

# Bildung

Objektyp: **Index**

Zeitschrift: **Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft**

Band (Jahr): - **(2013)**

Heft 3: **40 Jahre Longo mai**

PDF erstellt am: **13.09.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



- Kultur
- Sprachen
- Technik

### 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.

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

### UNSERE KURS ZENTREN

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

### WEITERE KURS ORTE

In diversen Gemeinden des Kantons

#### Basel-Landschaft:

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

## Führungen, Vorträge, Kurse

Führungen (F), Vorträge (V)

### Auf einen Blick

#### JUNI

- 24.06. Chrischona Sendeturm (F)
- 25.06. Die Peterskirche (F)
- 26.06. Energietunnel Olten (F)

#### JULI

- 04.07. Lehmhaus und Gärten in Unterbrügglingen (F)
- 09.07. Hilfe bei Rheuma und Arthrose (V)

#### AUGUST

- 07.08. Hausapotheke mit Schüssler Salzen (V)
- 14.08 Eisenbahndepot «Rotonde» (F)
- 15.08. Fressen bis die Balken krachen? (F)
- 16.08. Lenzburg – Frank Wedekind (F)
- 19.08 Wolfgottesacker (F)
- 20.08. Max Ernst – Beyeler Museum (F)
- 21.08. Augusta Raurica (F)
- 22.08. Skulpturengarten – Claire Ochsner (F)
- 23.08. Victoriahaus (F)
- 26.08. Die Giraffe im Zoo (F)
- 27.08. Rosenkavalier im Schmiedenhof (V)
- 28.08. Unterwegs im Birsigtunnel (F)
- 29.08. Petite Camargue (F)
- 30.08. Hutatelier Hiepler (F)

#### SEPTEMBER

- 02.09. Die Wirbelsäule (F)
- 03.09. Modelleisenbahnanlage (F)
- 04.09. Kambodscha & Laos (V)
- 05.09. Die St. Jakob-Ebene (F)
- 06.09. Die Predigerkirche (F)
- 09.09. Das Münster (F)
- 10.09. Hildegard von Bingen (V)
- 11.09. Baden in Schwefelwolken (F)
- 12.09. Bahnhof SBB und Umgebung (F)
- 13.09. Altersresidenz Tertianum (F)

## Allgemeine Informationen

### INFORMATIONEN & ANMELDUNG

Persönlich

Mo – Fr 08.00 – 12.00, 14.00 – 16.30 Uhr

Telefonisch 061 206 44 66

Mo – Fr 08.30 – 11.30, 14.00 – 16.00 Uhr

Akzent Forum

Rheinfelderstrasse 29, 4058 Basel

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

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

### BESONDERES

Während der Schulferien ist die Telefonzentrale des Akzent Forums nur vormittags geöffnet.

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

### 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. 130.– verrechnet.

### VERSÄUMTE LEKTIONEN

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

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

### FINANZIELLE HILFE

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

### VERSICHERUNG

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.



# Matineen & Konzerte

## AUF EINEN BLICK

### E.E. Zunft zu Weinleuten, Münsterplatz 14

- 10.09. Hildegard von Bingen mit M. Schneider  
15.10. Das Haus im Haus – Lesung mit  
S. Frey-Werlen  
05.11. Michelangelo – Leonardo da Vinci –  
Raffaello / 1. Teil mit M. Schneider  
12.11. Geschichten aus der Politik mit  
H. Hubacher  
25.11. Das Christentum  
03.12. Michelangelo – Leonardo da Vinci –  
Raffaello / 2. Teil mit M. Schneider

### Schmiedenhof Zunftsaal, Rümelinsplatz 4

- 27.08. Der Rosenkavalier mit M. Schneider  
24.09. Die Galgenlieder von Ch. Morgenstern  
mit H.+ F. Liebendörfer  
22.10. Wo kommen die Löcher im Käse her?  
mit H.+ F. Liebendörfer  
19.11. Faust II mit M. Schneider  
26.11. Alter(n) als Mann und Partner  
mit W. Hollstein  
17.12. Die Oberufener Weihnachtsspiele  
mit M. Schneider

### Konzerte des Kammerorchesters

#### Pro Senectute beider Basel

- Samstag, 14. September um 17.00 Uhr  
im Martinshof, Liestal  
Sonntag, 22. September um 17.00 Uhr  
im Schmiedenhof Zunftsaal, Basel

### Chrischona Sendeturm (F)

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

- Datum 24. Juni  
Tag/Zeit Montag, 14.00 – 15.00 Uhr  
Treffpunkt 13.50 Uhr Busstation St. Chrischona  
(mit Bus 32 von Bettingerstr.)  
Leitung Swisscom  
Kosten Fr. 22.–  
Anmeldung bis 10. Juni

### Die Peterskirche (F)

Karolingische Friedhofskirche, Stiftskirche, Universitäts- und Pfarrkirche. Sie erfahren die Geschichte der Kirche und einiger ihrer Denkmäler.

- Datum 25. Juni  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr Eingang Peterskirche  
Leitung Rose Schulz-Rehberg,  
Kunsthistorikerin  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 10. Juni

### Energietunnel Olten (F)

Der Tunnel wurde in den 80er-Jahren unter der Aare gebaut für Strom, Gas, Wasser und IT-Leitungen. Sie erleben den rasanten Fortschritt der letzten 100 Jahre.

- Datum 26. Juni  
Tag/Zeit Mittwoch, 13.00 – ca. 16.30 Uhr  
Treffpunkt 13.00 Uhr in Schalterhalle beim  
Treffpunkt. Abfahrt 13.17 Uhr.  
Leitung Energie Zukunft CH  
Kosten Fr. 30.– (exkl. Zugbillet, bitte  
selber lösen)  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 12. Juni

### Lehmhaus u. Gärten in Unterbrüglingen (F)

Neues entsteht – Bewährtes bleibt: Die Nutzgärten mit Gemüse, Obst und Arzneipflanzen wurden nach Plänen aus dem 19. Jh. neu angelegt. Das neue Lehmhaus bietet Raum für Bildung für eine nachhaltige Umweltentwicklung.

- Datum 4. Juli  
Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.10 Uhr Tramstation Grün 80,  
Tram 10  
Leitung Merian Gärten  
Kosten Fr. 22.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 12. Juni

### Hilfe bei Rheuma und Arthrose (V)

Sie lernen verschiedene naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten für die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises kennen.

