## Heilkraut & Wildgemüse Andelsbachtal (F)

Beeren, Samen, Früchte und Kräuter am Weg werden auf ihre Heilwirkung, Essbarkeit und Zubereitung betrachtet und erklärt.

Datum 26. Juni

Tag/Zeit Dienstag, 13.40 – 19.10 Uhr

Treffpunkt 13.40 Uhr, Schalterhalle Basel

Bahnhof SBB, «Treffpunkt»,

13.50 Uhr Abfahrt nach

Laufenburg

Leitung Sonja Wunderlin, Naturärztin

Kosten Fr. 40.– (Zugbillette nach Laufenburg  
selber lösen)

Besonderes Gut zu Fuss! Picknick mitnehmen.

Findet bei jedem Wetter statt.

Anmeldung bis 11. Juni

## Ayurveda in täglicher Anwendung (V)

Welche Anwendungen kann ich persönlich durchführen, was tut gut, wo ist Vorsicht geboten, was gehört in die Hände der Fachperson?

Datum 27. Juni

Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 16.30 Uhr

Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Susanne Lüthy

Kosten Fr. 24.–

Anmeldung bis 13. Juni

## Augusta Raurica drinnen und draussen (F)

Tempel, Thermen und Theater, eine nachgebaute Stadtvilla und ein Silberschatz – bedeutende Zeugnisse römischer Kultur im Norden.

Datum 13. August

Tag/Zeit Montag, 14.00 – 16.00 Uhr

Treffpunkt 13.55 Uhr vor Museum Augusta  
Raurica, Augst

Leitung Rose Schulz-Rehberg,  
Kunsthistorikerin

Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt Fr. 5.–, Muse-  
umspass gültig)

Besonderes Gut zu Fuss

Anmeldung bis 30. Juli

## Unerwünschte Gäste – Strassentauben (F)

Kaum ein anderes Stadttier lebt so eng mit dem Menschen zusammen. Doch die Welt der Taube hat viele Schattenseiten.

Datum 15. August

Tag/Zeit Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr

Treffpunkt 09.50 Uhr St. Johannis Tor, Tram 11

Leitung Anatomisches Museum

Kosten Fr. 24.– (inkl. Eintritt)

Anmeldung bis 3. August

## Den Humanisten auf der Spur (F)

Papiermühlen, Druckoffizien, Gelehrte aus ganz Europa und eine Universität. Basels humanistische Vergangenheit.

Datum 16. August

Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 11.30 Uhr

Treffpunkt 09.25 Uhr vor dem Pharmazie-Mu-  
seum, Totengässlein 3, Basel

Leitung Martina Kuoni

Kosten Fr. 24.–

Besonderes Gut zu Fuss

Anmeldung bis 3. August

## Bestattungskultur auf dem Hörnli (F)

Der Platz der Ruhe ist ein Ort mit einer ganz eigenen Kultur. Aufbahrung und Krematorium werden Ihnen gezeigt.

Datum 17. August

Tag/Zeit Freitag, 10.00 – 11.30 Uhr

Treffpunkt 09.55 Uhr Haupteingang zum  
Friedhof

Leitung Friedhof Hörnli

Kosten Fr. 22.–

Besonderes Gut zu Fuss

Anmeldung bis 3. August

## Jeff Koons im Beyeler Museum (F)

Es ist die erste Ausstellung in der Schweiz über einen der bekanntesten Künstler der Gegenwart.

Datum 20. August

Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.15 Uhr

Treffpunkt 09.55 Uhr vor Eingang

Leitung Fondation Beyeler  
Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt)  
Anmeldung bis 6. August

### Maya Kalender – Irrtum und Wahrheit? (V)

Die Maya waren eine hoch entwickelte Tempelkultur mit astronomischem Wissen. Geht ihr Kalender am 21. Dezember 2012 wirklich zu Ende?

Datum 21. August  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.15 Uhr  
Ort Zunftsaal der Weinleute, Münsterplatz 14, Basel

Leitung Marcus Schneider  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 8. August

### Unterwegs im Birsigtunnel (F)

Von der Heuwaage bis zur Schiffflände entlang dem überdeckten Stadtbach erfahren Sie Wissenswertes zu Geschichte und Wasser.

Datum 22. August  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Treffpunkt Zolli Haupteingang, Basel  
Leitung Ideenreich AG  
Kosten Fr. 25.–  
Besonderes Schuhe mit gutem Sohlenprofil (keine Ledersohlen, offene oder Absatzschuhe). Sehr gut zu Fuss! Rutschiger Boden.

Anmeldung bis 8. August

### Petite Camargue Alsacienne (F)

Bis zu 150 Vogelarten, Amphibien, Schottische Hochlandrinder und andere Tiere leben im Naturschutzgebiet. Anschliessender Besuch der Ausstellung.

Datum 23. August  
Tag/Zeit Donnerstag, 08.00 – ca. 11.30 Uhr  
Treffpunkt 08.00 Uhr Schiffflände, DistriBus 604 bis Neuweg, Abfahrt 08.10 Uhr  
Leitung Petite Camargue  
Kosten Fr. 30.– (inkl. Bus und Eintritt)  
Besonderes Gut zu Fuss!  
Anmeldung bis 13. August

### Blaues – und Weisses Haus (F)

Die Residenz von Seidenherren und ehemaligen Wohnhäuser der Familie Sarasin.

Datum 24. August  
Tag/Zeit Freitag, 18.00 – 19.00 Uhr  
Treffpunkt 17.55 Uhr Rheinsprung 16, Basel  
Leitung Suzanne Meier  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 8. August

### Störche im Zoo (F)

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

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

### Goethes «Faust» (V)

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

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

### Eisenbahndepot «Rotonde» in Delémont (F)

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

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

### Bhutan, Ladakh und Rajasthan (V)

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

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

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

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

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

### Victoriahaus (F)

Das historische Gewächshaus im Jugendstil beherbergt die Königin der Seerosen.

