



# Freizeitzentrum Programm

## FZZ Mitteilungen Liebe Leser:innen

Im Oktober gibt es viele spannende Angebote.

Unsere Höhepunkte:

Der **Day-Rave** im Club SUPERMARKET in Zürich. Ein Besuch im **Tier-Park Siky-Park**. Das **Herbst-Fest** im FZZ für alle Menschen. Ein Besuch im **Theater ROXY**. Der Brunch zum **Oktober-Fest** und bummeln auf der **Herbst-Messe**.

Natürlich haben wir auch die gewohnten Programme:

Die **Wanderung**. Der **Treffpunkt** mit gutem Essen. Der **Freitags-Treff** mit Antoinette. Das **Hausgmacht** und ein Besuch im **Gottes-Dienst**.

Beim Programm ist ein Frage-Bogen dabei. Bitte fülle den Frage-Bogen aus. Bring den Bogen zum FZZ. Oder schicke den Bogen mit der Post. Du findest den Frage-Bogen auch auf unserer Web-Seite beim Monats-Programm.

Viel Spass beim Durchstöbern des Programms!

Mirjam und das FZZ-Team

## Dienstag Fussballtraining (Starkickers)

**Jeweils dienstags** Siehe Spiel-Daten auf der Webseite.

Für neue interessierte Spieler:innen 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 Treff-Punkt im FZZ von 16.30 – 20.30 Uhr

|                    |                                  |                  |
|--------------------|----------------------------------|------------------|
| <b>7. Oktober</b>  | Penne mit Carbonara Sauce        | <i>CLAUDIA</i>   |
| <b>14. Oktober</b> | Lasagne mit Kürbis und Salsiccia | <i>GIOVANNI</i>  |
| <b>21. Oktober</b> | Spinat-Gnocchi mit Speck         | <i>GIOVANNI</i>  |
| <b>28. Oktober</b> | Kürbis-Risotto                   | <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*

**15./22./29. Oktober** Diese Gruppe trifft sich jeden Donnerstag im FZZ zum Mittag-Essen. Danach gehen wir spazieren oder machen einen Ausflug. Du kannst auch im FZZ bleiben. Dort kannst du puzzeln oder basteln. Oft singen wir 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*

**1./15./29. Oktober** 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. Wir 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*

**2. Oktober** Wir kochen 1 Mal im Monat am Freitag-Mittag ein feines Essen. Der Senioren-Treff ist vor allem für ältere Personen. Sie müssen aber nicht zwingend pensioniert sein. Man trifft sich im FZZ zu einem guten Essen und geselligem Beisammen-Sein.

**Menü** Kürbis-Auflauf mit Feta  
**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) *ANTOINETTE*

**16. Oktober** Jeden 3. Freitag im Monat haben wir eine gesellige Runde im FZZ. Es gibt ein feines Essen. Es gibt auch Platz für Spiel und Spass. Man kann auch malen oder basteln. Jede Altersgruppe ist willkommen. Schau doch mal rein.

**Menü** Gemischter Salat, Klöpfer Picata, Kürbis-Risotto, Zwetschgen Crumble  
**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) *MAXIMILIAN*

**17. Oktober** Wir gehen ans Märli-Fest in der Steinerschule Münchenstein. Wir hören eine tolle Geschichte von Erna. Ihre Freundin Sibylle begleitet auf ihrer Harfe. Im Anschluss essen wir gemeinsam ein Zvieri. Wir geniessen die märchen-hafte Stimmung!

**Besammlung** 13.15 Uhr Tram-Station Heiligholz, Tram 11  
Für BTB/Taxi: 13.45 Uhr direkt bei der Rudolf-Steiner-Schule, Gutenbergstrasse 1, 4142 Münchenstein

**Ende** 16.45 Uhr gleicher Ort wie Besammlung  
Für BTB/Taxi: 16.30 Uhr gleicher Ort wie Besammlung

**Mitnehmen** CHF 20.– für Zvieri und Eintritt

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

FR 2. Oktober

## Kino-Abend – Dick & Doof

MAXIMILIAN

Wir schauen eines der berühmtesten Film-Duos aller Zeiten!  
Dick und Doof nehmen uns mit auf ihre Abenteuer. Die Filme dauern jeweils eine Stunde. Deshalb werden wir uns gleich zwei Filme anschauen.  
Ein wahrer Lach-Marathon!  
18.30 – 21.30 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
CHF 7.– für Eintritt und kleinen Imbiss mit Getränk