- Datum 9. Juli  
Tag/Zeit Dienstag, 09.40 – ca. 11.15 Uhr  
Treffpunkt 09.40 Uhr Tramstation Grün 80,  
Tram 10  
Leitung Agathe Bohny, kant. gepr.  
Naturheilerärztin  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss, ca. 15 Min. bis zum  
Lehmhaus  
Anmeldung bis 17. Juni

### Hausapotheke mit Schüssler Salzen (V)

Sie lernen die Wirkungsweisen der zwölf biochemischen Salze kennen und wie sie zur Behandlung von körperlichen Störungen und Beschwerden eingesetzt werden.

- Datum 7. August  
Tag/Zeit Mittwoch, 09.45 – 11.15 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Agathe Bohny, kant. gepr.  
Naturheilerärztin  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 19. Juli

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

Die 1889 erbaute Rotonde ist ein historisch wertvoller Bau und beherbergt Dampflokotiven, alte Personen- Gepäck- Güterwagen uvm.

- Datum 14. August  
Tag/Zeit Mittwoch, 13.15 – ca. 17.00 Uhr  
Treffpunkt 13.15 Uhr, Basel Bahnhof SBB  
«Treffpunkt», Abfahrt 13.37 Uhr  
nach Delémont  
Leitung Werner Gysin  
Kosten Fr. 25.– (inkl. Eintritt, exkl. Zugbillet,  
te, bitte selber lösen)  
Besonderes Gut zu Fuss! Führung 1 Std.  
Anmeldung bis 5. August

### Fressen bis die Balken krachen? (F)

Ess-, Trink- und Tischkultur im Mittelalter. Wer die Kochkunst schätzt, wird seine helle Freude haben an dieser Führung!

- Datum 15. August  
Tag/Zeit Donnerstag, 15.30 – 17.00 Uhr  
Treffpunkt 15.25 Uhr Hauptportal Münster  
Leitung Mike Stoll, Religions- und  
Kulturwissenschaftler  
Kosten Fr. 24.–  
Besonders Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 5. August

### Lenzburg – F. Wedekinds Jugendjahre (F)

Frank Wedekind verbrachte seine Jugend auf Schloss Lenzburg. Auf einem Spaziergang wird auch mittels Textauszügen an diesen berühmten Stadtbewohner erinnert.

- Datum 16. August  
Tag/Zeit Freitag, 13.30 – ca. 18.00 Uhr  
Treffpunkt 13.30 Uhr Basel Bahnhof SBB  
«Treffpunkt», Abfahrt 13.47 Uhr  
Leitung Martina Kuoni  
Kosten Fr. 35.– (exkl. Bilette, bitte selber  
lösen)  
Besonderes Gut zu Fuss!! Führung von  
14.30 – 16.30 Uhr  
Anmeldung bis 5. August

### Der Wolfgottesacker (F)

Der 1872 in ländlicher Umgebung eröffnete Friedhof – der heute mitten im Dreispitz-Areal liegt – galt lange als einer der schönsten der Schweiz.

- Datum 19. August  
Tag/Zeit Montag, 09.30 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.25 Uhr Eingang Friedhof, Tram  
10/11 bis M-Park  
Leitung Dr. Doris Huggel, Kunsthistorikerin  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 5. August



## Max Ernst im Beyeler Museum (F)

Max Ernst (1892 – 1976) ist einer der vielseitigsten Künstler der Moderne. Eine Retrospektive mit über 150 Gemälden, Zeichnungen und Skulpturen.

Datum 20. August  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.15 Uhr  
Treffpunkt 10.00 Uhr bei Eingang Museum  
Leitung Fondation Beyeler  
Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt)  
Anmeldung bis 7. August

## Augusta Raurica: drinnen und draussen (F)

Sie werden durch eine herrschaftliche römische Villa geführt und sehen im Museum Schätze sowie die wichtigsten Bauten der Colonia.

Datum 21. August  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr  
Treffpunkt 13.55 Uhr vor Museumseingang  
Leitung Rose Schulz-Rehberg,  
Kunsthistorikerin  
Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt Fr. 5.–,  
Museumspass gültig)  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 7. August

## Skulpturengarten von Claire Ochsner (F)

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

Datum 22. August  
Tag/Zeit Donnerstag, 13.45 – ca. 16.30 Uhr  
Treffpunkt 13.45 Uhr Basel Bahnhof SBB  
«Treffpunkt», Abfahrt 14.01 Uhr  
nach Frenkendorf  
Leitung Claire Ochsner  
Kosten Fr. 30.– (exkl. Billette; bitte selber lösen)  
Besonderes Gut zu Fuss. Ca. 15 Min. laufen.  
Führung 14.30–15.30 Uhr  
Anmeldung bis 12. August

## Victoriahaus (F)

Das historische Gewächshaus im Jugendstil beherbergt die Königin der Seerosen.

Datum 23. August  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 15.00 Uhr  
Treffpunkt 13.55 Uhr Spalenter, Tram 3  
Leitung Bruno Erny  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 12. August

## Die Giraffe (F)

Die Giraffe – im Arabischen «die Liebliche» genannt – wird bis zu 6 m hoch und bis zu 900 kg schwer.

Datum 26. August  
Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.00 Uhr

Treffpunkt 09.55 Uhr Haupteingang Zoo  
Leitung Zoo Basel  
Kosten Fr. 24.– (exkl. Eintritt)  
Anmeldung bis 12. August

## Rosenkavalier von R. Strauss (V)

Das Meisterwerk von Strauss/Hoffmannsthal ist eine herrliche Komödie, getragen von berührender Harmonie und Walzerseligkeit. Ist es noch mehr?

Datum 27. August  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.15 Uhr  
Ort Schmiedenhof Zunftsaal,  
Rümelinsplatz 4  
Leitung Marcus Schneider  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 13. August

## Unterwegs im Birsigtunnel (F)

Sie werden durch den Birsigtunnel geführt und erfahren Wissenswertes zum inzwischen überdeckten Stadtbach.

Datum 28. August  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.30 – 16.00 Uhr  
Treffpunkt 14.25 Uhr Zolli Haupteingang  
Leitung Ideenreich AG  
Kosten Fr. 25.–  
Besonderes Gutes Schuhwerk mit gutem Sohlenprofil (keine Ledersohlen, offene oder Absatzschuhe). Sehr gut zu Fuss (rutschiger Boden!)  
Anmeldung bis 14. August

## Petite Camargue Alsacienne (F)

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

Datum 29. August  
Tag/Zeit Donnerstag, 08.00 – ca. 12.00 Uhr  
Treffpunkt 08.00 Uhr Schiffflände, DistriBus 604 bis Neuweg, Abfahrt 08.10 Uhr  
Leitung Petite Camargue  
Kosten Fr. 30.– (inkl. Busticket und Eintritt)  
Besonderes Gut zu Fuss! Getränk mitnehmen.  
Anmeldung bis 14. August

## Besuch im Hutatelier Hiepler (F)

Die bekannte Hutmacherin Maria Hiepler entführt Sie in die Welt der Hüte und erklärt Ihnen im Atelier die Kunst des Hutmachens.