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

### Die in Vergessenheit geratenen Maler (V)

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

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

### Rainer Maria Rilke in Basel (F)

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

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

### Skulpturengarten von Claire Ochsner (F)

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

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

### Stadthaus – unsere Bürgergemeinde (F)

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

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

Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 22. August

### Basels historische Bierkultur (F)

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

Datum 6. September  
Tag/Zeit Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr Andreasplatz beim Brunnen, Basel

Leitung Mike Stoll,  
Religionswissenschaftler

Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 23. August

### Badischer Bahnhof und Bahnhof SBB (F)

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

Daten 7. + 14. September  
Tag/Zeit Freitag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr Schalterhalle Bad. Bahnhof, Basel

Leitung Heinz Studer  
Kosten Fr. 48.–

Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 27. August

### Farbe und Stil (V)

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

Datum 7. September  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29

Leitung Edith Gisin

Kosten Fr. 50.–  
Anmeldung bis 24. August

### Tierpark Lange Erlen (F)

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

Datum 10. September  
Tag/Zeit Montag, 14.00 – ca. 15.30 Uhr  
Treffpunkt 13.55 Uhr Haupteingang Tierpark Bus 36 (von Bad. Bahnhof nur jeder zweite hält bei Lange Erlen!), Basel

Leitung Lange Erlen

Kosten Fr. 22.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 27. August

### Bewegung massgeschneidert (V)

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

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

### Kantonstrennung BS/BL (V)

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

Datum 11. September  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Ort Weinleute Zunftsaal, Münsterpl. 14, Basel

Leitung Peter Habicht

Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 29. August

### Kinesiologie (V)

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

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

### Baumgartnerhäuser – Freidorf Muttenz (F)

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

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

### Gezielte Bewegungsberatung

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

Dauer: 20 Min.  
Ort: Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung: Katrin Ackermann und Silvia Stöcklin, Sportlehrerinnen, Expertinnen Erwachsenensport  
Kosten: gratis

## Kurse

### ANMELDUNG FÜR KURSE

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

### Schnupperkurs Acrylmalen

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

Daten 24. August – 28. September (6x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Rosa Weiss  
Kosten Fr. 150.– (exkl. Material)  
Besonderes Material mitbringen  
Anmeldung bis 8. August

### Einstieg ins kreative Schreiben

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

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

### Aquarellieren/Zeichnen & Acryl

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

#### \_BASEL

Dienstag, 09.00 – 11.00 Uhr  
Mittwoch, 09.00 – 11.00 Uhr  
Donnerstag, 09.00 – 11.00 Uhr

#### \_LIESTAL

Dienstag, 14.00 – 16.00 Uhr

### Altflötenkurs für fortg. Anfänger

Anhand von einfachen klassischen Stücken werden die Tonleiter, das mehrstimmige Zusammenspiel und das «ab Blatt» lesen geübt.

#### \_BASEL

Mittwoch, 11.00 – 12.00 Uhr

## Altflötenkurse für Fortgeschrittene

Sie beherrschen die Tonskalen auf der Flöte und können gut ab Blatt spielen. Das Zusammenspiel von 3- bis 4-stimmigen Stücken sollte kein Problem für Sie sein.

### \_BASEL

Mittwoch, 08.30 – 09.45 Uhr  
Mittwoch, 09.55 – 10.55 Uhr

## Flötenensemble

Das Ensemble besteht aus 16 Teilnehmer/-innen. Alt-, Tenor- und Bass-Flöten sind herzlich willkommen.

### \_BASEL

Mittwoch, 09.30 – 10.45 Uhr  
Dienstag, 14.00 – 15.30 Uhr  
(14-tägig)

## Chor

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

### \_BASEL

Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr

### \_PRATTELN

Mittwoch, 09.30 – 11.00 Uhr

## Kammerorchester

Sie beherrschen Ihr Instrument und möchten das Zusammenspiel üben und geniessen. Gespielt werden klassische Werke aus allen Epochen.

### \_LIESTAL

Freitag, 09.30 – 11.30 Uhr  
(14-tägig)

## Bläser Regio Basel

### \_PRATTELN

Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr

## Handharmonika-Gruppe «Sunneschyn»

### \_BIRSFELDEN

Dienstag, 14.00 – 15.30 Uhr

## Schachtreff

### \_BIRSFELDEN

Montag, 13.30 – 18.00 Uhr

## Senioren-Theater

### \_SISSACH

Tag/Zeit Auf Anfrage

# Sprachen

## UNSER ANGEBOT

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

- Englisch
- Französisch
- Italienisch
- Spanisch

## UNSERE KURSE

Unsere Sprachkurse gibt es als:

- Zeitlich befristete Kurse
- Semesterkurse

## BESONDERE SPRACHKURSE

- Griechisch
- Russisch

## KLEINE GRUPPENGROSSE

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

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

## TEILNAHME/SCHNUPPERN/BERATUNG

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

## SEMESTERKURSE

13. August 2012 bis Mitte Januar 2013

## PREISE

Gruppen (5 – 8 Teilnehmende):

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

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

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

Kleingruppen (3 – 4 Teilnehmende) und befristete Kurse, Fr. 23.– pro Lektion (60 Min.)