Wann und wo  
Kosten

SA 3. Oktober

## Day-Rave - Disco Supermarket

MAXIMILIAN

Wir fahren gemeinsam nach Zürich an die Tages-Disco im Club Supermarket. Uns erwartet gute Musik, Tanzen und eine tolle Stimmung. Wir verbringen zusammen einen coolen Nachmittag. Dabei geniessen wir den Event als Gruppe. Lasst uns das Tanz-Bein schwingen!  
13.45 Bahnhof SBB, Schalter-Halle (Meeting-Point)  
Für BTB/Taxi: Taxi-Stand beim Gleis 1  
20.35 Uhr gleicher Ort wie Besammlung  
CHF 37.– für das Zug-Billett (mit Halbtax)  
ca. CHF 30.– als Taschengeld für Verpflegungen vor Ort  
Kosten für die Reise werden in Rechnung gestellt.

Besammlung

Ende  
Kosten  
Mitnehmen  
Besonderes

SO 4. Oktober

## Wunsch-Programm: Sikypark

CLAUDIA

Wir besuchen den Sikypark und verbringen zusammen einen spannenden Tag mit Tieren. Dabei gibt es viel zu entdecken und zu beobachten.  
Ein schöner Tages-Ausflug für alle, die Tiere und Natur mögen.  
Zum Mittag-Essen bringst du dein Picknick mit.  
9.10 Uhr Bahnhof SBB, Schalterhalle (Meeting-Point)  
Für BTB/Taxi: 9.00 Uhr Taxi-Stand beim Gleis 1  
18.30 Uhr gleicher Ort wie Besammlung  
CHF 36.– für das Zug-Billett (mit Halbtax) und Eintritt  
CHF 30.– für Zvieri und Souvenir  
Kosten für die Reise werden in Rechnung gestellt.

Besammlung

Ende  
Kosten  
Mitnehmen  
Besonderes

SO 11. Oktober

## Herbscht-Fest insieme Basel

TEAM

Heute öffnen wir unsere Türen bei unserem Herbscht-Fest im FZZ.  
Es gibt eine Vernissage der Mal-Ferien. Bewundere die schönen Bilder, welche gemalt wurden. Bei verschiedenen lustigen Spielen kannst du dein Können beweisen. Natürlich haben wir auch leckeres Essen und Getränke.  
Komm vorbei und feiere mit uns  
11.00 – 15.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
Für diesen Tag könnt ihr euch nicht anmelden.  
Wir können keine Begleitung anbieten.

Wann und wo  
Besonderes

FR 16. Oktober

## ROXY - LILA

CLAUDIA

LILA ist ein Tanz-Stück vom Theater ROXY. Es geht ums Weiter-machen. Es geht auch ums Fehler-machen. Es geht darum, wie wir verstanden werden wollen. Es ist eine Liebes-Erklärung an das Tanzen. Und erzählt mit viel Humor vom Scheitern. Die Vorstellung wird magisch und lustig.  
19.15 Uhr Haltestelle Schulstrasse, Tram 3  
Für BTB/Taxi: Theater ROXY, Muttenerstr. 6, 4127 Birsfelden  
21.30 Uhr gleicher Ort wie Besammlung  
CHF 15.– für den Eintritt

Besammlung

Ende  
Kosten

SO 18. Oktober

## Oktober-Fest-Brunch

CLAUDIA

Es ist Oktober-Fest!! Ein Brunch mit Volks-Musik, Bier, Brezel und Spass. Natürlich haben wir auch alkohol-freies Bier und Süss-Getränke.  
10.00 –14.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
CHF 10.–  
Komm im Dirndl oder Leder-Hose.