Datum 30. August  
Tag/Zeit Freitag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr Barfüssergasse 6  
Leitung Maria Hiepler  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 16. August

## Die Wirbelsäule (F)

Rückenschmerzen – die Zivilisationskrankheit unserer Zeit. Die Wirbelsäule wird unter die Lupe genommen.

Datum 2. September  
Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.50 Uhr St. Johanns Tor, Tram 11  
Leitung Anatomisches Museum  
Kosten Fr. 24.– (inkl. Eintritt)  
Anmeldung bis 19. August

## Modelleisenbahnanlage (F)

Der Modelleisenbahnclub wurde 1935 gegründet. Auf 480 m<sup>2</sup> können Sie die Anlage in den Spurweiten 1 (Echtdampf), 0, 0m und 0e bestaunen.

Datum 3. September  
Tag/Zeit Dienstag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Treffpunkt 13.50 Uhr bei St. Johanns Tor,  
Tram 11  
Leitung Rene Gygas  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 21. August

## Kambodscha und Laos (V)

Menschen, Natur, Religion und Architektur.

Datum 4. September  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Susanne Lüthy  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 21. August

## Die St. Jakob-Ebene (F)

Siechenhaus, Kirchlein und Walke: Merians Brüglingen: von Krankheit, Almosen, Pilgerei, einer Schlacht und erfolgreicher Landwirtschaft.

Datum 5. September  
Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.25 Uhr, Tramstation St. Jakob bei Kiosk  
Leitung Doris Huggel, Kunsthistorikerin  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss!  
Anmeldung bis 21. August

## Die Predigerkirche (F)

Sie hören über das Schicksal der vor dem ehemaligen Kreuztor erbauten Prediger- resp. Dominikanerkirche und ihrem berühmten Totentanz.

Datum 6. September  
Tag/Zeit Freitag, 10.00 – 11.15 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr vor Eingang, Totentanz 19  
Leitung Rose Schulz-Rehberg,  
Kunsthistorikerin  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 22. August



## Das Münster (F)

Wahrzeichen, Symbol bischöflicher Macht und Monument des Glaubens.

Datum 9. September  
Tag/Zeit Montag, 10.00 – 11.30 Uhr  
Treffpunkt 09.55 Uhr vor Hauptportal  
Leitung Peter Habicht  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 26. August

## Hildegard von Bingen (V)

Die «Prophetissa Teutonica» war eine schöpferische Frau, die in der Gotik Mystik, Musik und Diplomatie zu verbinden wusste.

Datum 10. September  
Tag/Zeit Dienstag, 10.00 – 11.15 Uhr  
Ort Zunftsaal der Weinleute, Münsterplatz 14  
Leitung Marcus Schneider  
Kosten Fr. 24.–  
Anmeldung bis 26. August

## Baden – in Schwefelwolken (F)

Die Bäder, Ort der Lebensfreude und sinnlicher Ausschweifungen, inspirierten G. Keller, H. Hesse, P. Weber – aber auch die Damen schrieben!

Datum 11. September  
Tag/Zeit Mittwoch, 13.30 – ca. 17.30 Uhr  
Treffpunkt 13.25 Uhr Basel Bahnhof SBB «Treffpunkt», Abfahrt 13.40 Uhr nach Baden  
Leitung Martina Kuoni  
Kosten Fr. 35.– (exkl. Billette bitte selber lösen)  
Besonderes Gut zu Fuss!  
Führung 14.30 – 16.00 Uhr  
Anmeldung bis 28. August

## Bahnhof SBB und Umgebung (F)

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

Datum 12. September  
Tag/Zeit Donnerstag, 09.30 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt 09.25 Uhr Basel Bahnhof SBB «Treffpunkt»  
Leitung Heinz Studer, Architekt  
Kosten Fr. 24.–  
Besonderes Gut zu Fuss  
Anmeldung bis 29. August

## Tertianum im St. Jakob Park (F)

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

Datum 13. September  
Tag/Zeit Freitag, 14.30 – 16.00 Uhr  
Treffpunkt 14.20 Uhr Tramstation St. Jakob, Tram 14  
Leitung Tertianum  
Kosten Fr. 24.– (inkl. Kaffee und Kuchen)  
Anmeldung bis 2. September

## Kurse

### Selbsteilungskräfte kennenlernen

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

**\_BASEL**  
Daten 4. – 18. September (3x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Christine Keiser  
Kosten Fr. 160.–  
Anmeldung bis 14. August

### Einstieg ins kreative Schreiben

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

**\_BASEL**  
Daten 4. – 25. September (4x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Verena Kistler-Lehmann  
Kosten Fr. 180.–  
Besonderes Keine Biografiearbeit  
Anmeldung bis 21. August

### Kunstwerke aus Pappmaché

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

**\_BASEL**  
Daten 6. – 20. September (3x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr  
Ort Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29  
Leitung Sabine Matthis  
Kosten Fr. 160.– (inkl. Material)  
Anmeldung bis 21. August

### Lehrgang zur Ölmalerei

Geführter Aufbau in Lasurtechnik, Alla Prima Malerei, Abstufungsmalen und stufenloses Vermischen der Farben. Findung der eigenen künstlerischen Handschrift.

## \_LIESTAL

Daten 18. September – 20. November (10x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 09.00 – 12.00 Uhr  
Ort Kunstatelier im Schild Areal, Eichenweg 3 (15 Min. von Bahnhof, Lift vorhanden)  
Leitung Martine Rhyner  
Kosten Fr. 425.– (exkl. Material (ca. Fr. 80.– für Leinwände, Farben und Zusatzmittel), Bezahlung vor Ort)  
Anmeldung bis 4. September

## ANMELDUNG FÜR KURSE

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

## SEMESTERKURSE

### Aquarellieren

Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene. Sie werden individuell begleitet.