# Englisch

## Semesterkurse

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Montag, 10.45 Uhr	Montag, 10.45 Uhr
Montag, 11.00 Uhr	Montag, 14.00 Uhr
Dienstag, 09.45 Uhr	Dienstag, 14.00 Uhr
Dienstag, 15.15 Uhr	Dienstag, 15.15 Uhr
Mittwoch, 08.15 Uhr	Freitag, 08.45 Uhr
Freitag, 10.00 Uhr	Freitag, 11.15 Uhr

#### \_LIESTAL

Donnerstag, 15.15 Uhr

## Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Montag, 08.30 Uhr	Montag, 09.45 Uhr
Montag, 10.00 Uhr	Montag, 14.00 Uhr
Dienstag, 08.30 Uhr	Dienstag, 11.00 Uhr
Mittwoch, 08.30 Uhr	Mittwoch, 09.30 Uhr
Mittwoch, 11.00 Uhr	Donnerstag, 15.15 Uhr

#### \_GELTERKINDEN

Freitag, 13.15 Uhr

#### \_LIESTAL

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

## Mittelstufe

#### \_BASEL

Montag, 15.15 Uhr	Montag, 15.15 Uhr
Dienstag, 09.45 Uhr	Dienstag, 11.00 Uhr
Mittwoch, 09.45 Uhr	Donnerstag, 08.30 Uhr
Donnerstag, 09.45 Uhr	Donnerstag, 10.30 Uhr
Freitag, 08.30 Uhr	

#### \_BINNINGEN

Donnerstag, 08.45 Uhr

#### \_GELTERKINDEN

Montag, 14.50 Uhr  
Freitag, 08.40 Uhr

#### \_LIESTAL

Mittwoch, 10.15 Uhr

#### \_MÜNCHENSTEIN

Mittwoch, 09.30 Uhr

#### \_SISSACH

Montag, 16.45 Uhr

## Fortgeschrittene Mittelstufe

#### \_BASEL

Montag, 09.30 Uhr	Dienstag, 08.30 Uhr
Dienstag, 09.45 Uhr	Mittwoch, 13.30 Uhr
Donnerstag, 09.00 Uhr	

#### \_GELTERKINDEN

Freitag, 09.45 Uhr

## Oberstufe: Konversation

#### \_BASEL

Montag, 15.15 Uhr	Mittwoch, 11.00 Uhr
Donnerstag, 09.15 Uhr	Donnerstag, 10.30 Uhr
Donnerstag, 14.00 Uhr	Freitag, 09.45 Uhr

#### \_BINNINGEN

Donnerstag, 10.30 Uhr

#### \_BUBENDORF

Montag, 09.30 Uhr

# Französisch

## Semesterkurse

### Fortgeschrittene Anfänger

**\_BASEL**  
Dienstag, 08.30 Uhr Donnerstag, 14.00 Uhr

### Leichte Mittelstufe

**\_BASEL**  
Dienstag, 13.55 Uhr Donnerstag, 16.20 Uhr

### Mittelstufe

**\_BASEL**  
Dienstag, 11.00 Uhr

**\_LIESTAL**  
Montag, 08.45 Uhr

### Fortgeschrittene Mittelstufe

**\_BASEL**  
Dienstag, 12.45 Uhr

### Oberstufe: Konversation

**\_BASEL**  
Dienstag, 16.15 Uhr Donnerstag, 15.10 Uhr

# Italienisch

## Semesterkurse

### Fortgeschrittene Anfänger

**\_BASEL**  
Montag, 14.00 Uhr Mittwoch, 08.30 Uhr  
Mittwoch, 09.45 Uhr Mittwoch, 11.00 Uhr

**\_LIESTAL**  
Mittwoch, 13.30 Uhr Mittwoch, 15.00 Uhr

### Leichte Mittelstufe

**\_BASEL**  
Mittwoch, 08.30 Uhr Freitag, 10.30 Uhr

**\_LIESTAL**  
Freitag, 10.45 Uhr

### Mittelstufe

**\_BASEL**  
Dienstag, 14.00 Uhr Mittwoch, 14.00 Uhr  
Mittwoch, 15.15 Uhr Donnerstag, 15.15 Uhr

**\_ARLESHEIM**  
Mittwoch, 09.15 Uhr

**\_LIESTAL**  
Freitag, 09.00 Uhr

## LERNSTUFEN SPRACHKURSE

Die Sprachkurse werden in folgenden Lernstufen angeboten.

### Anfänger

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

### Fortgeschrittene Anfänger

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

### Leichte Mittelstufe

Vertiefen der Grammatik, einfache Texte.

### Mittelstufe

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

### Fortgeschrittene Mittelstufe

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

### Oberstufe/Konversation

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

### Reisekofferkurs

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

### Fortgeschrittene Mittelstufe

**\_BASEL**  
Dienstag, 09.45 Uhr Mittwoch, 09.45 Uhr

### Oberstufe: Konversation/Lektüre

**\_BASEL**  
Dienstag, 08.30 Uhr Dienstag, 11.00 Uhr  
Dienstag, 14.00 Uhr Mittwoch, 12.00 Uhr  
Donnerstag, 14.00 Uhr

**\_AESCH**  
Donnerstag, 10.15 Uhr

### Mittelstufe

**\_BASEL**  
Donnerstag, 10.15 Uhr Freitag, 09.45 Uhr

### Oberstufe: Konversation/Lektüre

**\_BASEL**  
Donnerstag, 11.00 Uhr

# Griechisch

### Fortgeschrittene Anfänger

**\_BASEL**  
Montag, 09.15 Uhr

# Russisch

### Fortgeschrittene Anfänger

**\_BASEL**  
Montag, 08.15 Uhr

# Spanisch

## Semesterkurse

### Fortgeschrittene Anfänger

**\_BASEL**  
Montag, 10.45 Uhr Montag, 14.00 Uhr  
Montag, 15.15 Uhr Donnerstag, 09.00 Uhr  
Donnerstag, 11.30 Uhr Freitag, 08.30 Uhr

**\_LIESTAL**  
Mittwoch, 10.00 Uhr

### Leichte Mittelstufe

**\_BASEL**  
Freitag, 10.30 Uhr

## Eine Idee mehr

### UNSER ANGEBOT

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

### UNSERE KURSARTEN

- Basiskurse
- Aufbaukurse
- Vertiefungskurse
- Fokuskurse

### UNTERRICHT IN KLEINEN GRUPPEN

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

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

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

### PRIVATANGEBOTE

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

### ZUSÄTZLICHE VORTEILE

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

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

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

### INFRASTRUKTUR

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

### KURSDATEN UND UNTERRICHTSZEITEN

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

### BERATUNG

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

## Computeria

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

**Montag, 2. Juli**

### Fotografieren statt knipsen.

Was ist ein gutes Foto?