Wann und wo  
Kosten  
Mitnehmen

SA 24. Oktober

## Wanderung – Reben bei Maisprach

CLAUDIA

Die Wanderung führt stetig leicht abwärts vom Pass runter. Wir gehen zu den Reben bei Maisprach. Unterwegs finden wir verschiedene Holz-Skulpturen. Beim Picknick geniessen wir die Aussicht.  
Am Ende der Wanderung kehren wir ins Café Heimat in Gelterkinden ein.  
10.00 Uhr Bahnhof SBB, Schalterhalle (Meeting-Point)  
Für BTB/Taxi: 10.00 Uhr Taxi-Stand beim Gleis 1  
16.50 Uhr gleicher Ort wie Besammlung  
CHF 20.– fürs Zvieri im Restaurant, Lunch und Getränk für unterwegs, U-Abo, Halbtax, Begleit-Abo oder Geld für die ÖV  
Reine Wanderzeit ca. 2,5 Stunden.  

Besammlung

Ende  
Mitnehmen

Besonderes

SO 25. Oktober

## Gottes-Dienst «Zäme fiire» in Münchenstein

CLAUDIA

Wir singen und jubeln. Wir machen Musik. Wir sprechen über Gott und die Welt. In diesem Gottes-Dienst sagen wir Danke für alles.  
Nach dem Gottes-Dienst essen wir zusammen zu Mittag.  
10.30 Uhr Loogstrasse Halte-Stelle Tram 11  
Für BTB/Taxi: 10.45 Uhr Ref. Kirche, 4142 Münchenstein, Lärchenstrasse 3  
13.30 Uhr gleicher Ort wie Besammlung  
CHF 10.– fürs Mittag-Essen inkl. Dessert und Getränke

Besammlung

Ende  
Kosten

FR 30. Oktober

## Huusgmacht «Herbst»

CLAUDIA

Gemeinsam kochen wir uns ein feines, herbstliches Nachtessen. Es gibt eine Vorspeise, einen Hauptgang und ein Dessert. Natürlich mit frischem Kürbis, Äpfeln und Birnen, passend zum Herbst.  
18.00 – 21.45 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel  
CHF 12.–  
Kochschürze, Spass am Kochen und Appetit

Wann und wo  
Kosten  
Mitnehmen

SA 31. Oktober

## Messe-Bummel

ALEXANDRA

Wir gehen an die Herbst-Messe! Es erwarten euch Bahnen, leckeres Essen und magische Stimmung. Wir gehen zuerst auf den Münster-Platz. Dort können wir uns durchs Essen probieren. Danach gehen wir auf die andere Rhein-Seite zur Kaserne. Zum Schluss geniessen wir die schönen Lichter und das Karussell auf dem Petersplatz.  
13.00 Uhr Kunst-Museum: beim Zschokke-Brunnen  
Für BTB/Taxi: beim Zschokke-Brunnen, Seite Dufour-Strasse  
17.00 Uhr Spalen-Tor, bei der Halte-Stelle Bus Nr. 30 und 33  
Für BTB/Taxi: vor dem ehemaligen Restaurant Apulia, Schützengraben 62  
CHF 40.– Taschen-Geld für Essen, Stände und Bahnen  
Ende ist an einem anderen Ort

Besammlung

Ende

Mitnehmen  
Besonderes

Anmeldetalon bis spätestens 29. September 2026 zurücksenden.

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

- ☐ 2. Oktober Kino-Abend «Dick & Doof»
- ☐ 3. Oktober Day-Rave Disco
- ☐ 4. Oktober Sikypark
- ☐ 7. Oktober Treffpunkt
- ☐ 14. Oktober Treffpunkt
- ☐ 16. Oktober Freitags-Treff
- ☐ 16. Oktober ROXY - LILA
- ☐ 18. Oktober Oktober-Fest-Brunch
- ☐ 21. Oktober Treffpunkt
- ☐ 24. Oktober Wanderung
- ☐ 25. Oktober Gottes-Dienst «Zäme fiire»
- ☐ 28. Oktober Treffpunkt
- ☐ 30. Oktober Huusgmacht «Herbst»
- ☐ 31. Oktober Messe-Bummel

Für feste Gruppen, Samstagsclub, Donnerstagsgruppe, Stricken & Häkeln und den Seniorentreff 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