**\_BASEL**  
Dienstag, 09.00 – 11.00 Uhr  
Donnerstag, 09.00 – 11.00 Uhr  
**\_LIESTAL**  
Dienstag, 14.00 – 16.00 Uhr

### Aquarellieren und Zeichnen

**\_BASEL**  
Mittwoch, 09.00 – 11.00 Uhr

### Altflötenkurse für Fortgeschrittene

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

**\_BASEL**  
Mittwoch, 08.30 – 10.00 Uhr  
Mittwoch, 10.00 – 11.15 Uhr

### Flötenensemble

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

**\_BASEL**  
Dienstag, 14.00 – 15.30 Uhr (14-täglich)  
Mittwoch, 09.30 – 10.45 Uhr

### Chor

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

**\_BASEL**  
Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr



## Kammerorchester

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

### \_ LIESTAL

Freitag, 09.30 – 11.30 Uhr (14-tägig)

## Regio Blasorchester 50 Plus

### \_ 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

## BESONDERES ANGEBOT

### Polysportive Ferienwoche am Achensee in Österreich

Samstag, 24. August bis Freitag, 30. August 2013  
Verlangen Sie das Detailprogramm.

# SPRACHEN

## UNSER ANGEBOT

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

- Englisch
- Italienisch
- Französisch
- Spanisch

## BESONDERE SPRACHKURSE

- Griechisch
- Russisch
- Chinesisch

## UNSERE KURSE

Unsere Sprachkurse gibt es als:

- Zeitlich befristete Kurse
- Semesterkurse

## 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

Ab 12. August bis Mitte Januar 2014.

## 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, 08.45 Uhr	Montag, 10.00 Uhr
Montag, 10.45 Uhr	Montag, 11.00 Uhr
Montag, 11.15 Uhr	Montag, 14.00 Uhr
Dienstag, 09.45 Uhr	Dienstag, 15.15 Uhr
Dienstag, 15.15 Uhr	Dienstag, 16.30 Uhr
Mittwoch, 08.15 Uhr	Donnerstag, 11.35 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, 14.00 Uhr	Dienstag, 08.30 Uhr
Dienstag, 09.45 Uhr	Dienstag, 14.00 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, 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

Freitag, 10.00 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	

## 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, 15.05 Uhr	Donnerstag, 13.50 Uhr
---------------------	-----------------------

## Leichte Mittelstufe

### \_ BASEL

Dienstag, 13.55 Uhr	Donnerstag, 16.20 Uhr
---------------------	-----------------------



## Mittelstufe

### \_BASEL

Dienstag, 08.30 Uhr    Dienstag, 11.00 Uhr

Donnerstag, 16.05 Uhr

### \_LIESTAL

Montag, 08.45 Uhr

## Fortgeschrittene Mittelstufe

### \_BASEL

Dienstag, 12.45 Uhr

## Oberstufe: Konversation

### \_BASEL

Dienstag, 16.10 Uhr    Donnerstag, 15.00 Uhr

# Italienisch

## SEMESTERKURSE

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Montag, 14.00 Uhr    Montag, 15.15 Uhr

Mittwoch, 08.30 Uhr    Mittwoch, 09.45 Uhr

Mittwoch, 11.00 Uhr

### Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Freitag, 10.00 Uhr

#### \_LIESTAL

Mittwoch, 13.30 Uhr    Mittwoch, 15.00 Uhr

Freitag, 10.45 Uhr

### Mittelstufe

#### \_BASEL

Dienstag, 14.00 Uhr    Mittwoch, 08.30 Uhr

Mittwoch, 14.00 Uhr    Mittwoch, 15.15 Uhr

Donnerstag, 15.15 Uhr

#### \_ARLESHEIM

Mittwoch, 09.15 Uhr

#### \_LIESTAL

Freitag, 09.00 Uhr

### Fortgeschrittene Mittelstufe

#### \_BASEL

Dienstag, 09.45 Uhr

### Oberstufe: Konversation/Lektüre

#### \_BASEL

Dienstag, 08.30 Uhr    Dienstag, 14.00 Uhr

Mittwoch, 09.45 Uhr    Donnerstag, 14.00 Uhr

#### \_AESCH

Donnerstag, 10.15 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.

# Spanisch

## SEMESTERKURSE

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Montag, 14.00 Uhr    Montag, 15.15 Uhr

Donnerstag 12.45 Uhr    Freitag, 09.15 Uhr

### Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Donnerstag, 09.00 Uhr    Donnerstag, 11.30 Uhr

Freitag, 10.30 Uhr

### Mittelstufe

#### \_BASEL

Donnerstag, 10.15 Uhr    Freitag, 09.45 Uhr

### Oberstufe: Konversation/Lektüre

#### \_BASEL

Donnerstag, 11.00 Uhr

# Griechisch

### Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Montag, 09.15 Uhr

# Russisch

### Leichte Mittelstufe

#### \_BASEL

Montag, 08.15 Uhr

# Chinesisch

### Fortgeschrittene Anfänger

#### \_BASEL

Mittwoch, 11.15 Uhr



## Computer, iPad, Digitalfotografie

### UNSERE KURSE

- Computer
- Fotografie
- Handy
- iPad

### 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), die Ihnen bei der Computerarbeit zu Hause als Hilfe dienen können.

In Kursen ab 9 Lektionen können Sie zusätzlich und kostenlos **2 Übungslektionen** besuchen.

### INFRASTRUKTUR

Wir unterrichten mit dem Betriebssystem

#### Windows 7 und 8. Für Mac-Anwender/-innen

bieten wir Kurse mit dem eigenen Gerät und Privatstunden an (siehe «Mac-Angebot» und «Privatangebote»).

### KURS DATEN UND UNTERRICHTSZEITEN

Wir organisieren laufend neue Kurse. Die Kurseinheiten betragen 2 oder 3 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.

## iPad

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!

### KAUF, INSTALLATION UND SCHULUNG

Sie erhalten von uns Beratung, Gerät, Einrichten Internetanschluss und Schulung aus einer Hand. Aktuelle Preise der Geräte und nähere Angaben zum Angebot erhalten Sie telefonisch unter: 061 206 44 66.

### 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. 130.– (exkl. Wegpauschale)

### 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 und Passwort).

Daten 13. – 27. August

Tag/Zeit Dienstag, 14.00 – 16.00 Uhr

Kosten Fr. 250.– (inkl. Unterlagen)

Besonderes 5 – 6 Personen

Anmeldung bis 30. Juli

### 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

Datum 15. Oktober

Tag/Zeit Dienstag, 16.15 – 18.15 Uhr

Kosten Fr. 90.– (inkl. Unterlagen)

Besonderes 3 – 5 Personen

Anmeldung bis 1. Oktober

### Fokus: Podcast

Fernseh- und Radiosendungen (Podcasts) 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

Datum 22. Oktober

Tag/Zeit Dienstag, 16.15 – 18.15 Uhr

Kosten Fr. 90.–

Besonderes 3 – 5 Personen

Anmeldung bis 8. Oktober

### 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

Datum 8. Oktober

Tag/Zeit Dienstag, 16.15 – 18.15 Uhr

Kosten Fr. 90.–

Besonderes 3 – 5 Personen

Anmeldung bis 24. September

## Mac-Angebot

### Mac Basis mit Internet

Schritt für Schritt die Handhabung ihres eigenen Macs kennen lernen. Oberfläche des Betriebssystems organisieren, Texte schreiben, korrigieren und speichern, vorhandene Programme sinnvoll einsetzen und das Internet nutzen.