Für ein gutes Bild benötigt man keine teure Fotoausrüstung. Wir zeigen Ihnen, was die Kriterien für ein gelungenes Foto sind.

Mit Roland Jeckelmann

## iPad

### KAUF, INSTALLATION UND SCHULUNG

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

### Basis

Für die hauptsächliche Nutzung von E-Mail und Internet.

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

### Midi

Für die hauptsächliche Nutzung von E-Mail, Internet und Drucken von Dokumenten und Fotos.

iPad 3, 16 GB, Wifi Router, Wifi Drucker 1 Std. Schulung ab Fr. 977.–\*, Einrichten Internetanschluss und Installation Wifi Drucker nach Aufwand; pro Stunde Fr. 120.– (exkl. Wegpauschale).

### Maxi

Für die hauptsächliche Nutzung von E-Mail und Internet, Drucken von Dokumenten und Fotos, für das Hören von Musik über die Stereoanlage, sehen von Filmen und Fotos über den Fernseher. iPad 3, 16 GB, Wifi Router, Airport Express und Apple TV, 1 Std. Schulung ab Fr. 1'154.–\*, Einrichten Internetanschluss, Installation Wifi Drucker und Apple TV nach Aufwand; pro Stunde Fr. 120.– (exkl. Wegpauschale).

\* Diese Angaben sind ohne Gewähr

## Hilfe

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

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

### IPAD-KURSE

#### iPad Basis

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

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

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

#### Fokus: Lesen

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

Voraussetzung: Eigenes iPad

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

#### Fokus: Podcast

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

Voraussetzung: Eigenes iPad

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

#### Fokus: Foto

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

Voraussetzung: Eigenes iPad

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



# Mac-Angebot

## Mac-Kurse bei Ihnen zu Hause

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

5 x 1 Stunde, Privatunterricht, Fr. 450.– (exkl. Wegpauschale)

*Wir bieten auch Support und einzelne Privatstunden für Mac-Nutzerinnen und -Nutzer an (vgl. «Privatangebote»)*

## PC Grundlagen

### PC Basis (PC1)

Schritt für Schritt die PC-Handhabung und wichtigsten Computeranwendungen kennen lernen. Computer starten, herunterfahren, die Maus/Tastatur bedienen, Programme öffnen und schliessen, Texte mit WordPad schreiben, korrigieren, speichern und ausdrucken.

Voraussetzungen: Keine

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

### PC Grundlagenvertiefung (PC2)

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

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

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

### PC Aufbau (PC3)

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

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

### PC Vertiefung (PC4)

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

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

## Office-Programme

### Microsoft Word Basis (OW1)

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

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

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

### Microsoft Word Aufbau (OW2)

Erstellen und Bearbeiten von komplexen Dokumenten und eigene Stolpersteine in Word beheben. Auch für Umsteiger von Word 2003 auf Word 2007 geeignet. Wiederholung «Microsoft Word Basis», Tabellen und Vorlagen erstellen, Symbole, ClipArts und Bilder einfügen, Funktionen wie Adresslisten und Etiketten kennen lernen.

Voraussetzungen: Kurs «Microsoft Word Basis» oder entsprechende Kenntnisse

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

### Microsoft Excel Basis (OE1)

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

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

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

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

### Fokus: Microsoft PowerPoint (FO2)

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

sentation auf CD brennen.

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

### Fokus: Glückwunschkarten (FO1)

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

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

### Fokus: Open Office (FO2)

Frei verfügbare Software ist oft eine gute Alternative zu teuren Programmen. Sie lernen, wie Sie die Alternative zum kostspieligen Microsoft Word gratis vom Internet herunterladen und bedienen.

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

## Internet und E-Mail

### Internet Basis (IN1)

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

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

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

### Internet Aufbau (IN2)

Wiederholung und Vertiefung von «Internet Basis» für Personen, die das Internet regelmässig nutzen und sich vertieft mit dessen Möglichkeiten auseinandersetzen wollen. Einkaufen, Buchen, Sicherheit beim Zahlen mit Kreditkarten, Download, Einstellungen, Virenschutz.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

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

### E-Mail Basis (IN3)

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

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

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

### **Fokus: Suchen im Internet** (FIN1)

Tipps und Tricks für die erfolgreiche Suche von Themen, Büchern, News, Telefonnummern etc. Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

### **Fokus: Internet Flohmarkt** (FIN4)

Sie lernen, über die Schweizer Auktionsplattform Ricardo im Internet Gegenstände (Möbel, Bilder, Schmuck, Haushaltsgeräte etc.) zu finden, zu kaufen und zu verkaufen.  
Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

### **Fokus: Briefmarken drucken** (FIN5)

Mit dem Programm Webstamp gültige Briefmarken mit eigenen Bildern gestalten und auf Kuverts oder Etiketten drucken.  
Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

### **Fokus: Skype** (FIN6)

Mit Skype weltweit über das Internet gratis telefonieren.  
Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

### **Fokus: Steuererklärung** (FIN7)

Steuererklärung (BS und BL) vom Internet downloaden und ausfüllen.  
Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

### **Fokus: Bankkonto per Internet** (FIN8)

Post- und Bankkonten online verwalten und Zahlungen bequem zu Hause erledigen.  
Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
1 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 100.–

