



# Freizeitzentrum Programm

## FZZ Mitteilungen

Liebe Leser:innen

Die Tage werden wieder länger und wärmer.

Auch diesen Monat haben wir ein abwechslungsreiches Programm für euch.

Wer Lust auf Ausgang hat, kann entweder **Bowlen** gehen oder an der **Bildungsclub-Disco** den Abend durchtanzen.

Es gibt zwei tolle **Wanderungen** im Mai. Wir machen uns nochmals auf den **Weg der Birs entlang**. Oder gehen auf **Entdeckungs-Tour** in **Kaiseraugst**.

Im Mai ist ja auch **Muttertag**. Dafür machen wir **Café-Betrieb im FZZ**. Kommt mit euren Müttern und Familien vorbei und feiert gemeinsam.

Für die hungrigen haben wir wieder ein **Hausmacht** mit leckeren **Frühlings-Rezepten**.

Und wer sein Wissen unter Beweis stellen will, kann dies am **Quiz-Brunch** tun.

Auch schauen wir hinter die Kulissen vom **Theater Basel** mit einer spannenden Führung durch das Theater.

Wir freuen uns darauf, mit euch einen spannenden Monat zu verbringen.

Liebe Grüsse & bis bald im FZZ

Alexandra und das FZZ-Team

### Montag Fussballtraining (Starkickers)

**Jeweils montags** Siehe Spiel-Daten auf der Website.  
Für neue interessierte Spieler gibt es genauere Infos unter:  
[www.insieme-basel.ch/freizeit/starkickers](http://www.insieme-basel.ch/freizeit/starkickers) oder Tel. 061 381 03 00

### Mittwoch Treffpunkt im FZZ von 16.30 – 20.30 Uhr

<b>6. Mai</b>	Schinkengipfeli und Frühlings-Salate	<i>CLAUDIA</i>
<b>13. Mai</b>	Couscous mit Gemüse und Schweins-Plätzli	<i>MAXIMILIAN</i>
<b>20. Mai</b>	Frühlings-Gratin mit grünem Spargel	<i>CLAUDIA</i>
<b>27. Mai</b>	Weisse Spargeln mit Salzkartoffen	<i>ALEXANDRA</i>

In der Regel sind alle Gerichte mit Salat und Dessert.  
Kosten CHF 10.– inkl. Kaffee

### Donnerstagsgruppe (für Erwachsene mit besonderem Betreuungsbedarf) *TEAM*

**7./21./28. Mai** Diese Gruppe trifft sich jeweils donnerstags im FZZ zum Mittagessen. Anschliessend gibt es die Möglichkeit an einem Spaziergang oder Ausflug teilzunehmen. Wer im FZZ bleiben möchte, kann dort puzzeln, spielen, malen oder basteln. Oft singen wir auch zusammen Lieder und geniessen ein feines Zvieri.

**Wann und wo** 12.00 – 17.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
**Mitnehmen** CHF 10.– sind immer im Portemonnaie, falls wir unterwegs einkehren.

### Donnerstag Stricken & Häkeln (feste Gruppe) *CHRISTA*

**28. Mai** Die Gruppe trifft sich alle zwei Wochen im FZZ zum Stricken und Häkeln. Jeder bringt seine eigene Strickete mit. Wir unterhalten uns bei der Hand-Arbeit über dies und jenes, trinken etwas zusammen und nehmen es gemütlich. Wenn du willst, helfen wir dir gerne bei deinen Projekten.

**Wann und wo** 18.00 – 20.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
**Kosten** CHF 5.– pro Treffen inkl. Getränke  
**Mitnehmen** Eigene Strickete und Wolle/Garn

### Freitag Senioren-Treff (feste Gruppe) *CLAUDIA*

**1. Mai** Jeweils einmal im Monat kochen wir am Freitag-Mittag ein feines Essen. Der Senioren-Treff richtet sich in erster Linie an ältere Personen. Sie müssen aber nicht zwingend pensioniert sein. Man trifft sich im FZZ zu einem guten Essen und geselligem Beisammen-Sein.

**Menü** Spargel-Risotto  
**Wann und wo** 12.00 – 16.30 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
**Kosten** CHF 12.– für Drei-Gang-Menü inkl. Getränke

### Freitags-Treff (offene Gruppe) *MAXIMILIAN*

**15. Mai** Immer am dritten Freitag im Monat trifft man sich zu einer geselligen Runde im FZZ. Es gibt ein feines Essen und für Spiel, Spass, Malen, Basteln und mehr hat es auch immer Platz. Jede Alters-Gruppe ist willkommen. Schau doch mal rein.

**Menü** Gemischter Salat, Wienerli im Teig, Obst-Salat  
**Wann und wo** 12.00 – 16.30 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
**Kosten** CHF 12.– für Drei-Gang-Menü inkl. Getränke

### Samstagsclub (feste Gruppe) *ALEXANDRA*

**16. Mai** Wir spielen Lotto! Wir machen uns einen gemütlichen Nachmittag. Beim Lotto gibt es tolle Preise zu gewinnen. Danach essen wir ein kleines Zvieri.

