



Kursprogramm

Herbst 2026 / Winter 2027



insieme Basel

Inhalt

| | |
|---|------|
| Neues und Wichtiges aus dem Bildungsclub | I |
| Gut zu wissen | III |
| Wichtig zu wissen | IV |
| Hilfreich zu wissen | VII |
| Daten-Schutz-Erklärung | VIII |
| Neue Kurse im Herbst 2026 und Winter 2027 | X |

Kurse in Basel

Freitag

| | | |
|---------------|-----------------------------|---|
| Kurs 1 | Begleit-Gruppe Bildungsclub | 1 |
|---------------|-----------------------------|---|

Montag

| | | |
|----------------|---|----|
| Kurs 2 | Schmuck | 2 |
| Kurs 3 | Computer-Kurs | 3 |
| Kurs 4 | Italienische Küche 1 | 4 |
| Kurs 5 | Malwerkstatt | 5 |
| Kurs 6 | Trommeln | 6 |
| Kurs 7 | Geschichten aus aller Welt | 7 |
| Kurs 8 | Werken | 8 |
| Kurs 9 | Fasnachts-Laterne | 9 |
| Kurs 10 | Training für den Rücken und den ganzen Körper | 10 |

Dienstag

| | | |
|----------------|---|----|
| Kurs 11 | Unsere Sinnes-Reise | 11 |
| Kurs 12 | Schweizer Lieder für Jung und Alt | 12 |
| Kurs 13 | Zusammen tanzen | 13 |
| Kurs 14 | Kochen und Essen mit Genuss | 14 |
| Kurs 15 | Italienische Küche 2 | 15 |
| Kurs 16 | Basel erkunden mit Tram, Bus und Schiff ... | 16 |
| Kurs 17 | Komm und tanz mit uns | 17 |

| | | | | | |
|----------------------|------------|----------------|--|--------------------|----|
| Mittwoch | NEU | Kurs 18 | Sachen verlieren | 18 | |
| | | Kurs 19 | Geschichten, Düfte, Musik 1 | 19 | |
| | | Kurs 20 | Politik-Café | 20 | |
| | | Kurs 21 | Yoga | 21 | |
| | | Kurs 22 | Lesen und Schreiben für Anfänger und Anfängerinnen | 22 | |
| | | Kurs 23 | Lesen und Schreiben für Fortgeschrittene | 23 | |
| | | Kurs 24 | Handy und Tablet | 24 | |
| | | Kurs 25 | Singen | 25 | |
| | | Kurs 26 | Stricken | 26 | |
| Donnerstag | NEU | Kurs 27 | Englisch | 27 | |
| | | Kurs 28 | Balkan-Musik | 28 | |
| | | Kurs 29 | Freizeit-Ideen für den Ausgang | 29 | |
| | | Kurs 30 | Vögel entdecken | 30 | |
| | | Kurs 31 | Musik live | 31 | |
| | | Kurs 32 | Theater und Bewegung | 32 | |
| | | Kurs 33 | singsieme | 33 | |
| Donnerstag / Samstag | NEU | Kurs 34 | Ausflug nach Bern zum Bundes-Haus | 34 | |
| Freitag | | Kurs 35 | Natur pur | 35 | |
| | | Kurs 36 | Disco-Kurs | 36 | |
| | | Kurs 37 | Die Bildungsclub-Disco | 37 | |
| Samstag | | Kurs 38 | Tiere erleben | 38 | |
| | | Kurs 39 | Zoo Basel 1 | 39 | |
| | | Kurs 40 | Zoo Basel 2 | 40 | |
| | | Kurs 41 | Nähen | 41 | |
| | | Kurs 42 | Kochen in einfacher Sprache | 42 | |
| | | NEU | Kurs 43 | Boxen | 43 |
| | | | Kurs 44 | Botanischer Garten | 44 |

| | | | |
|---------------------------|----------------|------------------------------------|----|
| Samstag / Sonntag | Kurs 45 | Wohlfühl-Wochenende für Frauen | 45 |
| Sonntag | Kurs 46 | Englisch kochen und Englisch reden | 46 |
| | Kurs 47 | Tierpark Lange Erlen | 47 |
| | Kurs 48 | Gutzi backen | 48 |
| Kurse in Allschwil | | | |
| Samstag | Kurs 49 | Lama-Trekking 1 | 49 |
| Sonntag | Kurs 50 | Lama-Trekking 2 | 50 |
| Kurs in Birsfelden | | | |
| Sonntag | Kurs 51 | Waldküche | 51 |
| Kurs in Lausen | | | |
| Dienstag | Kurs 52 | Dessert-Träume | 52 |
| Kurse in Liestal | | | |
| Montag | Kurs 53 | Geschichten, Düfte, Musik 2 | 53 |
| | Kurs 54 | Taschen und Stoffe bedrucken | 54 |
| Dienstag | Kurs 55 | Kreatives Malen | 55 |
| Mittwoch | Kurs 56 | Tanzen und Yoga | 56 |
| Donnerstag | Kurs 57 | Tiere im Weihermätteli-Park | 57 |
| Kurs in Oberwil | | | |
| Samstag / Sonntag | Kurs 58 | Merlot, der Hund | 58 |

Tages-Kurse in Basel

| | | | |
|---------|----------------|-----------------------------------|----|
| Samstag | Kurs 59 | Halloween | 59 |
| | Kurs 60 | Bienen-Wachs-Tücher selber machen | 60 |
| | Kurs 61 | Grättimaa-Tag | 61 |
| | Kurs 62 | Mutig – stark – sicher | 62 |
| | | | |
| Sonntag | Kurs 63 | Spaghetti-Tag | 63 |

NEU

Themen-Woche in Basel

| | | | |
|------------------|----------------|-------------------------|----|
| Montag – Freitag | Kurs 64 | Film ab! | 64 |
| | Kurs 65 | Töpfern und Modellieren | 65 |

NEU

Winter-Kurse in Basel

| | | | |
|-----------------|----------------|-------------------------------|----|
| Montag | Kurs 66 | Schoggi | 66 |
| Samstag | Kurs 67 | Mein Selbst-Vertrauen stärken | 67 |
| Samstag/Sonntag | Kurs 68 | Filzen | 68 |

Integrative Angebote

| | |
|----------------------|----|
| Aikidoschule Liestal | 71 |
|----------------------|----|

Vorbemerkung

Unsere Texte sind in
Einfacher Sprache verfasst.

Neues und Wichtiges aus dem Bildungsclub

Dreimal Disco in der Markthalle

Im Herbst und Winter findet wieder die Bildungsclub-Disco statt. Die Teilnehmenden vom Disco-Kurs machen die Disco.

Die Disco ist an diesen Tagen:

- 25. September 2026
- 6. November 2026
- 8. Januar 2027

Die Disco ist in der Markthalle.

Mehr Infos über den Disco-Kurs und die Disco gibt es auf Seite 36 und auf Seite 37.

Politik im Fokus

Der Bildungsclub bietet im Herbst neue Politik-Kurse an. Es gibt einen Kurs Politik-Café und einen Ausflug ins Bundes-Haus in Bern.

Mehr Infos über die Politik-Kurse gibt es auf Seite 20 und auf Seite 34.

Kurse mit Lauren und Mathias

Lauren und Mathias machen mit beim Bildungsclub.

Sie nehmen an Kursen teil.

Sie leiten auch Kurse.

Dabei helfen ihnen andere Personen.

Diese Personen nennt man Kursleitung.

Mehr Infos über die Kurse mit Lauren und Mathias gibt es auf Seite 18 und auf Seite 46.

Begleit-Gruppe

Wir sprechen darüber, was beim Bildungsclub gut ist. Sie können sagen, was beim Bildungsclub besser sein kann. Sie können Kurse vorschlagen. Mehr erfahren Sie auf der Seite 1.



Mit-arbeiten

Sie können auch beim Bildungsclub mit-arbeiten. Sie können anderen Teilnehmenden helfen. Das nennt man Assistenz. Wenn Sie mehr erfahren möchten, rufen Sie uns an.



Kurs leiten

Sie können auch selbst einen Kurs leiten. Wenn Sie mehr erfahren möchten, rufen Sie uns an.

Gut zu wissen

Im Bildungsclub können Sie Kurse besuchen. In den Kursen können Sie Neues lernen:

- neue Leute
 - neue Fähigkeiten, die Sie im Alltag brauchen können
 - selbständiger werden und mehr selbst bestimmen
-
- Der Bildungsclub ist für Erwachsene ab 18 Jahren.
 - Die Kurse sind für Erwachsene, die eine kognitive Behinderung haben.

Für welche Teilnehmenden ist der Bildungsclub?

Inklusive Kurse

Inklusive Kurse sind Kurse, bei denen sich alle Menschen anmelden können: Mit und ohne Behinderung. Bitte rufen Sie vor der Anmeldung beim Bildungsclub an. Wir sagen Ihnen, ob der Kurs für Sie geeignet ist.

Den richtigen Kurs finden

Unter **Hilfreich zu wissen** finden Sie Informationen für den richtigen Kurs.

Wir unterstützen Sie gerne. Rufen Sie uns an: 061 281 08 00.

In welchem Kurs hat es noch Platz?

Im Internet gibt es eine Seite von insieme Basel.

Adresse im Internet: www.insieme-basel.ch

Auf der Webseite gibt es einen Bereich. Der Bereich heisst Bildungsclub.

Bei **Kurse und Anmeldungen** finden Sie die Kurse vom Bildungsclub.

Dort sehen Sie alle Kurse.

Neben den Kursen stehen die freien Plätze.

Dort können Sie sich anmelden.

Wichtig zu wissen

(Geschäftsbedingungen)

Anmeldungen

- Bitte melden Sie sich schriftlich an.
- Schicken Sie uns die ausgefüllte Anmelde-Karte.
- Sie können sich auch über das Internet anmelden.
- Wir berücksichtigen die Anmeldungen in der Reihen-Folge.
- Sie erhalten spätestens eine Woche vor Kurs-Beginn die Kurs-Bestätigung.

Anmeldeschluss für die Kurse im Herbst:

Montag, 3. August 2026

Anmeldeschluss für die Kurse im Winter:

Montag, 30. November 2026

Sie möchten sich wieder abmelden

Sie können sich schriftlich oder telefonisch abmelden.
Abmeldung bis Anmeldeschluss: **kostenlos**
Abmeldung nach Anmeldeschluss: **ganze Kurskosten**

Abmeldung für den ganzen Kurs

Sie werden krank und können mehr als die Hälfte des Kurses nicht besuchen:
Schicken Sie uns bitte ein Arzt-Zeugnis.
Wir stellen Ihnen eine Gutschrift für einen nächsten Kurs-Besuch aus. Sie bekommen höchstens die Hälfte von den Kurs-Kosten zurück.
Aus anderen Gründen erhalten Sie keine Gutschrift.

Abmeldung für einen Kurs-Tag

Sie können an einem Kurs-Tag nicht am Kurs teilnehmen:
Melden Sie sich direkt bei der Kurs-Leitung ab.
Sie wissen **eine Woche vorher**, dass Sie in einem Kurs fehlen:
Dann können Sie sich per E-Mail abmelden:
bildungsclub@insieme-basel.ch.

Fahrt in den Kurs

Für die Fahrt sind Sie oder Ihre Bezugspersonen verantwortlich. Wir können Ihnen gerne lokale Transport-Unternehmen nennen.
Bitte achten Sie darauf, dass die Taxis pünktlich sind.

Verpflegung

Wir machen in den Kursen jeweils eine kurze Pause. In der Pause können Sie etwas trinken oder auch etwas essen. Ihr Picknick bringen Sie selbst mit.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache von Ihnen oder Ihren Bezugspersonen.

Der Kurs ist zu teuer

Sie können den Kurs nicht bezahlen. Rufen Sie uns an.