# Digitalfotografie

## **Digitalfotografie Basis** (DF1)

Die wichtigsten Grundeinstellungen für die erfolgreiche Bedienung der eigenen Digitalkamera kennen lernen und praktisch damit arbeiten.  
Voraussetzungen: Eigene Digitalkamera  
3 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 240.–, inkl. 1 Übungslektion

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

## **Fokus: Makrofotografie** (FF1)

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

## **Fokus: Bewegungsfotografie** (FF2)

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

## **Fokus: Landschaftsfotografie** (FF3)

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

# Bilderarchivierung und -bearbeitung

## **Digitalkamera & Computer Basis** (BB1)

Bilder von der Kamera auf den Computer übertragen, verschieben, umbenennen, per E-Mail versenden, drucken und per Internet an das Fotolabor weitergeben, Sicherungskopien anlegen, Bilder auf CD brennen und auf einen Memorystick speichern.  
Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau» oder entsprechende Kenntnisse  
5 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–6 Personen,  
Fr. 390.–, inkl. 2 Übungslektionen

## **Fokus: Bildbearbeitung Picasa** (FB6)

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

## **Fokus: Diashow** (FB2)

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

## **Fokus: Fotobücher und Kalender** (FB1)

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

## **Bildbearbeitung Basis** (BB2)

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

## **Bildbearbeitung Aufbau** (BB3)

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

## **Fokus: Alte Fotos auffrischen** (FB5)

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

# Handybedienung

## Handybedienung Basis (HB1)

In diesem Kurs erfahren Sie mehr über die mobile Kommunikation und lernen den Umgang mit Ihrem Handy kennen, z.B. Anbieter und Zahlungssysteme, Tastensperre, Telefonieren, Adressen speichern und nutzen, SMS erstellen, senden und empfangen.

Voraussetzungen: Eigenes Handy zum Üben  
2 x 2 Lektionen à 50 Min., 5–8 Personen, Fr. 96.–

*Auf Wunsch bieten wir auch einen Aufbaukurs für die Handybedienung mit Internetfunktionen an.*

# Multi- + Social Media

## Fokus: Facebook (FIN9)

Das soziale Netzwerk im Internet kennen und richtig nutzen lernen.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Youtube (FM1)

Veröffentlichen Sie eigene Videos oder Diashows auf Youtube.

Voraussetzungen: Kurs «Videobearbeitung Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: Podcasts (FM2)

Gratis verfügbare Fernseh- und Radiosendungen (Podcasts) auf den Computer laden und auf CD oder MP3-Player überspielen, um sie zu einem späteren Zeitpunkt zu sehen oder zu hören.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

## Fokus: iTunes (FM3)

Das Gratis-Programm iTunes für das Verwalten von Musik, Videos und Bildern nutzen.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

2 x 2 Lektionen à 50 Min., 2–3 Personen,  
Fr. 200.–

# Privatangebote

Im Kurszentrum oder bei Ihnen zu Hause

## Neu: Beratung und Installation HDTV

Die Umstellung auf Digital-TV (HDTV) und die Installation ist komplex. Wir helfen Ihnen, den für Sie richtigen Anbieter zu finden, und prüfen ihren Fernseher auf die benötigte Kompatibilität.

Beratung, 1 Lektion à 50 Min., Fr. 85.–

(exkl. Wegpauschale)

Installation, Grundpauschale Fr. 120.–

(exkl. Wegpauschale)

Zusätzliche Installationen und Programmierungen Fr. 30.– pro Viertelstunde

## Begleitung beim Computerkauf

Wir begleiten Sie zum Computerkauf, bringen das Gerät zu Ihnen nach Hause, richten Ihnen den Internet-Anschluss ein und nehmen Ihnen alle technischen Sorgen mit Ihrer Neuanschaffung ab.

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

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

Haben Sie Probleme mit Ihrem Computer, mit Hard- oder Software? Funktioniert plötzlich etwas nicht mehr oder möchten Sie Ihren Computer oder Ihr iPad an das Internet anschliessen?

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

## Privatstunden Mac/iPad/iPod/Windows PC

Sie möchten keinen Gruppenkurs besuchen, aber Gelerntes auffrischen und ergänzen oder punktuell von Ihnen gewünschte Themen erlernen?