**Wann und wo** 14.00 – 17.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
**Kosten** CHF 7.– fürs Zvieri

Die **allgemeinen Bestimmungen** sind auf unserer Website zu finden: [www.insieme-basel.ch/freizeit](http://www.insieme-basel.ch/freizeit)

Das FZZ ist rollstuhlgängig. Bei auswärtigen Programmen bemühen wir uns, diese rollstuhlgängig zu planen. Andernfalls werden Rollstuhlfahrende von uns informiert.

**Kontakt**  
Freizeitzentrum insieme Basel, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
Tel. 061 381 03 00, E-Mail: [freizeit@insieme-basel.ch](mailto:freizeit@insieme-basel.ch), [www.insieme-basel.ch](http://www.insieme-basel.ch)

**Zeichenerklärung**  
 Einfache Wanderung Mittelschwere Wanderung Schwere Wanderung

Bitte frankieren



# Freizeitzentrum Programm

<b>FR 1. Mai</b>	<b>Kino-Abend – HD-Soldat Lämppli</b> <span style="float: right;"><b>MAXIMILIAN</b></span> Ihr habt euch den Film gewünscht, nun zeigen wir ihn! Lämppli wird als vermeintlicher Armee-Gegner verhaftet. Er verpasst die General-Mobilmachung. Schliesslich trifft er doch noch in der Kaserne ein. Dort treibt er jeden Vorgesetzten in den Wahnsinn. Ein sehr lustiger Klassiker der Schweizer Film-Geschichte! 18.30 – 21.30 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel CHF 7.– für Eintritt und kleinen Imbiss mit Getränk
<b>SA 2. Mai</b>	<b>Bowling-Abend</b> <span style="float: right;"><b>ALEXANDRA</b></span> Wir gehen ins Van der Merwe Center. Dort könnt ihr euch im Bowling beweisen. Auch essen wir einen kleinen Imbiss. Wir verbringen einen ausgelassenen Abend voller Spiel und Spass. 18.00 Uhr Haltestelle Allschwil, im Brühl, Bus Nr. 38 Für BTB/Taxi: 18.15 Uhr Van der Merwe Center, Gewerbestrasse 30, 4123 Allschwil 21.00 Uhr gleicher Ort wie Besammlung CHF 35.– fürs Bowling und etwas zu Essen
<b>FR 8. Mai</b>	<b>Bildungsclub-Disco am Tanzfest</b> <span style="float: right;"><b>CLAUDIA</b></span> Gemeinsam besuchen wir die Bildungsclub-Disco am Tanzfest. Dieses Mal findet die Disco in der Kaserne statt. Wir tanzen und feiern zu alten und neuen Hits. Natürlich gibt es auch ein erfrischendes Getränk an der Bar. 19.00 Uhr Tramhaltestelle Kaserne, Tram Nr. 8 Für BTB/Taxi: Klybeckstrasse 1B, Basel (Restaurant Parterre) 22.00 Uhr gleicher Ort wie Besammlung CHF 5.– für Eintritt CHF 10.– für weitere Konsumationen Die Disco findet in der Kaserne statt.
<b>SA 9. Mai</b>	<b>Wanderung – Mündung Ergolz/Rhein</b> <span style="float: right;"><b>MAXIMILIAN</b></span> Auf dieser Wanderung entdecken wir die Gegend bei Kaiseraugst. Dort fliesst die Ergolz in den Rhein. Wir sehen von der deutschen Seite aus auf den Altrhein-Wyhlen. Mit der Fähre fahren wir wieder zurück auf die Schweizer Seite. Dort kehren wir zum Abschluss ins Restaurant ein. 10.00 Uhr Bahnhof SBB, Schalterhalle (Meetingpoint) Für BTB/Taxi: Taxistand beim Gleis 1 15.15 Uhr gleicher Ort wie Besammlung CHF 20.– fürs Zvieri im Restaurant, Lunch und Getränk für unterwegs, ID, U-Abo, Halbtax, Begleiterkarte oder Geld für Tram- und Zugbillett Die Wanderung führt nach Deutschland. Also ID mitnehmen! Reine Wanderzeit ca. 2 Stunden
<b>SO 10. Mai</b>	<b>Muttertags-Café</b> <span style="float: right;"><b>CLAUDIA</b></span> Komm mit deinem Mami bei uns im FZZ vorbei. Zu einem gemütlichen Muttertags-Café im Stil der englischen Tea Time. Bei entspannter Atmosphäre geniessen wir kleine Köstlichkeiten und süsse Leckereien. Ganz so, wie man es von einer traditionellen Tea Time kennt. Gemeinsam möchten wir den Müttern einen besonderen und genussvollen Nachmittag bereiten. 14.00 – 17.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel CHF 8.– Wenn du mit deinem Mami kommst, bitte euch beide anmelden.
<b>SO 17. Mai</b>	<b>Quiz-Brunch</b> <span style="float: right;"><b>MAXIMILIAN &amp; MARTINA</b></span> Der neue Quiz-Brunch geht in die zweite Runde! Wir geniessen zusammen einen herzhaften Brunch. Danach testen wir unser Wissen. In einem einfachen, aber spielerischen und abwechslungsreichen Gruppen-Quiz. Spass ist garantiert! 10.00 – 14.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel CHF 12.– für Brunch und Material/Preise für das Quiz
<b>SA 23. Mai</b>	<b>Wanderung – Der Birs entlang</b> <span style="float: right;"><b>MAXIMILIAN</b></span> Etappe 6: Bärschwil Station – Liesberg. Wahnsinn, bald haben wir es geschafft! Das zweitletzte Stück vor Delsberg führt uns von Bärschwil Station entlang der schönen Birs nach Liesberg. Unterwegs suchen wir einen tollen Platz zum Grillen. In Liesberg Dorf belohnen wir uns und kehren in ein Restaurant für ein Zvieri ein. 10.00 Uhr Bahnhof SBB, Schalterhalle (Meetingpoint) Für BTB/Taxi: Taxistand beim Gleis 1 17.00 Uhr gleicher Ort wie Besammlung CHF 20.– fürs Zvieri, Lunch (Grillgut) und Getränke für unterwegs, wetterangepasste Kleidung, U-Abo, Halbtax, Begleiterkarte oder Geld für Tram- und Zugbillett Wanderzeit ca. 1 1/2 Stunden
<b>FR 29. Mai</b>	<b>Huugmacht – Frühling</b> <span style="float: right;"><b>CLAUDIA</b></span> Im Huugmacht im Mai duftet es nach Frühling im FZZ. Wir kochen und backen feine Köstlichkeiten mit den typischen Frühlings-Zutaten: Spargeln, Frühlings-Kartoffeln, Erdbeeren und Rhabarber. Pack deine Koch-Schürze ein. Lasst uns im Anschluss gemütlich zusammen Nacht essen. 18.00 – 22.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel CHF 12.– Kochschürze, Spass am Kochen und Appetit
<b>SA 30. Mai</b>	<b>Theater-Führung – Theater Basel</b> <span style="float: right;"><b>CLAUDIA</b></span> Hast du dich auch schon mal gefragt, wie es hinter dem roten Vorhang einer Theater-Bühne aussieht? Wie gross der Orchester-Graben ist? Oder wo all die farbenfrohen Kostüme herkommen? Komm mit! Lass dich verzaubern und erfahre mehr über die faszinierende Welt des Theaters. Zum Abschluss der Führung kehren wir noch im Theater-Café ein. 13.45 Uhr Tramhaltestelle Theater, Basel, Tram Nr. 10, 16 Für BTB/Taxi: Taxistand, Tourist Information, Steinenberg 1 16.30 Uhr gleicher Ort wie Besammlung CHF 10.– für die Führung CHF 15.– für Kaffee und Kuchen