Not-Fall-Medikamente

Wir machen keine medizinische Pflege. Wir geben keine Medikamente ab. In einem Not-Fall rufen wir einen Kranken-Wagen oder einen Arzt. Wenn Sie möchten, dass Sie in einem Not-Fall Ihre Medikamente bekommen: Dann brauchen wir eine Erlaubnis. Diese Erlaubnis muss von einem gesetzlichen Vertreter kommen. Bitte schicken Sie diese Erlaubnis an den Bildungsclub. Wir haben dafür ein Formular. Das Formular bekommen Sie vom Bildungsclub.

Finanzierung

Der Bildungsclub bekommt Geld.
Dieses Geld kommt von verschiedenen Stellen.
Eine dieser Stellen ist das Bundes-Amt für Sozial-Versicherung.
Das ist eine grosse Behörde in der Schweiz.
Ausserdem bekommen wir Geld vom Kanton Basel-Stadt
und vom Kanton Basel-Landschaft.

Der Bildungsclub bekommt auch Geld von den Teilnehmenden
der Kurse. Das nennt man Kurs-Gelder.

Manchmal spenden auch Menschen oder Firmen Geld
an den Bildungsclub.

Für Teilnehmende, die wenig Unterstützung brauchen.

- Rücken-Training
- Zusammen tanzen
- Kochen und Essen mit Genuss
- Smart-Phone und Tablet
- Yoga
- Politik-Café
- Englisch
- Freizeit-Ideen für den Ausgang
- Nähen
- Zoo Basel 1
- Boxen
- Lama-Trekking 1 und 2
- Selbst-Vertretung
- Mutig – stark – sicher
- Film ab!
- Ausflug nach Bern zum Bundes-Haus

Für Teilnehmende, die viel Unterstützung brauchen.

- Meine Sinnes-Reise
- Schweizer Lieder für Jung und Alt
- Geschichten, Düfte, Musik 1 und 2
- Lesen und Schreiben für Anfänger und Anfängerinnen
- Dessert-Träume
- Natur pur
- Tierpark Lange Erlen
- Tiere im Weihermätteli-Park

Wenn Sie unsicher sind, welcher Kurs für Sie richtig ist:
Rufen Sie uns an. Wir helfen gern!

Hilfreich zu wissen

Die Bedürfnisse der Teilnehmenden sind unterschiedlich.
Wir bieten unterschiedliche Kurse an.

Daten-Schutz-Erklärung

Allgemeiner Hinweis

Wir behandeln Ihre persönlichen Daten vertraulich. Wir halten uns an die Daten-Schutz-Gesetze. Wir geben Ihre Daten nicht ohne Erlaubnis an andere Personen weiter.

Diese Daten-Schutz-Erklärung gilt für:

- den Bildungsclub insieme Basel.

Welche Daten speichern wir? Und warum?

Wir brauchen bestimmte Infos von Ihnen.

Zum Beispiel:

- Namen und Adresse.
Damit wir Ihnen einen Brief schreiben können.
Zum Beispiel die Anmelde-Bestätigung.
- Telefon-Nummer. Damit wir Sie anrufen können.
- Geburtsdatum. Sie müssen über 18 Jahre alt sein.
- Gesundheitliche Angaben.
Damit wir Sie gut unterstützen können.

Dürfen wir Ihre Daten an andere Personen weiterleiten?

Wir dürfen Ihre Daten weitergeben, wenn es notwendig ist.

Wir dürfen Ihre Daten an folgende Personen weiterleiten:

- Dienstleister, die im Auftrag vom Bildungsclub arbeiten.
Zum Beispiel Computer-Helfer und Support.
- Kursleiter und Kursleiterinnen.
- Ämter und Gerichte.

Die Personen müssen die Daten geheim halten, ausser das Gesetz sagt etwas anderes.

Medien

Wir machen Fotos in den Kursen.

Manchmal zeigen wir die Fotos auf unserer Internet-Seite. Oder im Jahres-Bericht.

Vorher fragen wir die Personen auf dem Foto:

Ist das okay für Sie?

Newsletter

Ein Newsletter ist ein elektronischer Info-Brief. Elektronisch heisst: Er wird per E-Mail versendet.

Der Info-Brief wird an viele Leute geschickt.

In der E-Mail stehen Neuigkeiten und Informationen.

Haben Sie sich für einen Kurs angemeldet? Dann erhalten Sie automatisch den elektronischen Info-Brief und das gedruckte Kurs-Programm vom Bildungsclub.

Sie möchten den Info-Brief nicht erhalten?

Dann schreiben Sie uns eine E-Mail.

E-Mail-Adresse: bildungsclub@insieme-basel.ch

Sie haben Rechte bei Ihren Daten

Wollen Sie wissen, welche Informationen wir speichern?

Sie haben ein Recht auf Auskunft.

Dann schreiben Sie uns eine E-Mail.

E-Mail-Adresse: bildungsclub@insieme-basel.ch

Sollen wir Ihre Daten löschen? Sie haben ein Recht auf Löschung.

Dann schreiben Sie uns eine E-Mail.

E-Mail-Adresse: bildungsclub@insieme-basel.ch

Änderung der Daten-Schutz-Erklärung

Der Bildungsclub kann die Daten-Schutz-Erklärung immer anpassen.

Die aktuelle Daten-Schutz-Erklärung finden Sie auf unserer Webseite: www.insieme-basel.ch/ueber-uns/datenschutz/

Fragen zum Daten-Schutz

Haben Sie Fragen zum Daten-Schutz? Dann schreiben Sie uns eine E-Mail an bildungsclub@insieme-basel.ch.

Oder rufen Sie uns an: 061 281 08 00.

Die ganze Daten-Schutz-Erklärung finden Sie auf unserer Webseite.

Neue Kurse im Herbst 2026 und Winter 2027

Kurs 18

Basel/Mittwoch

Sachen verlieren

Das passiert jedem.

Kursdaten

Mittwoch, 14.00–16.00 Uhr

7 Kurstage

September 9. / 23.

Oktober 14. / 28.

November 11. / 25.

Dezember 9.



Kurs 20

Basel/Mittwoch

Politik-Café

Wer entscheidet, wie wir leben?

Wir reden mit!

Kursdaten

Mittwoch, 17.30–19.30 Uhr

4 Kurstage

September 9. / 23.

Oktober 28.

November 11.



Kurs 28

Basel/Donnerstag

Balkan-Musik

Freude am gemeinsamen Musizieren

Kursdaten

Donnerstag, 15.30–17.30 Uhr

12 Kurstage

September 10. / 17. / 24.

Oktober 15. / 22. / 29.

November 5. / 12. / 19. / 26.

Dezember 3. / 10.



Kurs 34

Basel
Donnerstag/Samstag

Ausflug nach Bern zum Bundes-Haus

Wir sehen uns an,
wo Politik gemacht wird.

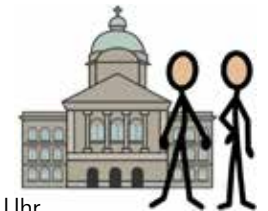
Kursdaten

3 Kurstage

Donnerstag, 19. November 18.00–20.00 Uhr

Samstag, 21. November Ausflug nach Bern

Donnerstag, 26. November 18.00–20.00 Uhr



Kurs 43

Basel/Samstag

Boxen

Wir lernen Boxen.

Kursdaten

Samstag, 14.00–16.00 Uhr

7 Kurstage

September 5. / 12. / 19.

Oktober 17. / 24. / 31.

November 7.



METACOM Symbole © Annette Kitzinger

Kurs 62
Basel/Tages-Kurs
Samstag

Mutig – stark – sicher
Mehr Sicherheit im Alltag für Frauen

Kursdaten

Samstag, 9.00 – 16.00 Uhr
1 Kurstag
Dezember 12.

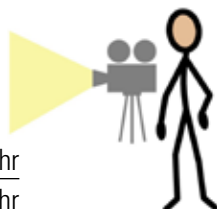


Kurs 64
Basel/Themen-Woche
Montag – Freitag

Film ab!
Spielen vor der Kamera.

Kursdaten

5 Kurstage
Montag, 7. September 14.00 – 17.00 Uhr
Dienstag, 8. September 14.00 – 17.00 Uhr
Mittwoch, 9. September 14.00 – 17.00 Uhr
Donnerstag, 10. September 10.00 – 16.00 Uhr
Freitag, 11. September 10.00 – 16.00 Uhr



Kurs 1

Basel/Freitag

Leitung

Patricia Nocon
Tel. 061 281 08 00

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

kostenlos

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Begleit-Gruppe Bildungsclub

Wir besprechen das Kurs-Programm

Wir reden über das Kurs-Heft.
Wir reden über neue Kurse.

Ich kann sagen:

- was gefällt mir.
- was gefällt mir nicht.
- was soll anders sein.

Ich kann Vorschläge machen.

Wir sammeln Ideen für neue Kurse.

Kursdaten

Freitag, 16.30 – 19.30 Uhr
1 Kurstag
September 25.

Kurs 2

Basel/Montag

Leitung

Carolina De Giacinto
Tel. 076 434 41 77

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

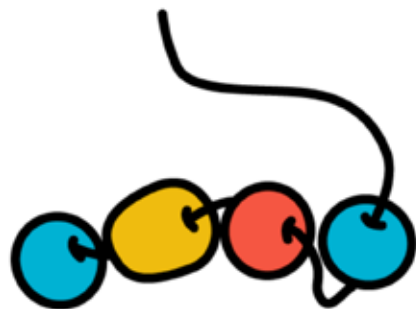
Fr. 270.–

Hinweis

Dies ist ein integrativer Kurs.
Das bedeutet:
Der Kurs ist für Menschen
mit und ohne Behinderung.

Voraussetzung:
Ich kann mit meinen
Händen arbeiten.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Schmuck

Wir stellen auf einfache Art schönen Schmuck her.

Dieser Schmuck ist zum Selbst-Tragen oder
zum Verschenken.

Für den Schmuck benutzen wir:

- Perlen
- Garn
- Stoff
- Knöpfe

Wir machen den Schmuck so:
Wir häkeln. Wir stricken. Wir filzen. Wir knüpfen.

Kursdaten

Montag, 14.00 – 16.15 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|---------------------------|
| September | 7. / 14. / 21. |
| Oktober | 12. / 19. / 26. |
| November | 2. / 9. / 16. / 23. / 30. |
| Dezember | 7. |

Kurs 3

Basel/Montag

Leitung

Tatiana Schär
Tel. 077 405 49 66

Ort

ipso Bildung AG
Elisabethenanlage 9
4051 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Ich brauche keinen
eigenen Computer.

Voraussetzung:
Ich muss ein bisschen lesen
und schreiben können.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Computer-Kurs

Lustige Bilder im Internet finden, verändern und abspeichern

In dem Kurs lerne ich den Computer kennen.

Im Internet finde ich lustige Bilder.

Ich speichere die Bilder auf dem Computer ab.

Ich bearbeite die Bilder mit dem Computer.

Das bedeutet: Ich verändere die Bilder.

Mit dem Computer machen wir daraus ein Buch.

Wir speichern das Buch auf einen USB-Stick.

Das ist ein kleiner Speicher-Stick.

Den USB-Stick kann ich mit nach Hause nehmen.

So kann ich mein Buch anderen zeigen.

Im Kurs schauen wir Lern-Videos an.

Die Videos sind aus dem Internet.

Kursdaten

Montag, 17.30 – 19.30 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|---------------------------|
| September | 7. / 14. / 21. |
| Oktober | 12. / 19. / 26. |
| November | 2. / 9. / 16. / 23. / 30. |
| Dezember | 7. |

Kurs 4

Basel/Montag



Italienische Küche 1

Leitung

Giovanni Alfeo
Tel. 079 704 82 85

Carmine Curcio
Tel. 078 797 40 56

Ort

Quartier-Treff-Punkt LoLa
Lothringerstrasse 63
4056 Basel

Kosten

Fr. 420.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Al dente

Wir entdecken die italienische Küche.