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

## Begleitung beim Digitalkamerakauf

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

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

## Privatlektion Digitalkamera

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

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

## Privatlektion Handy/iPhone

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

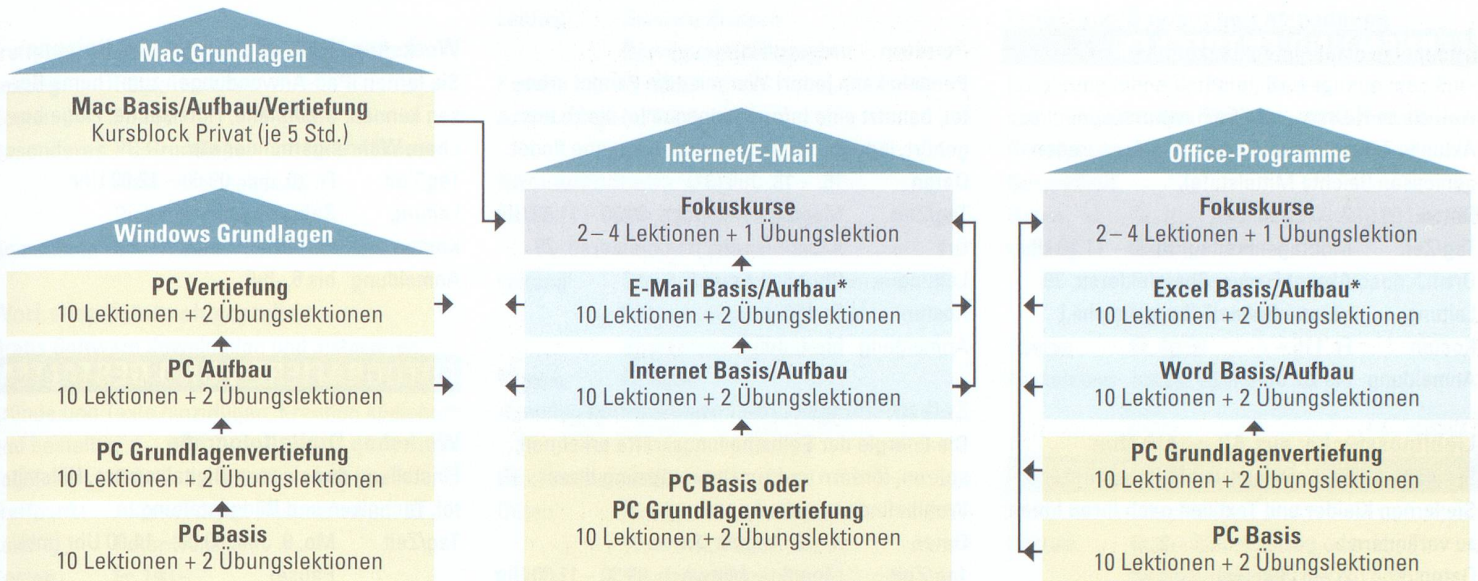
Funktionen ohne Computer, 1 Lektion à 50 Min.,  
Fr. 85.– (im Kurszentrum)

# Computer-, Foto- und Handykurse auf einen Blick

## GRUNDLAGEN Mac/Windows

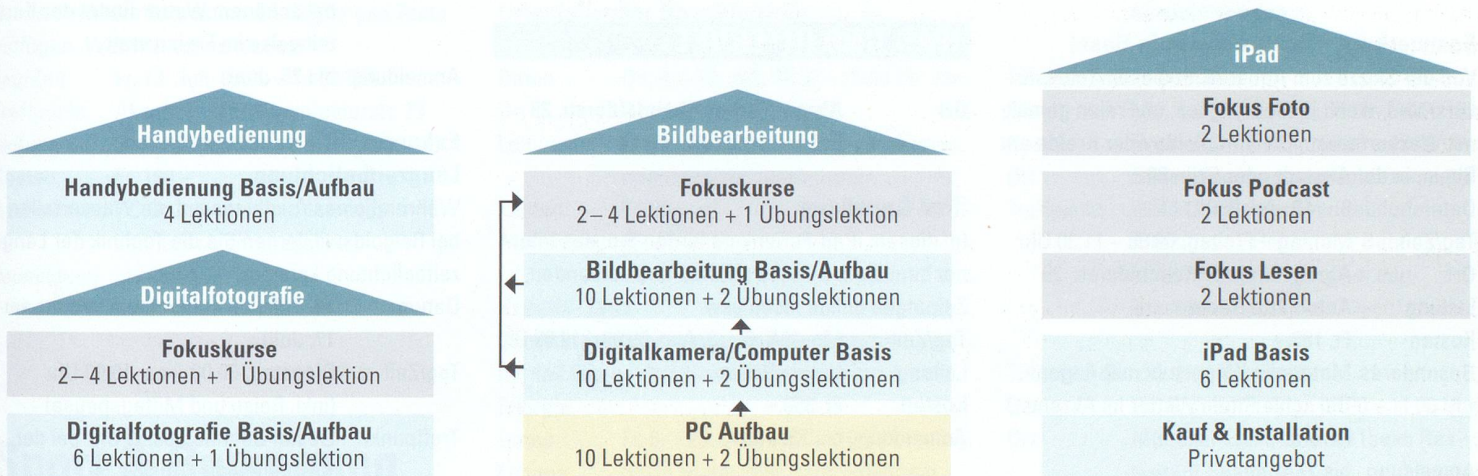
## WEITERFÜHRENDE KURSE Internet, Office

\* auf Anfrage



## GRUNDLAGEN Handy, Fotografie

## WEITERFÜHRENDE KURSE Bildbearbeitung, iPad, Multimedia



## PRIVATANGEBOTE Fotografie, Handy/Smartphone, Computer



# Sommerferienprogramm

Die Kurse finden – wo nicht anders vermerkt – in Basel statt.

## Bildung & Kultur

### LERNEN UND ENTDECKEN

#### Italien zu Hause – ein Ferienkurs

Aktuelle Texte, Lieder, Gedichte – lesen, reden, geniessen (leichte Mittelstufe).

Daten 2. – 6. Juli (5x)  
Tag/Zeit Montag – Freitag, 10.30 – 11.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Valeria Balmelli Iberg, lic.phil.I  
Kosten Fr. 115.–  
Anmeldung bis 20. Juni

#### Lieblingsstücke: aus Alt macht Neu

Ein Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene. Sie lernen Kleider und Textilien nach Ihren Ideen zu verändern.

Daten 2. – 6. Juli (5x)  
Tag/Zeit Montag – Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr  
Ort Atelier Lindenweg 15, Basel  
Leitung Lisa Kreuzer  
Kosten Fr. 290.–  
Anmeldung bis 20. Juni

#### Sommerkurs – Aquarellieren in Basel

Von der Skizze zum Aquarell. In diesem Intensivkurs wird, wenn immer möglich, im Freien gemalt mit Wasserfarben, Bleistift, Kohle oder Kreide am Rhein, in der Altstadt oder Grün 80.

Daten 9. – 13. Juli (5x)  
Tag/Zeit Montag – Freitag, 09.00 – 11.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Antoinette Godet  
Kosten Fr. 180.–  
Besonderes Material + Klappstuhl mitbringen!  
Bei schlechtem Wetter im Akzent Forum  
Anmeldung bis 27. Juni

#### Sommerferienkurs – Zeichnen

Sehen lernen durch Zeichnen. Mit Bleistift, Kohle, Kugelschreiber oder Filzstifte wird die Kunst von Licht und Schatten, Perspektive und Bewegung mit minimalen Strichen geübt und umgesetzt.