Voraussetzungen: Keine, ausser eigener portabler Mac, den Sie in den Unterricht mitbringen.

Daten 18. Oktober – 15. November (5x)

Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.00 Uhr

Kosten Fr. 390.–

Besonderes 5 – 6 Personen

Anmeldung bis 4. Oktober

### Fokus Mac/iTunes/iPhone

Musik, Filme, Fotos, Podcasts, Hörbücher oder Fernsehsendungen in iTunes organisieren und mit dem eigenen iPhone oder iPad synchronisieren.

Voraussetzungen: Kurs «Mac Basis mit Internet» oder entsprechende Kenntnisse, eigener portabler Mac, den Sie in den Unterricht mitbringen.

Daten 18. Oktober – 25. Oktober (2x)

Tag/Zeit Freitag, 16.15 – 18.15 Uhr

Kosten Fr. 200.–

Besonderes 5 – 6 Personen

Anmeldung bis 4. Oktober



## Mac und Digitalkamera Basis

Mit iPhoto, das auf jedem Mac vorinstalliert ist, Bilder von der Kamera auf den Computer übertragen, verschieben, umbenennen, per E-Mail versenden, drucken und Diashow gestalten. Sicherungskopien anlegen, Bilder auf CD brennen und auf einen Memorystick speichern.

Voraussetzungen: Kurs «Mac Basis mit Internet» oder entsprechende Kenntnisse, eigener portabler Mac und Digitalkamera, die Sie in den Unterricht mitbringen.

Daten 22. November – 20. Dezember (5x)  
Tag/Zeit Freitag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Kosten Fr. 390.–  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 8. November

## Mac und Video Basis

Mit iMovie, das auf jedem Mac vorinstalliert ist, Videosequenzen importieren, schneiden, mit Vor- und Abspann versehen und auf DVD brennen.

Voraussetzung Kurs «Mac Basis mit Internet» oder entsprechende Kenntnisse, eigener portabler Mac und Videokamera, die Sie in den Unterricht mitbringen.

Daten 22. November – 20. Dezember (5x)  
Tag/Zeit Freitag, 16.15 – 18.15 Uhr  
Kosten Fr. 390.–  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 8. November

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

# PC Grundlagen

## PC Basis Windows 7

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

Daten 12. August – 9. September (5x)  
Tag/Zeit Montag, 10.15 – 11.15 Uhr  
Kosten Fr. 390.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 26. Juli

## PC Basis Windows 8

Daten 12. August – 9. September (5x)  
Tag/Zeit Montag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Kosten Fr. 390.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 26. Juli

## PC Basiserweiterung

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

Daten 12. August – 9. September (5x)  
Tag/Zeit Montag, 16.15 – 18.15 Uhr  
Kosten Fr. 390.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 26. August

## PC Aufbau

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

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

Daten 13. – 27. August (3x)  
Tag/Zeit Dienstag, 09.15 – 12.05 Uhr  
Kosten Fr. 378.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 27. Juli

## Umsteigen auf Windows 8

Für alle, die bereits längere Praxis in der Computeranwendung haben und auf das Betriebssystem Windows 8 umsteigen möchten. Allgemeine Neuerungen, Metro Oberfläche, Applikationen, Benutzerkonten einrichten, Verknüpfungen erstellen, Tastenkombinationen, Dateioorganisation und Sicherung.

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

Daten 15. – 29. August (3x)  
Tag/Zeit Donnerstag, 09.15 – 12.05 Uhr  
Kosten Fr. 378.– (inkl. 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 23. Juli

## Fokus: PC Systempflege

Was kann gelöscht, was muss gewartet und was gesichert werden. Windows optimieren und Geschwindigkeit verbessern.

Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau», längere Praxis in der Computeranwendung

Datum 24. September  
Tag/Zeit Dienstag, 09.15 – 12.05 Uhr  
Kosten Fr. 150.–  
Besonderes 2 – 3 Personen  
Anmeldung bis 10. September

# Office-Programme

## Microsoft Word Basis

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

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse

Daten 23. August – 6. September (3x)  
Tag/Zeit Freitag, 09.15 – 12.05 Uhr  
Kosten Fr. 378.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 9. August

## Werkstatt Windows, Word, Excel & Co.

Die Inhalte dieses Kurses werden von den Teilnehmenden mitbestimmt. Die Werkstatt ermöglicht, Fragen zu bearbeiten, die im Computertag auftauchen und alleine nicht gelöst werden können.

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse und Praxis in der Computeranwendung.

Daten 15. August – 12. September (5x)  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Kosten Fr. 390.–  
Besonderes 3 – 6 Personen  
Anmeldung bis 29. Juli

## Microsoft Excel Basis

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

Voraussetzungen: Kurs «PC Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
Daten 18. Oktober – 1. November (3x)  
Tag/Zeit Freitag, 09.15 – 12.05 Uhr  
Kosten Fr. 378.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 4. Oktober



# Internet und E-Mail

## Internet Basis

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

Daten	21. August – 4. September (3x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 09.15 – 12.05 Uhr
Kosten	Fr. 378.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)
Besonderes	5 – 6 Personen
Anmeldung	bis 7. August

## Internet Aufbau

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

Daten	5. – 19. November (3x)
Tag/Zeit	Dienstag, 09.15 – 12.05 Uhr
Kosten	Fr. 378.– (inkl. 2 Übungslektionen)
Besonderes	5 – 6 Personen
Anmeldung	bis 22. Oktober

## E-Mail Basis

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

Daten	16. September – 14. Oktober (5x)
Tag/Zeit	Montag, 16.15 – 18.15 Uhr
Kosten	Fr. 390.– (inkl. 2 Übungslektionen)
Besonderes	5 – 6 Personen
Anmeldung	bis 2. September

## Fokus: Suchen im Internet

Tipps und Tricks für die erfolgreiche Suche von Themen, Büchern, News, Telefonnummern etc.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

Daten	1. – 8. Oktober (2x)
Tag/Zeit	Dienstag, 10.15 – 12.15 Uhr
Kosten	Fr. 200.–
Besonderes	2 – 3 Personen
Anmeldung	bis 17. September

## Fokus: Ricardo

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

Daten	21. – 28. Oktober (2x)
Tag/Zeit	Montag, 16.15 – 18.15 Uhr
Kosten	Fr. 200.–
Besonderes	2 – 3 Personen
Anmeldung	bis 7. Oktober

## Fokus: Skype

Mit Skype weltweit über das Internet gratis telefonieren.