Pizza, Cannelloni, Brasato al Forno, Pasta, Fleisch,
Gemüse oder Fisch, selbst gebackenes Brot,
Salat mit Orangen und Fenchel, vegetarische
Lasagne, Tiramisu.

Wir backen Brot. Wir rüsten Salat.

Wir schneiden Gemüse. Wir kochen.

Wir decken die Tische.

Wir geniessen unser Fünf-Gang-Menü.

Kursdaten

Montag, 17.45 – 21.15 Uhr

12 Kurstage

September 7. / 14. / 21.

Oktober 12. / 19. / 26.

November 2. / 9. / 16. / 23. / 30.

Dezember 7.

Kurs 5

Basel/Montag



Malwerkstatt

Leitung

Andrea Kramer
Tel. 079 392 64 12

Barbara Wiggl
Tel. 076 501 66 18

Ort

Atelier Turnerstrasse
Turnerstrasse 32
4058 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

WC nicht rollstuhl-gängig.
Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Farben machen glücklich.

Farben sind hell und schön.

Malen macht Freude.

Wir malen mit Pinseln.

Wir zeichnen mit Farb-Stiften.

Wir probieren viel aus.

Wir schauen die fertigen Bilder an.

Kursdaten

Montag, 18.00 – 20.00 Uhr

12 Kurstage

September 7. / 14. / 21.

Oktober 12. / 19. / 26.

November 2. / 9. / 16. / 23. / 30.

Dezember 7.

Kurs 6

Basel/Montag



Trommeln

Ein Hauch Afrika

- Wir entdecken die Welt der Musik.
- Wir lernen verschiedene Rhythmen kennen.
- Wir lernen afrikanische Lieder.
- Wir spielen Djembe.
- Wir spielen bis wir den Rhythmus spüren.
- Jeder kann sich ausdrücken!
- Wir lernen die Technik.
- Wir haben Spass.
- Wir probieren Neues aus!

Kursdaten

Montag, 18.00 – 20.00 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|---------------------------|
| September | 7. / 14. / 21. |
| Oktober | 12. / 19. / 26. |
| November | 2. / 9. / 16. / 23. / 30. |
| Dezember | 7. |

Leitung

Irit Szir
Tel. 076 626 23 12

Ort

Schulhaus-Aula Isaak Iselin
Strassburgerallee 65
4055 Basell

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 7

Basel/Montag



Geschichten aus aller Welt

Eine Reise durch die Welt

- Wir hören Geschichten aus verschiedenen Ländern.
- Zum Beispiel aus Irland oder Afrika.
- Wir spielen die Geschichten nach.
- Wir schauen Bilder an.
- Wir hören Musik.
- Wir schauen Filme.
- So lernen wir auch andere Länder kennen.
- Das macht viel Spass!

Kursdaten

Montag, 18.00 – 20.15 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|---------------------------|
| September | 7. / 14. / 21. |
| Oktober | 12. / 19. / 26. |
| November | 2. / 9. / 16. / 23. / 30. |
| Dezember | 7. |

Leitung

Michelle Stropoli
Tel. 077 496 82 41

Ort

Horburghof
Horburgstrasse 21
4057 Basel

Kosten

Fr. 270.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 8

Basel/Montag



Werken

Leitung

Brendhan Dickerson
Tel. 078 698 10 25

Saskia Lora Edens
Tel. 078 731 21 62

Ort

Schulhaus Margarethen
Gempenstrasse 48
4053 Basel

Kosten

Fr. 300.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Freude am Handwerk

Wir arbeiten mit:

- Holz
- Karton
- Papier

Wir können kleine Möbel machen.

Oder wir können Spiele und Kunst-Werke machen.

Ideen sind wichtig.

Ideen sind gut.

Wir finden Ideen im Kurs.

Zusammen lernen wir.

Wir lernen wie man es macht.

Kursdaten

Montag, 18.00 – 20.30 Uhr

12 Kurstage

September 7. / 14. / 21.

Oktober 12. / 19. / 26.

November 2. / 9. / 16. / 23. / 30.

Dezember 7.

Kurs 9

Basel/Montag

Leitung

Pia Gisler
Tel. 078 883 19 40

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

Fr. 330.–

Hinweis

Menschen im Roll-Stuhl
müssen vor der Anmeldung
anrufen: 061 281 08 00.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Fasnachts-Laterne

Wir basteln eine Fasnachts-Laterne.

Was wir zum Basteln brauchen:

- einen Hammer
- einen Bostitch (das ist ein Tacker)
- Pinsel
- Farben

Wir malen unsere Laternen bunt an.

Dabei hören wir Musik von der Fasnacht.

Am 15. Februar 2027 ist Morgenstrach.

Das ist ein Fest in Basel.

Dann laufen wir zusammen durch die Strassen.

Ich trage meine Laterne auf dem Rücken.

Die Laterne ist klein und leicht.

Kursdaten

Montag, 18.00 – 20.30 Uhr

12 Kurstage

November 16. / 23. / 30.

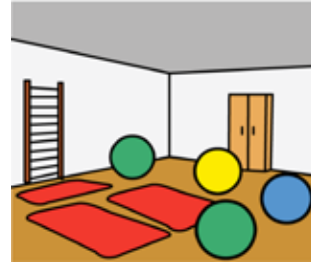
Dezember 7. / 14.

Januar 4. / 11. / 18. / 25.

Februar 1. / 8. / 15.

Kurs 10

Basel/Montag



Training für den Rücken und den ganzen Körper

Leitung

Esther Schmidt
Tel. 076 463 67 42

Nora Schmidt
Tel. 076 310 11 82

Ort

Physio-Therapie
am Badischen Bahnhof
Rosentalstrasse 70
4058 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Voraussetzung:
Ich bin gut zu Fuss!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Bewegung und Tanz

In diesem Kurs machen wir viele Übungen.

Diese Übungen sind gut für:

- einen starken Rücken
- mehr Kraft und Beweglichkeit
- ein besseres Gleich-Gewicht

Die Übungen machen wir mit Musik.

Das tut meinem Körper gut.

Kursdaten

Montag, 18.15 – 20.15 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|---------------------------|
| September | 7. / 14. / 21. |
| Oktober | 12. / 19. / 26. |
| November | 2. / 9. / 16. / 23. / 30. |
| Dezember | 7. |

Kurs 11

Basel/Dienstag

Leitung

Nicol Orłowski
Tel. 078 630 99 02

Ort

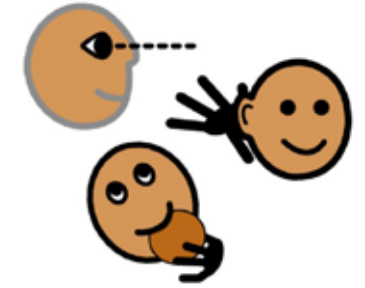
insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Unsere Sinnes-Reise

Das stärkt mich.

Wir fühlen verschiedene Dinge.

Wir entdecken Neues.

Wir sehen Bilder und sprechen darüber.

Wir hören Geräusche und Musik.

Wir riechen Düfte.

Wir entspannen die Hände.

Wir haben eine schöne Zeit.

Kursdaten

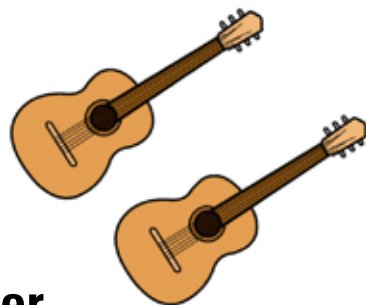
Dienstag, 9.45 – 11.45 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------------|
| September | 8. / 15. / 22. |
| Oktober | 13. / 20. / 27. |
| November | 3. / 10. / 17. / 24. |
| Dezember | 1. / 8. |

Kurs 12

Basel/Dienstag



Schweizer Lieder für Jung und Alt

Leitung

Violette Hangartner
Tel. 079 738 96 64

Ort

Allmendhaus
Allmendstrasse 36
4058 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Besonders geeignet für Teilnehmende im AHV-Alter oder mit einer Mehrfach-Behinderung!

Bitte unbedingt Informationen in der Kurs-Bestätigung beachten!

Wir singen alte und neue Lieder.

Wir singen Schweizer Volkslieder.
Gemeinsam singen macht Freude.

Eine Gitarre begleitet uns.

Die Lieder passen zur Jahres-Zeit.

Wir entdecken bekannte Lieder.

Wir lernen neue Lieder.

Wir bewegen uns zur Musik.

Kursdaten

Dienstag, 14.00 – 16.00 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------|
| September | 8. / 15. / 22. |
|-----------|----------------|

| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 13. / 20. / 27. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 3. / 10. / 17. / 24. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|---------|
| Dezember | 1. / 8. |
|----------|---------|

Kurs 13

Basel/Dienstag



Zusammen tanzen

Freude an Bewegung und frischer Luft

Wir bewegen uns gemeinsam in der Gruppe.

Wir tanzen mit unserem ganzen Körper.

Wir tanzen mit den Händen und den Füßen.

Wir lernen Kreis-Tänze.

Wir üben einfache Paar-Tänze.

Bei schönem Wetter gehen wir in den Park.

Dann tanzen wir im Park.

Kursdaten

Dienstag, 17.30 – 19.00 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------|
| September | 8. / 15. / 22. |
|-----------|----------------|

| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 13. / 20. / 27. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 3. / 10. / 17. / 24. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|---------|
| Dezember | 1. / 8. |
|----------|---------|

Leitung

Ilona Siwek
Tel. 077 415 15 89

Klara Metzger
Tel. 079 158 58 16

Ort

Schulhaus-Aula Isaak Iselin
Strassburgerallee 65
4055 Basel

Kosten

Fr. 180.–

Hinweis

Für Teilnehmende die gern in der Gruppe tanzen.

Bitte unbedingt Informationen in der Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 14

Basel/Dienstag



Kochen und Essen mit Genuss

Leitung

Pia Gisler
Tel. 078 883 19 40

Ort

Markthalle Basel
Viaduktstrasse 10
4051 Basel

Kosten

Fr. 420.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten.

Rund um das Mittelmeer

Wir entdecken zusammen die Mittelmeer-Küche:
Spanien, Frankreich, Griechenland, Marokko,
Algerien, Türkei ...

Wir kochen mit Oliven-Öl und frischem Gemüse.
Dazu gibt es Reis oder Teig-Waren.

Wir lernen Kräuter und Gewürze aus den
Ländern kennen.

Zum Abschluss essen wir gemeinsam.

Kursdaten

Dienstag, 17.45 – 21.15 Uhr

12 Kurstage

September 8. / 15. / 22.

Oktober 13. / 20. / 27.

November 3. / 10. / 17. / 24.

Dezember 1. / 8.

Kurs 15

Basel/Dienstag



Italienische Küche 2

Leitung

Giovanni Alfeo
Tel. 079 704 82 85

Carmine Curcio
Tel. 078 797 40 56

Ort

Quartier-Treff-Punkt LoLa
Lothringerstrasse 63
4056 Basel

Kosten

Fr. 420.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Al dente

Wir entdecken die italienische Küche.
Pizza, Cannelloni, Brasato al Forno, Pasta, Fleisch,
Gemüse oder Fisch, selbst gebackenes Brot,
Salat mit Orangen und Fenchel, vegetarische
Lasagne, Tiramisu.

Wir backen Brot. Wir rüsten Salat.
Wir schneiden Gemüse. Wir kochen.
Wir decken die Tische.
Wir geniessen unser Fünf-Gang-Menü.

Kursdaten

Dienstag, 17.45 – 21.15 Uhr

12 Kurstage

September 8. / 15. / 22.