**Anmeldetalon** bis spätestens **28. April 2026** zurücksenden.

Ich melde mich für folgende Angebote an (Zutreffendes ankreuzen):

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> <b>1. Mai</b> Kino-Abend – HD Soldat Lämppli   | <input type="checkbox"/> <b>10. Mai</b> Muttertags-Café | <input type="checkbox"/> <b>20. Mai</b> Treffpunkt                      |
| <input type="checkbox"/> <b>2. Mai</b> Bowling-Abend                    | <input type="checkbox"/> mein Mami kommt auch           | <input type="checkbox"/> <b>23. Mai</b> Wanderung – Der Birs entlang    |
| <input type="checkbox"/> <b>6. Mai</b> Treffpunkt                       | <input type="checkbox"/> <b>13. Mai</b> Treffpunkt      | <input type="checkbox"/> <b>27. Mai</b> Treffpunkt                      |
| <input type="checkbox"/> <b>8. Mai</b> Bildungsclub-Disco am Tanzfest   | <input type="checkbox"/> <b>15. Mai</b> Freitags-Treff  | <input type="checkbox"/> <b>29. Mai</b> Huugmacht – Frühling            |
| <input type="checkbox"/> <b>9. Mai</b> Wanderung – Mündung Ergolz/Rhein | <input type="checkbox"/> <b>17. Mai</b> Quiz-Brunch     | <input type="checkbox"/> <b>30. Mai</b> Theater-Führung – Theater Basel |

Für **festе Gruppen**, Samstags-Club, Donnerstags-Gruppe, Stricken & Häkeln und den Senioren-Treff braucht es nur eine einmalige Anmeldung.

- U-Abo     Halbtaxabo     Generalabo     Begleitabo     Identitätskarte     Rollstuhlfahrer:in

Name  Vorname  WH/WG

Strasse  PLZ/Ort

Tel. Privat  Tel. Geschäft  Unterschrift