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

Datum	16. September
Tag/Zeit	Montag, 10.15 – 12.15 Uhr
Kosten	Fr. 100.–
Besonderes	2 – 3 Personen
Anmeldung	bis 2. September

## Fokus: E-Banking

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

Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse

Datum	25. November
Tag/Zeit	Montag, 14.00 – 16.00 Uhr
Kosten	Fr. 100.–
Besonderes	2 – 3 Personen
Anmeldung	bis 11. November

# Digitalfotografie

## Digitalfotografie Basis

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

Voraussetzungen: Eigene Digitalkamera

Daten	20. – 27. August (2x)
Tag/Zeit	Dienstag, 16.15 – 19.05 Uhr
Kosten	Fr. 240.–
Besonderes	5 – 6 Personen
Anmeldung	bis 6. August

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

# Bilderarchivierung und -bearbeitung

## Digitalkamera & Computer Basis

Bilder von der Kamera auf den Computer übertragen, verschieben, umbenennen, per E-Mail versenden, drucken und per Internet an das Fotolabor weitergeben, Sicherungskopien anlegen, Bilder auf CD brennen und auf einen Memorystick speichern.

Voraussetzungen: Kurs «PC Aufbau» oder entsprechende Kenntnisse

Daten	14. August – 11. September (5x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 16.15 – 18.15 Uhr
Kosten	Fr. 390.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)
Besonderes	5 – 6 Personen
Anmeldung	bis 31. Juli

## Fokus: Bildbearbeitung Picasa

Grundlagen der Bildbearbeitung wie Helligkeit und Kontrast verändern, Bildausschnitte erstellen und mit Farben experimentieren.

Voraussetzungen: Kurs «Digitalkamera & Computer Basis» oder entsprechende Kenntnisse

Daten	18. – 25. September (2x)
Tag/Zeit	Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr
Kosten	Fr. 200.– (inkl. Unterlagen)
Besonderes	2 – 3 Personen
Anmeldung	bis 4. September

## Werkstatt mit Bildern arbeiten

Die Inhalte dieses Kurses werden von den Teilnehmenden mitbestimmt. In dieser Werkstatt können Fragen zu der Organisation, Bearbeitung und Weitergabe von eigenen Bildern beantwortet werden.

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse und Praxis in der Computeranwendung

Daten	26. September – 10. Oktober (3x)
Tag/Zeit	Donnerstag, 09.15 – 12.05 Uhr
Kosten	Fr. 378.–
Besonderes	3 – 6 Personen
Anmeldung	bis 12. September

## Fokus: Fotobücher

Mit Ihren eigenen Fotos ein Fotobuch gestalten und per Internet bei einem beliebigen Anbieter bestellen.

Voraussetzungen: Kurs «Digitalkamera & Computer Basis» oder entsprechende Kenntnisse

Datum	2. Juli
Tag/Zeit	Dienstag, 10.15 – 12.15 Uhr
Kosten	Fr. 100.– (inkl. Unterlagen)
Besonderes	2 – 3 Personen
Anmeldung	bis 18. Juni



## Fokus: Fotobücher

Datum 11. September  
Tag/Zeit Mittwoch, 10.15 – 12.15 Uhr  
Kosten Fr. 100.– (inkl. Unterlagen)  
Besonderes 2 – 3 Personen  
Anmeldung bis 28. August

## Fokus: Diashow

Mit Digitalkamerabildern eine Diashow mit Texten und Musik für die Ansicht am PC und am Fernsehgerät erstellen.  
Voraussetzungen: Kurs «Digitalkamera & Computer Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
Datum 18. – 25. September (2x)  
Tag/Zeit Mittwoch, 10.15 – 12.15 Uhr  
Kosten Fr. 200.– (inkl. Unterlagen)  
Besonderes 2 – 3 Personen  
Anmeldung bis 4. September

## Bildbearbeitung Basis

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  
Daten 15. August – 12. September (5x)  
Tag/Zeit Donnerstag, 16.15 – 18.15 Uhr  
Kosten Fr. 390.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 31. Juli

## Bildbearbeitung Aufbau

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  
Daten 17. Oktober – 14. November (5x)  
Tag/Zeit Donnerstag, 16.15 – 18.15 Uhr  
Kosten Fr. 390.– (inkl. Unterlagen und 2 Übungslektionen)  
Besonderes 5 – 6 Personen  
Anmeldung bis 3. Oktober

## Fokus: Alte Fotos auffrischen

Ihre eigenen alten (Familien-) Fotos einscannen, fehlerhafte Stellen retouchieren und Bilder kolorieren.  
Voraussetzungen: Kurs «Bildbearbeitung Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
Daten 21. – 28. November (2x)  
Tag/Zeit Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Kosten Fr. 200.– (inkl. Unterlagen)  
Besonderes 2 – 3 Personen  
Anmeldung bis 7. November

# Multi- & Social Media

## Fokus: Facebook

Das soziale Netzwerk im Internet kennen und richtig nutzen lernen.  
Voraussetzungen: Kurs «Internet Basis» oder entsprechende Kenntnisse  
Daten 23. – 30. September (2x)  
Tag/Zeit Montag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Kosten Fr. 200.–  
Besonderes 2 – 3 Personen  
Anmeldung bis 9. September

## Fokus: Podcasts

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  
Daten 2. Dezember – 9. Dezember (2x)  
Tag/Zeit Montag, 14.00 – 16.00 Uhr  
Kosten Fr. 200.–  
Besonderes 2 – 3 Personen  
Anmeldung bis 18. November

# Privatangebote

Im Kurszentrum oder bei Ihnen zu Hause.