Oktober 13. / 20. / 27.

November 3. / 10. / 17. / 24.

Dezember 1. / 8.

Kurs 16

Basel/Dienstag



Basel erkunden mit Tram, Bus und Schiff ...

... uf di wart i nämmlig.

Wir entdecken die Stadt Basel und die Region.
Wir fahren mit dem Tram. Wir fahren mit dem Bus.
Oder mit dem Zug. Oder wir fahren mit dem Schiff.

Wir planen die Fahrten zusammen.
Dann probieren wir zusammen die Fahrten aus.
Das gibt uns Selbst-Vertrauen in Bus und Bahn.

Zuerst sind wir eine Stunde in einem Kurs-Raum.
Dann machen wir spannende Ausflüge.

Kursdaten

Dienstag, 18.00 – 20.30 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------|
| September | 8. / 15. / 22. |
|-----------|----------------|

| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 13. / 20. / 27. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 3. / 10. / 17. / 24. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|---------|
| Dezember | 1. / 8. |
|----------|---------|

Leitung

Michelle Stropoli
Tel. 077 496 82 41

Ort

ipso Bildung AG
Elisabethenanlage 9
4051 Basel

Kosten

Fr. 300.–

Hinweis

Menschen im Roll-Stuhl
müssen vor der Anmeldung
anrufen: 061 281 08 00.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 17

Basel/Dienstag



Komm und tanz mit uns

Freude am Tanzen

Wir bewegen uns gemeinsam in der Gruppe.
Wir tanzen mit unserem ganzen Körper.
Wir tanzen mit den Händen und den Füßen.
Wir lernen Kreis-Tänze.
Wir üben einfache Paar-Tänze.

Kursdaten

Dienstag, 19.15 – 20.45 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------|
| September | 8. / 15. / 22. |
|-----------|----------------|

| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 13. / 20. / 27. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 3. / 10. / 17. / 24. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|---------|
| Dezember | 1. / 8. |
|----------|---------|

Leitung

Ilona Siwek
Tel. 077 415 15 89

Ort

Schulhaus-Aula Isaak Iselin
Strassburgerallee 65
4055 Basel

Kosten

Fr. 180.–

Hinweis

Für Teilnehmende
die gern in der Gruppe
tanzen.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 18

Basel/Mittwoch



Sachen verlieren

Das passiert jedem.

Ich habe etwas verloren.

Wo kann ich anrufen?

Es gibt ein Fund-Büro.

Wir besuchen das Fund-Büro.

Wir erfahren etwas Wichtiges:

Was passiert mit Sachen, wenn sie niemand abholt?

Mathias Buchmann ist ein Teilnehmer vom Bildungsclub. Mathias leitet den Kurs zusammen mit Andrea Kramer.

Kursdaten

Mittwoch, 14.00 – 16.00 Uhr

7 Kurstage

September 9. / 23.

Oktober 14. / 28.

November 11. / 25.

Dezember 9.

Leitung

Andrea Kramer
Tel. 079 392 64 12

Mathias Buchmann
Tel. 061 281 08 00

Ort

Wettstein-Hof
Claragraben 43
4058 Basel

Kosten

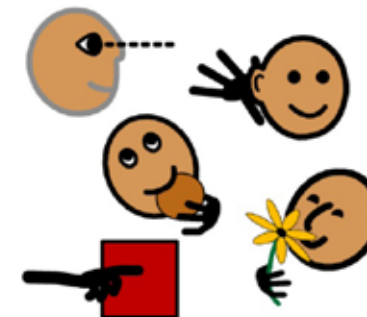
Fr. 140.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 19

Basel/Mittwoch



Geschichten, Düfte, Musik 1

... und mehr

Wir hören Musik.

Wir hören eine spannende Geschichte.

Wir riechen Düfte.

Wir berühren verschiedene Dinge:

Stoffe, Felle, Holz oder Steine.

Wir basteln etwas aus diesen Dingen.

Wir essen gemeinsam Zvieri.

Kursdaten

Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr

12 Kurstage

September 9. / 16. / 23.

Oktober 14. / 21. / 28.

November 4. / 11. / 18. / 25.

Dezember 2. / 9.

Leitung

Claudia Bühlmann
Tel. 079 397 44 92

Ort

Katholischer Frauenbund
Basel-Stadt
Nonnenweg 21
4055 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Besonders geeignet
für Teilnehmende im AHV-
Alter oder mit einer
Mehrfach-Behinderung!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 20

Basel/Mittwoch



Politik-Café

Leitung

Katharina Good
Tel. 076 454 05 17

Ort

Horburghof
Horbургstrasse 21
4057 Basel

Kosten

Fr. 80.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Wer entscheidet, wie wir leben?

Wir reden mit!

Wieso gibt es nicht mehr Bäume in Basel?

Kann ich meine Wohnung selbst wählen?

Wer entscheidet, wie die Schule aussieht?

Viele Personen sprechen über diese Fragen.

Einige Personen werden gewählt und entscheiden darüber. Ihr Beruf ist Politikerin oder Politiker.

Wir lernen eine Politikerin oder einen Politiker kennen. Wir stellen Fragen und wir hören zu.

Wir sagen, was uns wichtig ist.

Wir nutzen Piktos und Gebärden.

Alle können etwas sagen.

Kursdaten

Mittwoch, 17.30 – 19.30 Uhr

4 Kurstage

| | |
|-----------|----------|
| September | 9. / 23. |
|-----------|----------|

| | |
|---------|-----|
| Oktober | 28. |
|---------|-----|

| | |
|----------|-----|
| November | 11. |
|----------|-----|

Kurs 21

Basel/Mittwoch

Leitung

Esther Schmidt
Tel. 076 463 67 42

Ort

Schulhaus-Aula Isaak Iselin
Strassburgerallee 65
4055 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Keine Roll-Stühle möglich.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Yoga



Dehnen, Kräftigen, Atmen, Entspannen

Wir lernen Yoga-Positionen.

Wir werden beweglicher und kräftiger.

Wir atmen tiefer.

Wir entspannen uns.

Mit Yoga fühlen wir uns wohl.

Die einfachen Übungen können wir zu Hause machen.

Kursdaten

Mittwoch, 17.30 – 19.30 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------|
| September | 9. / 16. / 23. |
|-----------|----------------|

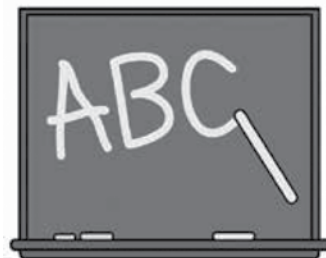
| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 14. / 21. / 28. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 4. / 11. / 18. / 25. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|---------|
| Dezember | 2. / 9. |
|----------|---------|

Kurs 22

Basel/Mittwoch



Lesen und Schreiben für Anfänger und Anfängerinnen

Leitung

Akiko Ujii Gabele
Tel. 079 884 19 67

Ort

Wettstein-Hof
Claragraben 43
4058 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Das ABC

Wir lernen das ABC.

Wir malen Buch-Staben.

Aus Buch-Staben bilden wir Wörter.

Der Kurs ist für Teilnehmende die das ABC
lernen möchten.

Kursdaten

Mittwoch, 18.00 – 20.00 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------|
| September | 9. / 16. / 23. |
|-----------|----------------|

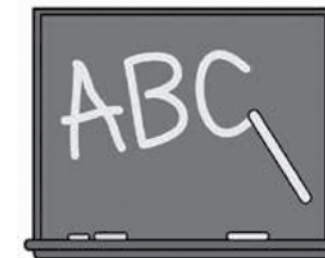
| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 14. / 21. / 28. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 4. / 11. / 18. / 25. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|---------|
| Dezember | 2. / 9. |
|----------|---------|

Kurs 23

Basel/Mittwoch



Lesen und Schreiben für Fortgeschrittene

Leitung

Andrea Kramer
Tel. 079 392 64 12

Ort

Wettstein-Hof
Claragraben 43
4058 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Wörter, Sätze und Geschichten

Aus Wörtern schreiben wir Sätze.

Wir lesen und hören Texte.

Wir schreiben Briefe.

Wir erfinden Geschichten.

Dabei vergessen wir nie unsere Fantasie.

Für Teilnehmende die das ABC kennen.

Kursdaten

Mittwoch, 18.00 – 20.00 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------|
| September | 9. / 16. / 23. |
|-----------|----------------|

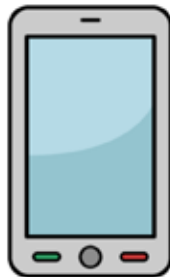
| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 14. / 21. / 28. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 4. / 11. / 18. / 25. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|---------|
| Dezember | 2. / 9. |
|----------|---------|

Kurs 24

Basel/Mittwoch



Handy und Tablet

Leitung

Christian Keller
Tel. 079 799 07 89

Tatjana Spicher
Tel. 079 270 12 08

Ort

ipso Bildung AG
Elisabethenanlage 9
4051 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Voraussetzung: Ich kann lesen und schreiben.

Für Teilnehmende mit eigenem Handy oder Tablet.

Bitte unbedingt Informationen in der Kurs-Bestätigung beachten!

Was kann mein Handy alles?

Du hast ein Handy?

Du bist unsicher damit?

Wir lernen zusammen:

- Nachrichten lesen
- Nachrichten schreiben
- Fotos anschauen
- Fotos verschicken
- Telefonieren.

Fragen sind immer erlaubt.

Kursdaten

Mittwoch, 18.00 – 20.00 Uhr

12 Kurstage

September 9. / 16. / 23.

Oktober 14. / 21. / 28.

November 4. / 11. / 18. / 25.

Dezember 2. / 9.

Kurs 25

Basel/Mittwoch

Leitung

Violette Hangartner
Tel. 079 738 96 64

Ort

Dorfkirche Kleinhüningen
Pavillon
Dorfstrasse 39
4057 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Bitte unbedingt Informationen in der Kurs-Bestätigung beachten!



Singen

Wir singen in den Abend hinein.

Wir kommen im Kreis zusammen.

Gemeinsam singen macht Freude.

Einige Lieder kennen wir. Andere Lieder sind neu.

Die Lieder passen zur Jahreszeit.

Es sind lustige und traurige Lieder.

Eine Gitarre begleitet uns dabei.

Wir singen aus unseren Herzen.

Manchmal tanzen wir dazu.

Kursdaten

Mittwoch, 18.00 – 20.00 Uhr

12 Kurstage

September 9. / 16. / 23.

Oktober 14. / 21. / 28.

November 4. / 11. / 18. / 25.

Dezember 2. / 9.

Kurs 26

Basel/Mittwoch



Stricken

Was möchten wir gerne stricken?

Wir können einen Schal, einen Pullover oder Tiere stricken.

Wir stricken mit weicher Wolle und mit schönen Farben.

Wir können verschiedene Maschen und Muster lernen.

Es ist spannend Neues auszuprobieren.

Wir schaffen etwas das uns Spass macht.

Kursdaten

Mittwoch, 18.00 – 20.30 Uhr

11 Kurstage

September 9. / 23.

Oktober 14. / 21. / 28.

November 4. / 11. / 18. / 25.

Dezember 2. / 9.

Leitung

Silvana Fischer Bauer
Tel. 076 494 28 88

Ort

L'ESPRIT
Laufenstrasse 46
4053 Basel

Kosten

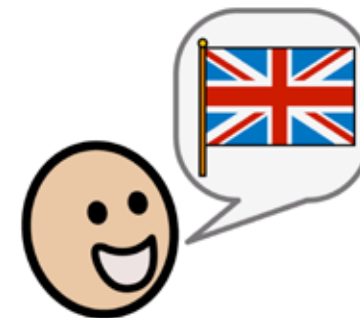
Fr. 280.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 27

Basel/Donnerstag



Englisch

Im Alltag

Alltags-Englisch ist Englisch, das ich jeden Tag im Leben brauche.