Daten 16. – 20. Juli (5x)  
Tag/Zeit Montag – Freitag, 09.00 – 11.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Antoinette Godet  
Kosten Fr. 180.–  
Besonderes Zeichenblock A3 mitnehmen  
Anmeldung bis 4. Juli

#### Pendeln – Intensivkurs

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

Daten 16. – 18. Juli (3x)  
Tag/Zeit Montag – Mittwoch, 09.30 – 11.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Christine Keiser  
Kosten Fr. 150.–  
Anmeldung bis 4. Juli

#### Selbstheilungskräfte kennenlernen

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

Daten 6. – 8. August (3x)  
Tag/Zeit Montag – Mittwoch, 09.30 – 11.30 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Christine Keiser  
Kosten Fr. 150.–  
Anmeldung bis 25. Juli

### IPAD UND INTERNET

**Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
bei schönem Wetter im Park**

#### iPad Grundkurs

Im diesem iPad-Ferienkurs lernen Sie: das Internet benutzen, E-Mails abrufen und versenden, Zeitungen online lesen usw.

Tag/Zeit Mo – Mi, 6. – 8. Aug. 09.00 – 12.00 Uhr  
Leitung Ursula Rhein  
Kosten Fr. 350.–  
Anmeldung bis 23. Juli

#### Workshop iPad: «Essen und Geniessen»

iPad-Anwendungen zum Thema Ernährung kennenlernen: Rezepte, Kochtipps, E-Nummern, Saisonkalender etc.

Tag/Zeit Mi, 18. Juli, 09.00 – 12.00 Uhr  
Leitung Sabri Dogan  
Kosten Fr. 114.–  
Anmeldung bis 4. Juli

#### Workshop iPad: «Kultur und Bildung»

iPad-Anwendungen wie Lexika, Hilfsmittel und Ratgeber zum Thema Kunst, Architektur und Wissen kennenlernen.

Tag/Zeit Do, 19. Juli, 09.00 – 12.00 Uhr  
Kosten Fr. 114.–  
Anmeldung bis 5. Juli

#### Workshop iPad: «Geografie und Reisen»

Sie lernen iPad-Anwendungen zum Thema Reisen kennen: Stadtpläne, Hotelsuche, Flüge buchen, Währungsrechner etc.

Tag/Zeit Fr, 20. Juli, 09.00 – 12.00 Uhr  
Leitung Sabri Dogan  
Kosten Fr. 114.–  
Anmeldung bis 6. Juli

### FOTOGRAFIEREN UND GESTALTEN

#### Workshop Digitalfotografie

Einstellung der eigenen Digitalkamera, Hilfsmittel, Techniken und Bildgestaltung.

Tag/Zeit Mo, 9. Juli, 09.00 – 14.00 Uhr (inkl. Pause)  
Treffpunkt Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Peter Hunziker  
Kosten Fr. 190.– (exkl. Fahrspesen und Mittagessen)

Besonderes Eigene Digitalkamera vorausgesetzt, bei schönem Wetter findet der Kurs teilweise im Freien statt

Anmeldung bis 25. Juni

#### Exkursion: Digitalfotografie mit Langzeitbelichtung

Während eines Ausfluges auf die Wasserfallen bei Reigoldswil, lernen Sie die Technik der Langzeitbelichtung kennen.

Datum 10. Juli (bei schlechtem Wetter am 17. Juli)  
Tag/Zeit Dienstag, 09.00 – ca. 16.00 Uhr (inkl. Reise und Mittagspause)  
Treffpunkt Liestal Bahnhof, 08.50 Uhr bei der Bushaltestelle, Bus Nr. 50  
Leitung Peter Hunziker  
Kosten Fr. 210.– (inkl. Gondelbahn, exkl. Fahrspesen bis Reigoldswil und zurück)

Besonderes Eigene Digitalkamera mit manueller Belichtungseinstellung vorausgesetzt, gut zu Fuss, Picknick mitbringen

Anmeldung bis 26. Juni

#### Workshop Bilder per Internet bestellen

Eigene Bilder von der Digitalkamera auf den Computer laden, Farben, Helligkeit und Kontraste korrigieren und Abzüge per Internet bestellen.

Tag/Zeit Mi, 11. Juli, 09.00 – 14.00 Uhr



**Treffpunkt** Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
**Leitung** Peter Hunziker  
**Kosten** Fr. 190.–  
**Besonderes** PC Grundlagen und Internetkenntnisse vorausgesetzt, Picknick mitbringen  
**Anmeldung** bis 27. Juni

### Workshop Fotobuch gestalten

Gratis Software downloaden und installieren, eigene Bilder auswählen und bearbeiten, Hintergründe und Texte hinzufügen, Kreation speichern und bestellen.

**Tag/Zeit** Do, 12. Juli, 09.00 – 14.00 Uhr  
**Treffpunkt** Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
**Leitung** Peter Hunziker  
**Kosten** Fr. 190.–  
**Besonderes** PC Grundlagen und Internetkenntnisse vorausgesetzt  
**Anmeldung** bis 27. Juni

### Workshop Website erstellen

Gratis Software kennenlernen, Bilder und Texte einfügen, Website online stellen.