## Upgrade auf Windows 8

Rüsten Sie jetzt auf: Windows 8 bringt auch für ältere Computer viele Vorteile. Wir sichern Ihre persönlichen Daten (Dokumente, Bilder, E-Mail Adressen, Lesezeichen etc.) und erledigen für Sie das Upgrade auf Ihrem alten PC schnell und sicher.  
Upgrade Fr. 100.– (exkl. Software), Sicherung der Daten nach Aufwand:  
60 Min.\*, Fr. 130.– (exkl. Wegpauschale)

## Begleitung beim Computerkauf

Wir begleiten Sie zum Computerkauf, bringen das Gerät zu Ihnen nach Hause, richten Ihren Internet-Anschluss ein und nehmen Ihnen alle technischen Sorgen mit der Neuanschaffung ab.  
60 Min.\*, Fr. 130.– (exkl. Wegpauschale)

## Support Mac/Windows PC/iPad

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?  
60 Min.\*, Fr. 130.– (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?  
60 Min.\*, Fr. 130.– (exkl. Wegpauschale)

## Begleitung beim Digitalkamerakauf

Wir begleiten Sie zum Digitalkamerakauf und helfen Ihnen, das richtige Gerät für Ihre Bedürfnisse auszuwählen.  
60 Min.\*, Fr. 130.– (exkl. Wegpauschale)

## Privatlektion Digitalkamera

Sie möchten die wichtigsten Einstellungen und Menüfunktionen 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. 95.– (im Kurszentrum)

## Privatlektion Handy/Smartphone

Sie möchten die wichtigsten Einstellungen und Menüfunktionen besser kennen lernen und nutzen. Eine Fachperson erklärt Ihnen Handhabung und Funktionsumfang Ihres Gerätes. Funktionen ohne Computersynchronisation.  
1 Lektion à 50 Min., Fr. 95.– (im Kurszentrum)

\* wird ab der ersten Stunde pro 15 Minuten abgerechnet.





Hören Sie das Gras wachsen?

Dann rufen Sie unsere **Gärtner.**

**pro**senectute<sup>beider</sup>base



# Sommerferienprogramm

## Bildung

### Sprachen & Kultur

#### Italien zu Hause – ein Ferienkurs

Stufe: leichte Mittelstufe

Aktuelle Texte, Lieder, Gedichte – lesen, reden und geniessen.

Daten	1. – 5. Juli (5x)
Tag/Zeit	Mo – Fr, 10.30 – 11.30 h
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Valeria Balmelli Iberg, lic.phil. I
Kosten	Fr. 120.–
Anmeldung	bis 19. Juni

#### Spanien zu Hause – ein Ferienkurs

Stufe: leichte Mittelstufe

Aktuelle Texte, Lieder, Gedichte – lesen, reden und geniessen.

Daten	1. – 5. Juli (5x)
Tag/Zeit	Mo – Fr, 10.00 – 11.00 h
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Eva Norona
Kosten	Fr. 120.–
Anmeldung	bis 19. Juni

#### England zu Hause – ein Ferienkurs

Stufe: leichte Mittelstufe

Aktuelle Texte, Lieder, Gedichte – lesen, reden und geniessen.

Daten	8. – 12. Juli (5x)
Tag/Zeit	Mo – Fr, 10.00 – 11.00 h
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Claudia Geisser
Kosten	Fr. 120.–
Anmeldung	bis 25. 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/Altstadt/Grün 80.

Daten	8. – 12. Juli (5x)
Tag/Zeit	Mo – Fr, 09.00 – 11.30 h
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Antoinette Godet
Kosten	Fr. 190.–
Besonderes	Material/Klappstuhl mitbringen! Bei schlechtem Wetter drinnen
Anmeldung	bis 26. Juni

#### Sommerkurs – Zeichnen

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

Daten	15. – 19. Juli (5x)
Tag/Zeit	Mo – Fr, 09.00 – 11.30 h
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Antoinette Godet
Kosten	Fr. 190.–
Besonderes	Zeichenblock A3
Anmeldung	bis 1. Juli

#### Numerologie-Intensivkurs

In dieser vertieften Einführung und Anwendung lernen Sie die Bedeutung unserer ganz persönlichen Zahlen und die Wissenschaft der Zahlen kennen.

Datum	15. – 18. Juli (4x)
Tag/Zeit	Mo – Do, 09.30 – 11.30 h
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Christine Keiser
Kosten	Fr. 180.–
Anmeldung	bis 1. Juli

#### Pendeln-Intensivkurs

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

Daten	29. – 31. Juli (3x)
Tag/Zeit	Mo – Mi, 09.30 – 11.30 h
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Christine Keiser
Kosten	Fr. 160.–
Anmeldung	bis 15. Juli

### Technik

#### Wie funktioniert meine Digitalkamera?

Datum/Zeit	Mo, 15. Juli, 09.00 – 12.00 h (inkl. Pause)
Treffpunkt	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Peter Hunziker
Kosten	Fr. 114.–
Voraussetzung	Eigene Digitalkamera
Besonderes	Bei schönem Wetter findet der Kurs teilweise draussen statt
Anmeldung	bis 1. Juli

#### Wie fotografiere ich besser?

Datum/Zeit	Di, 16. Juli, 09.00 – ca. 16.00 h (bei schlechtem Wetter am Freitag, 19. Juli) (inkl. Reise und Mittagspause)
Treffpunkt	Liestal Bahnhof, 08.50 Uhr bei der Bushaltestelle, Bus Nr. 70
Leitung	Peter Hunziker
Kosten	Fr. 210.– inkl. Gondelbahn (exkl. Fahrspesen bis Reigoldswil ⇄)
Voraussetzung	Eigene Digitalkamera
Besonderes	Gut zu Fuss, Picknick mitbringen
Anmeldung	bis 2. Juli

#### Wie bestelle ich Fotos per Internet?

Datum/Zeit	Mi, 17. Juli, 09.00 – 12.00 h (inkl. Pause)
Treffpunkt	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Peter Hunziker
Kosten	Fr. 114.–
Voraussetzung	PC-Grundlagen und Internetkenntnisse
Anmeldung	bis 3. Juli

#### Wie erstelle ich ein digitales Fotobuch?

Datum/Zeit	Do, 18. Juli, 09.00 – 12.00 h
Treffpunkt	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Peter Hunziker
Kosten	Fr. 114.–
Voraussetzung	PC-Grundlagen und Internetkenntnisse
Anmeldung	bis 4. Juli

#### Wie lade und organisiere ich Fotos?

Datum/Zeit	Mo, 22. Juli, 09.00 – 12.00 h
Treffpunkt	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Jean-François Gächter
Kosten	Fr. 114.–
Voraussetzung	Mac Grundkenntnisse, eigener portabler Mac und Kamera mitbringen
Anmeldung	8. Juli