Hello, my name is Susan.

Wir lernen, wie wir uns auf Englisch begrüßen.

Wir üben einfache Gespräche.

Wir lernen Englisch mit Spielen.

Es macht Spass.

Kursdaten

Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr

12 Kurstage

September 10. / 17. / 24.

Oktober 15. / 22. / 29.

November 5. / 12. / 19. / 26.

Dezember 3. / 10.

Leitung

Susan Hobbs
Tel. 061 361 19 36

Ort

WohnWerk
Missionsstrasse 47
4055 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 28

Basel/Donnerstag

Leitung

Irit Szir
Tel. 076 626 23 12

Ort

Musikraum – auf dem Wolf
Auf dem Wolf 4
4052 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Keine Elektro-Rollstühle
möglich.

Ohne rollstuhl-gängiges WC.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Balkan-Musik

Freude am gemeinsamen Musizieren

Wir spielen Balkan-Musik. Das ist Musik aus Süd-Ost-Europa. Zum Beispiel aus Griechenland und Rumänien.

Wir spielen mit Klavier. Das macht gute Laune. Ausserdem lernen wir neue Rhythmen kennen. Rhythmen sind die Takte in der Musik.

Wir machen Musik mit unserem Körper. Zum Beispiel: klatschen oder stampfen. Das nennt man: Body-Percussion. Das heisst: Musik mit dem Körper.

Wir trommeln und spielen einfache Instrumente. Du kannst auch dein eigenes Instrument mitbringen. Alle sind willkommen.

Kursdaten

Donnerstag, 15.30 – 17.30 Uhr

12 Kurstage

September 10. / 17. / 24.

Oktober 15. / 22. / 29.

November 5. / 12. / 19. / 26.

Dezember 3. / 10.

Kurs 29

Basel/Donnerstag

Leitung

Izzy Gemici
Tel. 078 779 34 54

Treff-Punkt

Tinguely-Brunnen
beim Theater

Kosten

Fr. 180.–

Hinweis

An 2 oder 3 Terminen
findet der Kurs später statt.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Freizeit-Ideen für den Ausgang

In Basel kann ich viele Dinge machen.

Wie soll ich mich entscheiden?
Welche Angebote passen zu mir?

In dem Kurs lernen wir die verschiedenen Angebote kennen.

Wir lernen neue Orte kennen.
Wir sind gemeinsam unterwegs.

Wir können ins Kino gehen. Wir können ein Konzert besuchen. Wir können in einer Bar Spiele spielen. Wir können ins Museum gehen.

Ich kann meine Wünsche sagen. Wir entscheiden zusammen was wir machen wollen.

Kursdaten

Donnerstag, 16.45 – 19.15 Uhr

7 Kurstage

September 10. / 24.

Oktober 15. / 29.

November 5. / 19.

Dezember 3.

Kurs 30

Basel/Donnerstag

Leitung

Franziska Borer
Tel. 079 438 34 00

Petra Keinhorst
Tel. 077 532 10 04

Treff-Punkt

Parkplatz
Park im Grünen
Rainstrasse
4142 Münchenstein
(Haltestelle: Neue Welt)

Kosten

Fr. 50.–

Hinweis

Für alle, die gerne
beobachten und lauschen!

Der Kurs findet
auch bei Regen statt!

Menschen im Roll-Stuhl
müssen vor der Anmeldung
anrufen: 061 281 08 00.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Vögel entdecken

Unsere Vögel im Herbst

Wir hören abends den Vögeln zu:

Ist das eine Amsel? Oder eine andere Drossel?

Wir schauen uns die Vögel im Park und
auf dem Wasser an.

Welche Vögel ziehen fort?

Welche Vögel kommen jetzt?

Welche Vögel leben hier?

Wir treffen uns in der Grün 80.

Das ist ein Ort im Freien.

Kursdaten

Donnerstag, 17.00 – 19.30 Uhr

2 Kurstage

| | |
|-----------|-----------|
| September | 10. / 17. |
|-----------|-----------|

Kurs 31

Basel/Donnerstag

Leitung

Sandra Kirchhofer
Tel. 061 312 65 91

Ort

Musikraum – auf dem Wolf
Auf dem Wolf 4
4052 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Keine Elektro-Rollstühle
möglich.

Ohne rollstuhl-gängiges WC.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Musik live

Zusammen Musik machen tut gut.

Wir spielen auf verschiedenen Instrumenten.

Wir singen zusammen.

Wir spielen leise und auch mal laut.

Es gibt viele kleine und grosse Instrumente.

Es gibt ein Klavier, ein Xylofon, Rasseln
und Trommeln, ein Schlagzeug, Gitarren und
ein Mikrofon.

Kursdaten

Donnerstag, 17.45 – 19.45 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|-----------------|
| September | 10. / 17. / 24. |
|-----------|-----------------|

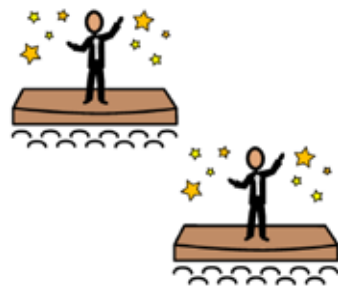
| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 15. / 22. / 29. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 5. / 12. / 19. / 26. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|----------|
| Dezember | 3. / 10. |
|----------|----------|

Kurs 32

Basel/Donnerstag



Theater und Bewegung

Leitung

Anna Tschannen
Tel. 076 582 26 86

Saskia Lora Edens
Tel. 078 731 21 62

Ort

Schulhaus Ackermätteli
Raststatterstrasse 32
4057 Basel

Kosten

Fr. 270.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Wir spielen Theater.

Wir spielen mit unserem Körper.

Wir erzählen Geschichten.

Wir erfinden Geschichten über Dinge aus dem
Alltag. Wir benutzen Gegenstände dafür.

Wir spielen verschiedene Rollen.

Wir lernen einander kennen.

Wir zeigen uns.

Wir haben gemeinsam Spass.

Kursdaten

Donnerstag, 17.45 – 20.00 Uhr

12 Kurstage

September 10. / 17. / 24.

Oktober 15. / 22. / 29.

November 5. / 12. / 19. / 26.

Dezember 3. / 10.

Kurs 33

Basel/Donnerstag

Leitung

Ilona Siwek
Tel. 077 415 15 89

Lukas Rickli
Tel. 078 832 41 97

Ort

Quartier-Treff-Punkt Breite
Zürcherstrasse 149
4052 Basel

Veranstalter/in

In Zusammen-Arbeit
mit dem Chor singsieme

Kosten

Fr. 125.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



singsieme

Zusammen singen

Der Chor singsieme ist für alle.

Das bedeutet: Jeder kann mit-singen.

Wir singen mit Noten.

Wir singen auch ohne Noten.

So wie es jeder braucht.

Wir treffen uns jeden Donnerstag.

In den Schul-Ferien machen wir Pause.

Wir haben auch Auftritte.

Das heisst: Wir singen vor anderen Menschen.

Sie können jederzeit zum Chor kommen und das
Singen ausprobieren. Das heisst Schnuppern.

Kursdaten

Donnerstag, 18.30 – 19.30 Uhr

16 Kurstage

August 13. / 20. / 27.

September 3. / 10. / 17. / 24.

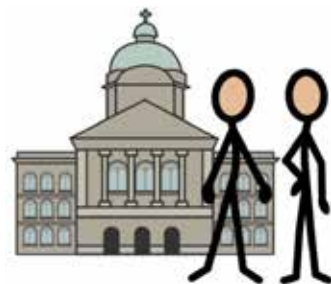
Oktober 15. / 22. / 29.

November 5. / 12. / 19. / 26.

Dezember 3. / 10.

Kurs 34

Basel
Donnerstag/Samstag



Ausflug nach Bern zum Bundes-Haus

Wir sehen uns an, wo Politik gemacht wird.

Wir fahren nach Bern.
Dort ist das Bundes-Haus.
Das Bundes-Haus ist ein wichtiges Gebäude.
Dort arbeiten die Politiker.
Sie entscheiden über wichtige Sachen.
Zum Beispiel: Wie Menschen zusammen leben.

Wir bekommen eine Führung.
Das bedeutet: Jemand zeigt uns alles.
Wir können Fragen stellen.

Am 19. November planen wir die Reise.
Wir sprechen über unsere Fragen.
Wir machen einfache Spiele zusammen.
Am 21. November fahren wir nach Bern.
Am 26. November treffen wir uns wieder.

Kursdaten

3 Kurstage

Donnerstag, 19. November 18.00 – 20.00 Uhr

Samstag, 21. November Ausflug nach Bern

Donnerstag, 26. November 18.00 – 20.00 Uhr

Kurs 35

Basel/Freitag



Natur pur

Mit allen Sinnen unterwegs

Wir streifen durch den Wald und die Wiese.
Wir lernen die Tiere im Wald und auf der
Wiese kennen.

Wir erleben Pflanzen und Bäume.

Wie sieht ein Frosch aus?

Wie fühlt sich ein Regenwurm an?

Warum fliegt eine Biene von Blüte zu Blüte?

Was ist die Lieblings-Speise einer Ameise?

Wie hört sich eine Maus an?

So erleben wir mit allen Sinnen die Natur.

Kursdaten

Freitag, 14.00 – 16.30 Uhr

12 Kurstage

September 11. / 18. / 25.

Oktober 16. / 23. / 30.

November 6. / 13. / 20. / 27.

Dezember 4. / 11.

Kurs 36

Basel/Freitag



Disco-Kurs

Wir organisieren einen Disco-Abend.

In dem Kurs helfe ich bei der Disco mit.

Zusammen gehen wir einkaufen.

Wir dekorieren den Raum.

Wir arbeiten als DJ oder an der Kasse.

Wir helfen auch bei den Getränken an der Bar.

Kursdaten

Freitag, 18.15 – 22.15 Uhr

3 Kurstage

| | |
|-----------|-----|
| September | 25. |
|-----------|-----|

| | |
|----------|----|
| November | 6. |
|----------|----|

| | |
|--------|----|
| Januar | 8. |
|--------|----|

Leitung

Carolina De Giacinto
Tel. 076 434 41 77

Giovanni Alfeo
Tel. 079 704 82 85

Ort

Markthalle Basel
Viaduktstrasse 10
4051 Basel

Veranstalter/in

In Zusammen-Arbeit
mit der Markthallen AG Basel

Kosten

Fr. 60.–

Hinweis

Anmeldung erforderlich.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 37

Basel/Freitag



Die Bildungsclub-Disco

Freitag ist Disco-Tag.

Wir schwingen die Beine.

Wir bringen die Rollstühle in Fahrt.

Es wird getanzt und gelacht.

Wir treffen alte Freunde.

Wir lernen neue Freunde kennen.

Wir hoffen auf viele tanzlustige Gäste.

Kursdaten

Freitag, 19.00 – 22.00 Uhr

3 Kurstage

| | |
|-----------|-----|
| September | 25. |
|-----------|-----|

| | |
|----------|----|
| November | 6. |
|----------|----|

| | |
|--------|----|
| Januar | 8. |
|--------|----|

Leitung

Carolina De Giacinto
Tel. 076 434 41 77

Giovanni Alfeo
Tel. 079 704 82 85

Ort

Markthalle Basel
Viaduktstrasse 10
4051 Basel

Veranstalter/in

In Zusammen-Arbeit
mit der Markthallen AG Basel

Kosten

Fr. 5.–

Hinweis

Keine Anmeldung
erforderlich.