**Tag/Zeit** Fr, 13. Juli, 09.00 – 14.00 Uhr  
**Treffpunkt** Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
**Leitung** Sabri Dogan  
**Kosten** Fr. 190.–  
**Besonderes** PC Grundlagen und Internetkenntnisse vorausgesetzt  
**Anmeldung** bis 28. Juni

## Sport & Bewegung

### ANGEBOTE IN ANGENEHM

#### KÜHLEN RÄUMEN

**Ort** im Akzent Forum Fitnesscenter 50+, Rheinfelderstr. 29, Basel

#### Fit/Beweglich

**Daten** Di, 24. Juli – 7. Aug., 12.30 – 13.30 Uhr (3x)  
**Leitung** Nicole Wälchli, Bewegungspädagogin  
**Kosten** Fr. 40.50  
**Anmeldung** bis 10. Juli

### Sanfte Gymnastik

**Daten** Mi, 4. – 18. Juli, 09.00 – 10.00 Uhr (3x)  
**Leitung** Barbara Brütsch, Bewegungspädagogin  
**Kosten** Fr. 40.50  
**Anmeldung** bis 20. Juni

### Körpertraining – Koordination

**Daten** Mi, 4. – 18. Juli, 10.00 – 11.00 Uhr (3x)  
**Leitung** Barbara Brütsch, Bewegungspädagogin  
**Kosten** Fr. 40.50  
**Anmeldung** bis 20. Juli

### Beckenbodentraining

**Daten** Mo, 23. Juli – 6. Aug., 09.00 – 10.00 Uhr (3x)  
**Leitung** Sarah Reinhard, Sportlehrerin, Rückenschullehrerin, dipl. Sportwissenschaftlerin  
**Kosten** Fr. 40.50  
**Anmeldung** bis 9. Juli

### Rückentraining

**Daten** Mo, 23. Juli – 6. Aug., 10.00 – 11.00 Uhr (3x)  
**Leitung** Sarah Reinhard, Sportlehrerin, Rückenschullehrerin, dipl. Sportwissenschaftlerin  
**Kosten** Fr. 40.50  
**Anmeldung** bis 9. Juli

### Orientalischer Bauchtanz für Anfängerinnen

**Daten** Do, 5. – 19. Juli, 17.00 – 18.00 Uhr (3x)  
**Ort** Belchenstr. 15, Basel  
**Leitung** Maja Meier, Bewegungspädagogin, orientalische Tanzlehrerin  
**Kosten** Fr. 60.–  
**Anmeldung** bis 21. Juni

### Kreativ-Tanz

Dem Körper Ausdruck geben. Raum geben für das Eigene und Neue in Form, Dynamik und Energie.

**Daten** Fr, 6. – 20. Juli, 09.30 – 10.30 Uhr (3x)  
**Leitung** Silvia Staub, dipl. Tanzpädagogin, F.M. Alexandertechnik, östliche Erfahrungen  
**Kosten** Fr. 40.50  
**Anmeldung** bis 22. Juni

### Wege um zur Ruhe zu kommen

Mit verschiedenen Wahrnehmungs- und Atemübungen  
**Daten** Fr, 6. – 20. Juli, 08.30 – 09.30 Uhr (3x)  
**Leitung** Silvia Staub, F.M. Alexandertechnik, dipl. Tanzpädagogin, östliche Erfahrungen  
**Kosten** Fr. 40.50  
**Anmeldung** bis 22. Juni

### Qi-Gong der 5 Elemente

**Daten** Mo, 6. – Fr, 10. Aug., 08.00 – 09.00 Uhr (5x)  
**Leitung** Heidi Fischer Osolin, dipl. Qi-Gong und Alexandertechnik Lehrerin  
**Kosten** Fr. 90.– (bei schönem Wetter im Garten)  
**Anmeldung** bis 23. Juli

### Ernährung/Bewegung/Entspannung

Praktische Ernährungstipps zur ausgewogenen Ernährung (ohne Verbote), Bewegungs- und Entspannungsübungen für Geist und Körper als Grundpfeiler für eine unbeschwertere, aktive Gesundheit.

**Daten** Di, 10. – 24. Juli, 09.00 – 10.00 Uhr (3x)  
**Leitung** Caroline Schnell, Ernährungsberaterin/-coach, Life Kinetik Trainerin  
**Kosten** Fr. 40.50  
**Anmeldung** bis 26. Juni

### ANGEBOTE IM FREIEN

**Kosten** Fr. 6.– Einzelbeitrag oder im Semesterabo (Fr. 116.65) enthalten für GymFit+/GymFit, Laufpass, Tänze aus aller Welt oder Aqua-Fitness  
**Anmeldung** nicht erforderlich  
**Besonderes** Es können auch einzelne Lektionen besucht werden

### Fit durch den Sommer

**Kurs 1** Mo, 2. Juli – 6. Aug., 09.00 – 10.00 Uhr  
**Kurs 2** Do, 5. Juli – 9. Aug., 09.00 – 10.00 Uhr  
**Ort** Basel, Sportzentrum Schützenmatte  
**Treffpunkt** 08.45 Uhr Garderobengebäude (Steinhaus), Haltestelle Bundesplatz/Tram 8, Eingang bei den Glascontainern

### Tanzend durch den Sommer

**Daten** Do, 5. Juli – 9. Aug., 09.30 – 11.00 Uhr  
**Ort** Münchenstein, Grün 80 (beim Restaurant Seegarten)

### Nordic Walking/Walking durch den Sommer

**Kurs 1** Mi, 4. Juli – 8. Aug., 09.00 – 10.00 Uhr  
**Kurs 2** Fr, 6. Juli – 10. Aug., 09.00 – 10.00 Uhr  
**Ort** Basel, Brüglingerstr. 113 (vor dem Pro Senectute-Haus)  
**Kurs 3** Di, 3. Juli – 7. Aug., 09.30 – 10.30 Uhr  
**Kurs 4** Fr, 6. Juli / 20. Juli / 3. Aug., 09.30 – 10.30 Uhr  
**Ort** Basel, Lange Erlen, Ökonomiegebäude, Schorenweg117