#### Wie präsentiere ich meine Fotos?

Datum/Zeit	Di, 23. Juli, 09.00 – 12.00 h
Treffpunkt	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Jean-François Gächter
Kosten	Fr. 114.–
Voraussetzung	Mac Grundkenntnisse, eigener portabler Mac und Kamera mitbringen
Anmeldung	9. Juli



## Fotos und Musik aufs iPhone/iPad laden

Datum/Zeit	Mi, 24. Juli, 09.00 – 12.00 h
Treffpunkt	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Jean-François Gächter
Kosten	Fr. 114.–
Voraussetzung	Mac Grundkenntnisse, eigener portabler Mac und Kamera mitbringen
Anmeldung	10. Juli

## Nützliche Apps aufs iPhone/iPad laden

Datum/Zeit	Do, 25. Juli, 09.00 – 12.00 h
Treffpunkt	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Jean-François Gächter
Kosten	Fr. 114.–
Voraussetzung	iPad Grundkenntnisse, eigenes iPad (kann auch ausgeliehen werden)
Anmeldung	11. Juli

## iPad Basiskurs

Datum	22. – 24. Juli 2013
-------	---------------------

## iPad Vertiefungskurs

Datum	25. – 27. Juli 2013
-------	---------------------

Für nähere Informationen zu den iPad-Kursen verlangen Sie das Detailprogramm.

# Sport

## Angebote in angenehm kühlem Raum

### Kraft und Beweglichkeit

Daten	Mi, 3. – 17. Juli (3x)
Zeit	09.00 – 10.00 h
Ort	! Fitnesscenter 50+, Belchenstr. 15
Leitung	Sabine Chambovey, Bewegungspädagogin
Kosten	Fr. 43.50
Anmeldung	bis 19. Juni

### Gymnastik für zu Hause

Trainingsideen mit Alltagsgegenständen für zu Hause

Daten/Zeit	Mi, 3. – 17. Juli / 10.00 – 11.00 h (3x)
Ort	! Fitnesscenter 50+, Belchenstr. 15
Leitung	Sabine Chambovey, Bewegungspädagogin
Kosten	Fr. 43.50
Anmeldung	bis 19. Juni

## Fit/Beweglich

Daten	Di, 23. Juli – 6. Aug.
Zeit	12.30 – 13.30 h (3x)
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Nicole Wälchli, Bewegungspädagogin
Kosten	Fr. 43.50
Anmeldung	bis 9. Juli

## Rückentraining Kurse

<b>Kurs 1</b>	Do, 11. – 25. Juli / 14.30 – 15.30 h (3x)
Leitung	Sarah Reinhard, Rückenschullehrerin, dipl. Sportwissenschaftlerin
Anmeldung	bis 27. Juni

<b>Kurs 2</b>	Mo, 22. Juli – 5. Aug. 09.00 – 10.00 h (3x)
Leitung	Kathrin Reinhard, Bewegungspädagogin
Anmeldung	bis 8. Juli

Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Kosten	Fr. 43.50

## Yoga

Daten/Zeit	Mo, 4., 11. u. 25.7., 10.00 – 11.00 Uhr
Ort	! Fitnesscenter 50+, Belchenstr. 15
Leitung	Olivia Rasser, Yoga-Lehrerin
Kosten	Fr. 57.–
Anmeldung	bis 27. Juni

## Bewegen und Tanzen mit Freude

Daten	Mo, 22. Juli – 5. Aug.
Zeit	10.00 – 11.00 h (3x)
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Kathrin Reinhard, Bewegungspädagogin
Kosten	Fr. 43.50
Anmeldung	bis 8. Juli

## Beckenbodentraining

Daten/Zeit	Do, 11. – 25. Juli / 15.30 – 16.30 h (3x)
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Sarah Reinhard, Rückenschullehrerin, dipl. Sportwissenschaftlerin
Kosten	Fr. 43.50
Anmeldung	bis 27. Juni

## Orientalischer Bauchtanz, Einsteigerkurs

Daten/Zeit	Do, 4. – 18. Juli / 19.00 - 20.00 h (3x)
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Maja Meier, Bewegungspädagogin, orientalische Tanzlehrerin
Kosten	Fr. 60.–
Anmeldung	bis 20. Juni

## Ernährung/ Bewegung/ Entspannung

Daten/Zeit	Mo, 8. – 22. Juli / 16.30 – 17.30 h (3x)
Ort	Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29
Leitung	Caroline Schnell, Ernährungsberaterin/-coach, Life Kinetik Trainerin
Kosten	Fr. 43.50
Anmeldung	bis 24. Juni

## Angebote im Hallenbad Weiherweg

### AquaGym

Kurs 1	Mo, 22. Juli – 5. Aug., 09.30 – 10.15 h
Kurs 2	Mo, 22. Juli – 5. Aug., 10.15 – 11.00 h
Kurs 3	Mi, 24. Juli – 7. Aug., 09.30 – 10.15 h
Kurs 4	Mi, 24. Juli – 7. Aug., 10.15 – 11.00 h
	Alle 4 Kurse sind je (3x)
Ort	Weiherweg Alterszentrum, Rudolfstr. 43
Leitung	Monika Röthlisberger, Aqua-Power-Instruktorin
Kosten	Fr. 33.–
Anmeldung	bis 27. Juni

## Angebote im Freien

Kosten	Fr. 6.– (Einzelbeitrag) oder mit Abo
Anmeldung	nicht erforderlich
Besonderes	Einmalige Teilnahme möglich

## Fit durch den Sommer

Kurs 1	Mo, 1. Juli – 5. August / 09.00 - 10.00 h
Kurs 2	Do, 4. Juli – 8. August / 09.00 - 10.00 h
Ort	Sportzentrum Schützenmatte
Treffpunkt	08.45 Uhr Garderobengebäude (Steinhaus), Haltestelle Bundesplatz/Tram 8, Eingang bei den Glascontainern

## Tanzend durch den Sommer

Daten	Do, 4. Juli – 8. August / 09.30 - 11.00 h
Ort	Grün 80 beim Restaurant Seegarten

## Nordic Walking/Walking im Sommer

Kurs 1	Di, 2. Juli – 6. Aug., 09.30 – 10.30 h
Kurs 2	Fr, 12. Juli / 26. Juli / 9. Aug., 09.30 – 10.30 h
Ort	Lange Erlen, Ökonomiegebäude Schorenweg 117
Kurs 3	Mi, 3. Juli – 7. Aug., 09.00 – 10.00 h
Kurs 4	Fr, 5. Juli – 9. Aug., 09.00 – 10.00 h
Ort	Brüglingerstr. 113, vor dem Pro Senectute Haus