Kurs 38

Basel/Samstag

Leitung

Nicol Orłowski
Tel. 078 630 99 02

Treff-Punkt

Bäumlihof
Bus-Haltestelle Drei Linden
Bus 34

Adresse für Taxis:
Äussere Baselstrasse 385
4125 Riehen

Veranstalter/in

In Zusammen-Arbeit
mit Compas und dem
Bäumlihof

Kosten

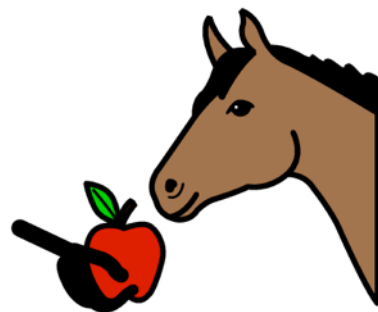
Fr. 220.–

Hinweis

Voraussetzung:
Ich bin gut zu Fuss!

Bei Assistenz-Bedarf bitte
vor Anmeldung anrufen:
061 281 08 00.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Tiere erleben

Mitarbeiten auf dem Bauernhof

Zwischen Basel und Riehen liegt der Bäumlihof.

Hier leben Pferde, Kaninchen und Hühner.

Wir machen uns mit den Tieren vertraut.

Wir helfen bei der Pflege und beim Füttern
der Tiere.

Wir gehen respektvoll mit den Tieren um.

Der Kontakt mit Tieren tut uns gut.

Die Termine werden von einer Fach-Person
von Compas durchgeführt und von einer
Fach-Person von insieme begleitet.

Kursdaten

Samstag, 9.15 – 11.45 Uhr

6 Kurstage

| | |
|-----------|-----|
| September | 26. |
|-----------|-----|

| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 10. / 24. / 31. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------|
| November | 7. / 14. |
|----------|----------|

Kurs 39

Basel/Samstag

Leitung

Petra Keinhorst
Tel. 077 532 10 04

Ort

Zoo Basel
Bachletten
4054 Basel

Veranstalter/in

In Zusammen-Arbeit
mit dem Zoo Basel

Kosten

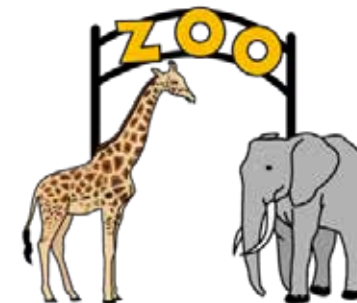
Fr. 330.–

Hinweis

Voraussetzung:
Ich bin gut zu Fuss!

Für Teilnehmende
die viel wissen wollen.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Zoo Basel 1

Die Welt der Tiere

Wir reisen in verschiedene Länder.

Wie leben Tiere in Afrika?

Welche Tiere gibt es in Asien?

Wo leben Kängurus?

Was fressen Schnee-Leoparden?

Wie klingt es in der Savanne?

Wir beobachten die Tiere im Zoo.

Wir erfahren wie die Tiere in ihrer Heimat leben.

Wir sind 1½ Stunden unterwegs.

Danach gehen wir in einen Raum. Dort malen,
zeichnen und schreiben wir über die Tiere.

Kursdaten

Samstag, 10.00 – 13.00 Uhr

11 Kurstage

| | |
|-----------|-----------|
| September | 12. / 19. |
|-----------|-----------|

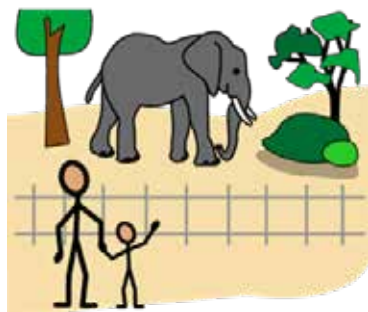
| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 17. / 24. / 31. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----------------------|
| November | 7. / 14. / 21. / 28. |
|----------|----------------------|

| | |
|----------|----------|
| Dezember | 5. / 12. |
|----------|----------|

Kurs 40

Basel/Samstag



Zoo Basel 2

Die Welt der Tiere

Wir gehen auf Entdeckungs-Reise im Zoo Basel.

Wie bewegen sich die Tiere?

Was für Geräusche machen die Tiere?

Was essen sie?

Wie leben die Tiere in ihrer Heimat?

Wie leben sie im Zoo?

Kursdaten

Samstag, 10.00 – 13.00 Uhr

12 Kurstage

September 12. / 19. / 26.

Oktober 17. / 24. / 31.

November 7. / 14. / 21. / 28.

Dezember 5. / 12.

Leitung

Michelle Stropoli
Tel. 077 496 82 41

Ort

Zoo Basel
Bachletten
4054 Basel

Veranstalter/in

In Zusammen-Arbeit
mit dem Zoo Basel

Kosten

Fr. 360.–

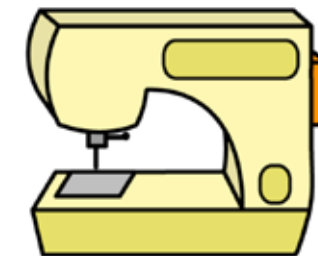
Hinweis

Für Teilnehmende,
die langsam zu Fuss sind.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 41

Basel/Samstag



Nähen

Wir nähen zusammen etwas Schönes.

Wir haben einfache Näh-Maschinen.

Wir lernen die Näh-Maschinen kennen.

Wir schneiden Stoff.

Wir lernen das Bügel-Eisen kennen.

Wir nähen etwas Schönes:

eine einfache Hose oder einen Rock.

Vielleicht nähen wir auch ein T-Shirt?

Oder wir nähen eine lustige Tasche.

Wir können auch mit der Hand nähen.

Wir können auch sticken.

Kursdaten

Samstag, 10.00 – 15.00 Uhr

6 Kurstage

September 12. / 26.

Oktober 17. / 24.

November 21. / 28.

Leitung

Carolina De Giacinto
Tel. 076 434 41 77

Ort

Horburghof
Horbургstrasse 21
4057 Basel

Kosten

Fr. 300.–

Hinweis

Voraussetzung: Ich kann
mit meinen Händen arbeiten.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 42

Basel/Samstag



Kochen in einfacher Sprache

Leitung

Claudia Bühlmann
Tel. 079 397 44 92

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

Fr. 150.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Selber Kochen macht Spass.

Wir kochen unser Lieblings-Essen.

Wir backen Pizza.

Wir machen Hamburger.

Es ist ganz leicht.

Und es ist gesund.

Wir kochen zusammen.

Dann essen wir zusammen.

Die Rezepte kann ich mit-nehmen.

Ich kann die Rezepte zu Hause kochen.

Kursdaten

Samstag, 11.00 – 14.30 Uhr

4 Kurstage

| | |
|-----------|-----------|
| September | 19. / 26. |
|-----------|-----------|

| | |
|---------|-----------|
| Oktober | 24. / 31. |
|---------|-----------|

Kurs 43

Basel/Samstag



METACOM Symbole © Annette Kitzinger

Boxen

Wir lernen Boxen.

Wir haben keine Gegner. Wir wollen zusammen lernen. Und wir wollen Spass haben.

Wir machen Schatten-Boxen. Das bedeutet:
Wir boxen gegen niemanden.

Wir wollen unseren Körper stärken.
Und wir wollen selbst-bewusster werden.
Das heisst: Wir wollen mehr Vertrauen
in uns selbst haben.

Wir wollen unsere Gefühle besser verstehen.
Dazu hören wir Musik. Boxen ist wie Tanzen.

Kursdaten

Samstag, 14.00 – 16.00 Uhr

7 Kurstage

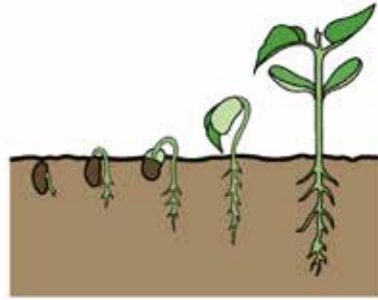
| | |
|-----------|----------------|
| September | 5. / 12. / 19. |
|-----------|----------------|

| | |
|---------|-----------------|
| Oktober | 17. / 24. / 31. |
|---------|-----------------|

| | |
|----------|----|
| November | 7. |
|----------|----|

Kurs 44

Basel/Samstag



Botanischer Garten

Entdeckungs-Reise im Botanischen Garten

Wir besuchen die Gewächs-Häuser.

Wir entdecken das Tropen-Haus.

Sieht es im Tropen-Haus wie in einem Urwald aus?

Was befindet sich im neuen Nebel-Wald-Haus?

Wie gross sind die Blätter der Amazonas-Seerosen? Was blüht gerade? Wie heissen die Pflanzen des Monats?

Wir kleben Fotos ein. Wir schreiben und zeichnen.

Wir können unser Botanik-Heft mit nach Hause nehmen.

Kursdaten

Samstag, 14.00 – 17.00 Uhr

7 Kurstage

September 19.

Oktober 17. / 24.

November 7. / 21.

Dezember 5. / 12.

Leitung

Geneviève Morin
Tel. 077 431 49 19

Treff-Punkt

Botanischer Garten
beim Spalentor

Kosten

Fr. 230.–

Hinweis

Menschen im Roll-Stuhl
müssen vor der Anmeldung
anrufen: 061 281 08 00.

Die Führung durch den
Botanischen Garten
ist im Kurspreis enthalten.

Bitte genauen Treff-Punkt
und Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 45

Basel
Samstag/Sonntag



Wohlfühl-Wochenende für Frauen

Entspannen, geniessen und erholen

In gemütlicher Runde entspannen wir.

Wir nehmen ein Fussbad. Das tut uns gut.

Wir hören Musik. Wir lernen zu entspannen.

Wir gehen in die Natur.

Wir atmen. Wir spüren. Wir hören und riechen.

Wir kochen zusammen ein gutes Essen.

So geniessen wir ein Wochenende
mit anderen Frauen.

Kursdaten

2 Kurstage

Samstag, 19. September 14.00 – 19.00 Uhr

Sonntag, 20. September 14.00 – 18.00 Uhr

Leitung

Annick Nordmann
Tel. 079 520 97 90

Ort

Quartier-Treff-Punkt Breite
Zürcherstrasse 149
4052 Basel

Kosten

Fr. 90.–

Hinweis

Dieser Kurs ist nur
für Frauen.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 46

Basel/Sonntag



Englisch kochen und Englisch reden

Leitung

Lauren Hudson
Tel. 061 281 08 00

Nora Schmidt
Tel. 076 310 11 82

Ort

GundeliDräff
Solothurnerstrasse 39
4053 Basel

Kosten

Fr. 120.–

Hinweis

Für alle die schon etwas
Englisch sprechen können.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Brunch, Lunch and Afternoon Tea

Wir lernen die englische Küche kennen.

Wir lernen auch englische Wörter.

Wir sprechen viel Englisch.

Gemeinsam bereiten wir am 1. Kurstag
einen Brunch zu. Brunch ist ein Essen
am späten Morgen.

Am 2. Kurstag gibt es einen Lunch.
Lunch ist ein Mittagessen.

Am 3. Kurstag machen wir einen
Afternoon Tea. Afternoon Tea ist ein Zvieri.

Kursdaten

3 Kurstage

Sonntag, 20. September 9.00 – 13.00 Uhr

Sonntag, 18. Oktober 10.00 – 14.00 Uhr

Sonntag, 22. November 12.00 – 16.00 Uhr

Kurs 47

Basel/Sonntag

Leitung

Andrea Effenberg
Tel. 0049 7624 63 09

Treff-Punkt

Eingang Lange Erlen
(vor der Schranke)
Erlenparkweg 110
4058 Basel

Kosten

Fr. 180.–

Hinweis

Besonders geeignet
für Teilnehmende mit einer
Mehrfach-Behinderung!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Tierpark Lange Erlen

Entspannen in der Natur

Sie erfahren lustige und spannende Geschichten
über den Wald und die Tiere.

Wir spazieren durch die Langen Erlen.

Wir beobachten die Tiere.

Wir riechen, hören, fühlen mit allen Sinnen.

Wir sind immer draussen.

Wir machen ein Picknick.

Kursdaten

Sonntag, 10.00 – 13.00 Uhr

6 Kurstage

September 13. / 20.

Oktober 18.

November 1. / 15. / 29.

Kurs 48

Basel/Sonntag



Gutzi backen

Was wäre Weihnachten ohne Gutzi-Backen ...

Weihnachts-Gebäck ist immer süss.

Wir lernen verschiedene Sorten kennen.

Gemeinsam bereiten wir den Teig zu.

Wir lernen die richtige Menge der Zutaten kennen.

Welche Gewürze gehören dazu?

Wie schmecken oder riechen diese Gewürze?

Aus dem fertigen Teig stechen wir Gutzi aus.

Diese werden anschliessend gebacken.

Kursdaten

Sonntag, 10.30 – 15.30 Uhr

2 Kurstage

Dezember 6. / 13.

Leitung

Carolina De Giacinto
Tel. 076 434 41 77

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

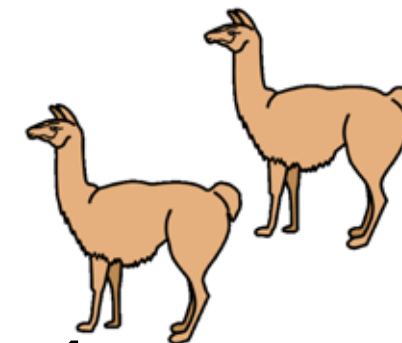
Fr. 100.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 49

Allschwil/Samstag



Lama-Trekking 1

Lamas sind freundlich, neugierig und ruhig.

Wir beobachten Lamas.

Wir füttern, streicheln und striegeln Lamas.

Wir können unser eigenes Lama auf einer
Wanderung führen.

Wir erfahren mehr über diese besonderen Tiere.

Kursdaten

Samstag, 9.45 – 12.15 Uhr

6 Kurstage

September 12. / 19. / 26.

Oktober 3. / 10. / 17.

Leitung

Elisabeth Mosimann
Tel. 076 817 04 77

Ort

Bauernhof Lörzbachmühle
Lörzbachmühlweg 5
4123 Allschwil

Kosten

Fr. 150.–

Hinweis

Voraussetzung:
Ich bin gut zu Fuss!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 50

Allschwil / Sonntag

Leitung

Elisabeth Mosimann
Tel. 076 817 04 77

Ort

Bauernhof Lörzbachmühle
Lörzbachmühlweg 5
4123 Allschwil

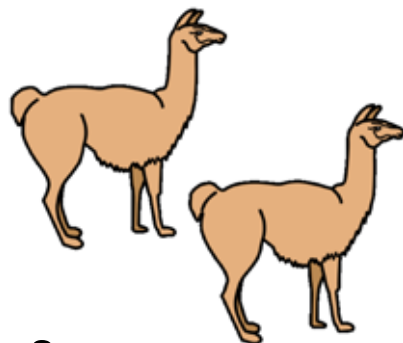
Kosten

Fr. 90.–

Hinweis

Voraussetzung:
Ich bin gut zu Fuss!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Lama-Trekking 2

Lamas erleben

Das Lama ist ein besonderes Tier.
An zwei Sonntagen lernen wir diese Tiere kennen.

Wir füttern die Lamas.
Wir striegeln die Lamas.
Wir können die Lamas streicheln.

Wir machen mit den Lamas eine Wanderung.
Unterwegs werden wir ein Feuer machen.

2 unvergessliche Lama-Tage erwarten uns.

Kursdaten

Sonntag, 10.15 – 14.45 Uhr

2 Kurstage

September 13. / 27.

Kurs 51

Birsfelden / Tages-Kurs
Sonntag

Leitung

Denise Witschi
Tel. 079 797 84 86

Treff-Punkt

Tram-Haltestelle
Birsfelden Hard
Tram-Schlaufe

Kosten

Fr. 60.–

Hinweis

Voraussetzung:
Ich bin gut zu Fuss!

WC nicht in der Nähe!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Waldküche

Wir kochen auf dem Feuer.

Wir gehen gemeinsam in den Wald.
Wir machen ein Feuer.
Wir lernen Pflanzen und Kräuter kennen.
Diese können wir essen.

Wir kochen auf dem Feuer.
Wir machen einen Spaziergang.
Alle machen so mit, wie sie können.
Wir geniessen die Natur.

Kursdaten

Sonntag, 10.00 – 15.00 Uhr

1 Kurstag

November 15.

Kurs 52

Lausen/Dienstag

Leitung

Elsbeth Bader
Tel. 061 921 99 48

Ort

Reformiertes
Kirchgemeindehaus
Niklaushuus
Kirchstrasse 12
4415 Lausen

Kosten

Fr. 270.–

Hinweis

Besonders geeignet
für Teilnehmende im AHV-
Alter oder mit einer
Mehrfach-Behinderung!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Dessert-Träume

Wir bereiten feine Desserts zu!

Wir lernen die Zutaten für ein Dessert kennen.

Wir lernen die Küchen-Geräte kennen.

Wir riechen und probieren.

Alle arbeiten mit.

Gerne können Sie ein Dessert wünschen.

Kursdaten

Dienstag, 14.00 – 16.15 Uhr

12 Kurstage

September 8. / 15. / 22.

Oktober 13. / 20. / 27.

November 3. / 10. / 17. / 24.

Dezember 1. / 8.

Kurs 53

Liestal/Montag

Leitung

Claudia Bühlmann
Tel. 079 397 44 92

Maja Studer

Tel. 061 281 08 00

Ort

Martinsträff im
Kirchgemeindehaus
Martinshof
Rosengasse 1
4410 Liestal

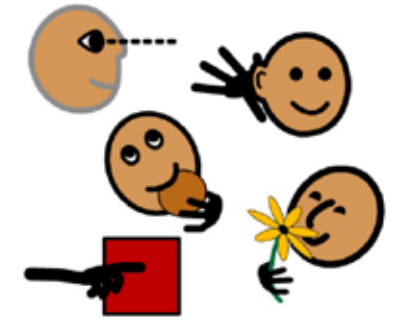
Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Besonders geeignet
für Teilnehmende im AHV-
Alter oder mit einer
Mehrfach-Behinderung!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Geschichten, Düfte, Musik 2

... und mehr

Wir hören Musik.

Wir hören eine spannende Geschichte.

Wir riechen Düfte.

Wir berühren verschiedene Dinge:

Stoffe, Felle, Holz oder Steine.

Wir basteln etwas aus diesen Dingen.

Wir essen gemeinsam Zvieri.

Kursdaten

Montag, 15.00 – 17.00 Uhr

12 Kurstage

September 7. / 14. / 21.

Oktober 12. / 19. / 26.

November 2. / 9. / 16. / 23. / 30.

Dezember 7.

Kurs 54

Liestal/Montag



Taschen und Stoffe bedrucken

Leitung

Rebekka Bertschinger
Tel. 078 735 50 52

Ort

Textilpiazza
Benzburweg 20
4410 Liestal

Eingang bei Hanro-Shop

Veranstalter/in

In Zusammen-Arbeit
mit der Textilpiazza

Kosten

Fr. 120.–

Hinweis

Voraussetzung: Ich kann
mit meinen Händen arbeiten.

Menschen im Roll-Stuhl
müssen vor der Anmeldung
anrufen: 061 281 08 00.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Taschen und Stoffe gestalten nach eigenen Ideen

Wir lernen verschiedene Druck-Techniken kennen.

Wir bedrucken Taschen und Stoffe mit
Mustern und Farben.

Wir gestalten Taschen und Stoffe
nach eigenen Ideen.

Wer möchte, darf auch ein eigenes Kleidungsstück
zum Bedrucken mitbringen.

Kursdaten

Montag, 18.00 – 20.00 Uhr

6 Kurstage

Oktober 12. / 19. / 26.

November 2. / 9. / 16.

Kurs 55

Liestal/Dienstag



Kreatives Malen

Malen – eine andere Form von Sprechen

Was kann mit Farben gemacht werden?

Welche Bilder entstehen mit den Händen?

Wir probieren viel aus.

Wir arbeiten mit Farben ohne Giftstoffe.

Kursdaten

Dienstag, 18.30 – 20.30 Uhr

12 Kurstage

September 8. / 15. / 22.

Oktober 13. / 20. / 27.

November 3. / 10. / 17. / 24.

Dezember 1. / 8.

Leitung

Jacqueline Saladin
Tel. 079 380 30 76

Ort

Praxis für
Gesundheit-Kunsttherapie
Benzburweg 18
4410 Liestal

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Menschen im Roll-Stuhl
müssen vor der Anmeldung
anrufen: 061 281 08 00.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 56

Liestal/Mittwoch

Leitung

Maja Studer
Tel. 061 281 08 00

Ort

Heilpädagogische Schule
Liestal
Standweg 9
4410 Liestal

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Tanzen und Yoga

Wir lernen einfache Volks-, Mode- und Paartänze.

Wir tanzen zu folgenden Musik-Arten:

- Disco-Musik
- Oberkrainer-Musik
- Musik aus alten Zeiten, das nennt man Oldies.

Das Tanzen macht uns Spass.

Wir machen Yoga-Übungen.

Diese Übungen machen unseren Körper beweglicher. Das heisst, wir können uns besser bewegen.

Wir atmen tief ein und aus. Wir entspannen uns.
Yoga tut uns gut!

Kursdaten

Mittwoch, 17.45 – 19.45 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------------|
| September | 9. / 16. / 23. |
| Oktober | 14. / 21. / 28. |
| November | 4. / 11. / 18. / 25. |
| Dezember | 2. / 9. |

Kurs 57

Liestal/Donnerstag

Leitung

Maja Studer
Tel. 061 281 08 00

Treff-Punkt

Psychiatrische Klinik
Haupteingang Haus B
4410 Liestal

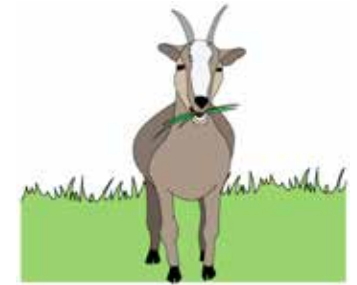
Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Für Teilnehmende mit einer
Mehrfach-Behinderung!

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Tiere im Weihermätteli-Park

Waschbären, Enten, Esel, Hirsch, Lama, Pony, Schafe, Schweine, Ziegen

Wir spazieren durch den Weihermätteli-Park.
Wir beobachten Tiere.

Wir hören Tier-Geschichten.

Wir singen Tier-Lieder.

Wir sind bei jedem Wetter draussen im Park.
Bei Regen gehen wir ins Restaurant.

Kursdaten

Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr

12 Kurstage

| | |
|-----------|----------------------|
| September | 10. / 17. / 24. |
| Oktober | 15. / 22. / 29. |
| November | 5. / 12. / 19. / 26. |
| Dezember | 3. / 10. |

Kurs 58

Oberwil
Samstag/Sonntag



Merlot, der Hund

Ein Wald-Abenteuer mit Merlot und Cariño

- Wir gehen mit den Hunden spazieren.
- Wir spielen Verstecken mit den Hunden.
- Wir lernen neue Sachen über Hunde.
- Wir machen ein Feuer und grillieren.
- Wir basteln mit Sachen aus dem Wald.
- Wir machen Fotos mit den Hunden.
- Wir freuen uns auf dich.

Kursdaten

4 Kurstage

| | |
|----------------------|-------------------|
| Samstag, 17. Oktober | 10.00 – 16.30 Uhr |
| Sonntag, 18. Oktober | 10.00 – 16.30 Uhr |
| Samstag, 7. November | 10.00 – 16.30 Uhr |
| Sonntag, 8. November | 10.00 – 16.30 Uhr |

Leitung

Denise Janz
Tel. 076 545 11 13

Treff-Punkt

Gymnasium Oberwil
Parkplatz

Kosten

Fr. 260.–

Hinweis

Menschen im Roll-Stuhl
müssen vor der Anmeldung
anrufen: 061 281 08 00.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 59

Basel/Tages-Kurs
Samstag



Halloween

Ein Fest zum Gruseln und Lachen

- Wir hören spannende Geschichten.
- Wir schminken uns.
- Wir verkleiden uns.
- Wir sind Hexen.
- Wir sind Gespenster.
- Wir machen ein Feuer.
- Auf dem Feuer braten wir Würste und Süßes.
- So macht Halloween Spass.

Kursdaten

Samstag, 17.00 – 22.00 Uhr

1 Kurstag

| | |
|---------|-----|
| Oktober | 31. |
|---------|-----|

Leitung

Michelle Stropoli
Tel. 077 496 82 41

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

Fr. 50.–

Hinweis

Integrativ! Sie können
Ihre Freunde oder Ihre
Familie mitbringen.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 60

Basel / Tages-Kurs
Samstag



Bienen-Wachs-Tücher selber machen

Ich packe mein Znüni-Brot ein.

Mit einem Wachs-Tuch packe ich Lebens-Mittel ein.

Ich decke Töpfe damit ab.

Die Wachs-Tücher sind sehr schön.

Ich wähle einen Baum-Woll-Stoff aus.

Der Stoff muss mir gefallen.

Wachs-Tücher sind gut für die Umwelt.
So brauche ich keine Plastik-Folie mehr.

Kursdaten

Samstag, 11.00 – 16.00 Uhr

1 Kurstag

November 21.

Leitung

Pia Gisler
Tel. 078 883 19 40

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

Fr. 50.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 61

Basel / Tages-Kurs
Samstag



Grättimaa-Tag

Figuren aus Teig zum Samichlaus-Tag

Zuerst machen wir einen süssen Teig.
Der Teig ist aus Hefe.

Wir mischen die Zutaten zusammen.
Dann kneten wir den Teig.

Aus dem Teig formen wir einen Grättimaa.
Oder eine Grättifrau oder eine andere lustige Figur.
Danach machen wir eine schöne Verzierung.

Wir backen unsere Werke im Backofen.

Kursdaten

Samstag, 10.30 – 15.30 Uhr

1 Kurstag

Dezember 5.

Leitung

Carolina De Giacinto
Tel. 076 434 41 77

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

Fr. 60.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 62

Basel / Tages-Kurs
Samstag



Mutig – stark – sicher

Mehr Sicherheit im Alltag für Frauen

Wir lernen, wie wir sicherer werden.

Wir lernen, uns zu schützen.

Wir tauschen uns aus über Mut und Kraft.

Wir lernen Gefahren kennen.

Wir üben zusammen.

Wir tauschen uns aus.

Alle machen nur so viel, wie sie können.

Es braucht keine körperliche Fitness.

Kursdaten

Samstag, 9.00 – 16.00 Uhr

1 Kurstag

Dezember 12.

Leitung

Anna Tschannen
Tel. 076 582 26 86

Annick Nordmann
Tel. 079 520 97 90

Ort

Quartier-Treff-Punkt Breite
Zürcherstrasse 149
4052 Basel

Kosten

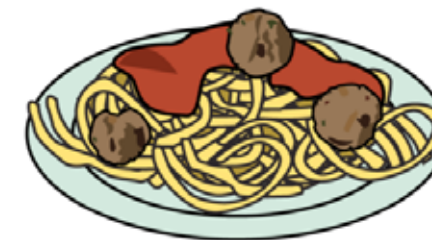
Fr. 70.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 63

Basel / Tages-Kurs
Sonntag



Spaghetti-Tag

Spaghetti selber machen

Spaghetti sind lange Nudeln.

Wir zeigen Ihnen:

So macht man Spaghetti selbst.

Zuerst machen wir einen Teig.

Dann lassen wir den Teig ruhen.

Dann drücken wir den Teig durch eine Maschine.

So entstehen lange Spaghetti.

Die Spaghetti müssen wir noch kochen.

Dazu gibt es leckere Saucen.

Spaghetti schmecken sehr gut.

Wir machen auch andere Nudeln:

- Gnocchi

- Tortellini

- Ravioli

Kursdaten

Sonntag, 10.00 – 15.00 Uhr

1 Kurstag

November 8.

Leitung

Giovanni Alfeo
Tel. 079 704 82 85

Carmine Curcio
Tel. 078 797 40 56

Ort

Quartier-Treff-Punkt LoLa
Lothringerstrasse 63
4056 Basel

Kosten

Fr. 60.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Kurs 64

Basel/Themen-Woche
Montag – Freitag

Leitung

Jelisaveta Todorovski
Tel. 061 281 17 77

Patricia Nocon
Tel. 061 281 08 00

Ort

noch offen

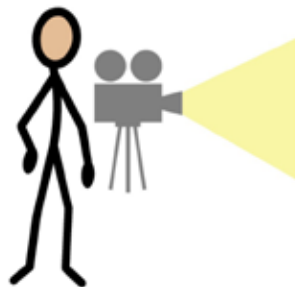
Kosten

kostenlos

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Film ab!



Spiele vor der Kamera

In diesem Kurs machen wir gemeinsam einen kurzen Film. Der Film ist über die KESB. KESB bedeutet: Kinder- und Erwachsenen-Schutz-Behörde.

Im Kurs lernen wir:

- wie man vor der Kamera spielt
- wie ein Film gemacht wird
- dass im Film nicht immer alles echt ist

Wir drehen verschiedene Szenen.
Alle dürfen mitmachen und Neues ausprobieren.

Wir arbeiten zusammen mit einer professionellen Film-Firma. Der Film wird später veröffentlicht. Andere Menschen können den Film schauen. Der Kurs macht Mut und stärkt das Selbstvertrauen.

Kursdaten

5 Kurstage

| | |
|----------------------|-------------------|
| Montag, 7. September | 14.00 – 17.00 Uhr |
|----------------------|-------------------|

| | |
|------------------------|-------------------|
| Dienstag, 8. September | 14.00 – 17.00 Uhr |
|------------------------|-------------------|

| | |
|------------------------|-------------------|
| Mittwoch, 9. September | 14.00 – 17.00 Uhr |
|------------------------|-------------------|

| | |
|---------------------------|-------------------|
| Donnerstag, 10. September | 10.00 – 16.00 Uhr |
|---------------------------|-------------------|

| | |
|------------------------|-------------------|
| Freitag, 11. September | 10.00 – 16.00 Uhr |
|------------------------|-------------------|

Kurs 65

Basel/Themen-Woche
Montag – Freitag

Leitung

Dorothea Brefin
Tel. 079 697 82 40

Ort

Theas Keramisches Atelier
Näfelserstrasse 25
4055 Basel

Kosten

Fr. 240.–

Hinweis

Das Lokal ist nicht
rollstuhl-gängig.

Rollator möglich.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Töpfern und Modellieren

Wir arbeiten mit Ton.

Wir berühren den Ton.

Wir formen Schalen.

Wir formen Vasen für Blumen.

Wir formen Tiere.

Die fertigen Sachen nehmen wir mit nach Hause.

Kursdaten

Montag – Freitag, 9.00 – 13.00 Uhr

5 Kurstage

| | |
|---------|-----------------------------|
| Februar | 15. / 16. / 17. / 18. / 19. |
|---------|-----------------------------|

Kurs 66

Basel / Winter-Kurs
Montag

Leitung

Esther Cerf
Tel. 076 477 96 61

Ort

insieme Basel
Freizeit-Zentrum
Kannenfeldstrasse 54
4056 Basel

Kosten

Fr. 100.–

Hinweis

Besonders geeignet
für Teilnehmende im AHV-
Alter oder mit einer
Mehrfach-Behinderung!
Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Schoggi

Leckeres aus Schoggi

Wir gehen auf eine Reise ins Schlaraffen-Land.
Was ist Schokolade?
Woher kommt die Schokolade?

Wir machen weisse Mousse au chocolat.
Wir machen Pralinen aus dunkler Schokolade.
Wir machen warmen Schokoladen-Kuchen.
Warmer Schokoladen-Kuchen ist sehr fein.
Sie können ein Stück davon mit nach Hause
nehmen.

Kursdaten

Montag, 15.00 – 17.00 Uhr
5 Kurstage

| | |
|---------|----------------------|
| Januar | 4. / 11. / 18. / 25. |
| Februar | 1. |

Kurs 67

Basel / Winter-Kurs
Samstag

Leitung

Esther Cerf
Tel. 076 477 96 61

Violette Hangartner
Tel. 079 738 96 64

Ort

Horburghof
Horbürgstrasse 21
4057 Basel

Kosten

Fr. 120.–

Hinweis

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!



Mein Selbst-Vertrauen stärken

Gesprächs-Gruppe

Wie bekomme ich mehr Selbst-Vertrauen?
Kann ich gut Nein sagen?
Manchmal müssen wir Nein sagen.
Das ist okay.

Wir sprechen über unsere Erlebnisse.
Wir machen Übungen mit unserem Körper.
Wir arbeiten mit Ton.
Wir machen ein Bild.

Wir lernen unsere Stärken kennen.
Wir lernen: Wir können uns vertrauen.

Kursdaten

Samstag, 14.00 – 16.00 Uhr
6 Kurstage

| | |
|---------|----------------------|
| Januar | 9. / 16. / 23. / 30. |
| Februar | 6. / 13. |

Kurs 68

Basel / Winter-Kurs
Samstag / Sonntag



Filzen

Zusammen filzen macht Spass!

Wir brauchen Wolle vom Merino-Schaf.

Wir filzen mit etwas Wasser mit Seife.

Wir können aber auch mit Nadeln filzen.

Das nennt man Trocken-Filzen.

Wir können ein Bild filzen.

Oder wir filzen einen kleinen Teppich mit Mustern.

Oder wir formen Kugeln oder Blumen.

Sie können auch ein Lieblingstier filzen ...

Es gibt viele Möglichkeiten zum Entdecken
und Ausprobieren.

Kursdaten

2 Kurstage

| | |
|---------------------|------------------|
| Samstag, 16. Januar | 9.30 – 15.30 Uhr |
|---------------------|------------------|

| | |
|---------------------|------------------|
| Sonntag, 17. Januar | 9.30 – 15.30 Uhr |
|---------------------|------------------|

Leitung

Carolina De Giacinto
Tel. 076 434 41 77

Ort

Loggia in der
Davidsboden-Siedlung
Vogesenstrasse 107
4056 Basel

Kosten

Fr. 120.–

Hinweis

Voraussetzung: Ich kann
mit meinen Händen arbeiten.

Bitte unbedingt
Informationen in der
Kurs-Bestätigung beachten!

Aikidoschule Liestal

Aikido ist eine japanische Selbstverteidigung, bei der keine Gewalt angewendet wird.



Mit Aikido haben wir die Möglichkeit, unsere eigenen Kräfte und unsere Beweglichkeit zu entdecken. Im Kurs erhalten wir einen Einblick und erfahren auf spielerische Weise, wie es möglich ist, ohne Muskelkraft und Angst Bedrohungen zu begegnen.

Ziel des Kurses ist es, konkrete Hilfestellungen für den Alltag zu erhalten und diese auch einsetzen zu lernen.

Die Aufmerksamkeit und das Selbstvertrauen werden gestärkt und die Freude an der Bewegung gefördert.

Nähere Informationen über einzelne Angebote, Zeiten, Anmeldungen usw. können Sie der Homepage www.aikidoschuleliestal.ch entnehmen.

Telefonisch gibt Ihnen gerne Christoph Böhler Auskunft.
Tel. 079 607 09 23

