

Freizeitzentrum Programm

FZZ Mitteilungen

Liebe Leserinnen und Leser

Ich freue mich, euch das November Programm vorzustellen! Wir haben wieder tolle und abwechslungsreiche Ausflüge und Aktivitäten geplant.

Wir geniessen den Herbst und sind draussen unterwegs, sei es beim **Messebummel** an der Herbstmäss oder beim Wandern vom **Lampenberg** über den **Wildenstein** bis nach Bubendorf.

In der **Bildungsclub-Disco** treffen wir uns zum Tanzen und Feiern. Und beim **Wunschfilm** lassen wir uns in die märchenhafte Welt mit Riesen und anderen Fabelwesen entführen! Wir freuen uns, nochmals den **Wen-Do Selbstverteidigungskurs** für Frauen anzubieten.

Bei der **Vernissage** könnt ihr die Bilder der Malferien bestaunen und beim **Weihnachtsbasteln** in Vorweihnachtsstimmung kommen.

Natürlich haben wir auch unsere **Treffpunkte** und den **Sonntags-Brunch** mit leckerem Essen bei gemütlichem Beisammensein.

Komm vorbei, wir freuen uns auf Dich!

Claudia und das FZZ Team

Dienstag Fussballtraining (Starkickers)

Jeweils dienstags Siehe Spieldaten auf der Website.
Für neue interessierte Spieler gibt es genauere Infos unter:
www.insieme-basel.ch/freizeit/starkickers oder Tel. 061 381 03 00

Mittwoch Treffpunkt im FZZ von 16.30 – 20.30 Uhr

5. November	Äplermagronen und Apfelmus	<i>CLAUDIA</i>
12. November	Pilz-Risotto	<i>MAXIMILIAN</i>
19. November	Spinat- und Ricotta-Lasagne	<i>ALEXANDRA</i>
26. November	Kartoffelstock mit Brätkügli und Sauce	<i>MAXIMILIAN</i>

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

Donnerstagsgruppe (für Erwachsene mit besonderem Betreuungsbedarf) TEAM

6./13./27. November 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 Mitnehmen 12.00 – 17.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel
CHF 10.– sind immer im Portemonnaie, falls wir unterwegs einkehren.

Donnerstag Stricken & Häkeln (feste Gruppe) CHRISTA

13./27. November Die Gruppe trifft sich 14-täglich im FZZ zum Stricken, Häkeln und Sticken. Jede:r bringt seine eigene Strickete mit. Wir unterhalten uns bei der Handarbeit über dies und jenes, trinken etwas zusammen und nehmen es gemütlich. Bei Bedarf bekommst du Unterstützung.

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

Freitag Senioren-Treff (feste Gruppe) MAXIMILIAN

7. November Jeweils einmal im Monat kochen wir am Freitagmittag 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 Beisammensein.

Menü Wann und wo Kosten Gebratener Fleischkäse mit Kartoffelgratin
12.00 – 16.30 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel
CHF 12.– für Dreigangmenü inkl. Getränke

Freitags-Treff im FZZ (offene Gruppe) ANTOINETTE

21. September 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 Altersgruppe ist willkommen, schau doch mal rein.

Menü Wann und wo Kosten Gemischter Salat, Teigwarenauflauf, Marroni-Creme
12.00 – 16.30 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel
CHF 12.– für Dreigangmenü inkl. Getränke

Samstagsclub (feste Gruppe) ALEXANDRA

15. November Wir gehen nach Augusta Raurica ins Museum und bekommen dort eine Führung. Wir erkunden die alten Städte und lernen, wie die alten Römer gelebt haben. Danach gehen wir in ein Café für ein Zvieri.

Besammlung 12.30 Uhr Bahnhof SBB, Schalterhalle (Meetingpoint)
Für BTB/Taxi: Taxistand Gleis 1

Ende 17.00 Uhr gleicher Ort wie Besammlung

Kosten CHF 20.– für Zvieri und Eintritt

Besonderes Wir essen kein Zmittag.

Die **allgemeinen Bestimmungen** sind auf unserer Website zu finden: 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, www.insieme-basel.ch

Zeichenerklärung
 Einfache Wanderung   Mittelschwere Wanderung    Schwere Wanderung



Bitte
frankieren

Freizeitzentrum Programm

SO	2. November	Quiz-Brunch	<i>MAXIMILIAN</i>
		Wir geniessen gemeinsam unseren klassischen Sonntags-Brunch. Anschliessend testen wir unser Allgemeinwissen und unser Bauchgefühl: In einem abwechslungsreichen Gruppen-Quiz mit Bildern, Schätzfragen und spielerischen Elementen gibt es einen kleinen Preis zu gewinnen. En Guete und viel Glück! 10.00 – 14.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel CHF 10.–	
FR	7. November	Bildungsclub-Disco Markthalle	<i>CLAUDIA</i>
		Wir besuchen wieder die Bildungsclubdisco in der Markthalle. Wir geniessen dort den Abend mit Getränken an der Bar, guter Musik und Tanz.	
		19.00 Uhr vor der Markthalle, Viaduktstrasse 10, 4051 Basel Für BTB/Taxi: vor der Markthalle, Viaduktstrasse 10, 4051 Basel	
		Besammlung	22.00 Uhr gleicher Ort wie Besammlung
		Ende	CHF 5.– für Eintritt und ein Getränk
		Kosten	CHF 20.– für weitere Konsumationen
		Mitnehmen	
SA	8. November	Wanderung Lampenberg – Bubendorf	<i>CLAUDIA</i>
		Wir fahren mit Zug, Tram und Bus nach Lampenberg. Von dort führt unsere Wanderung über Feld- und Waldwege bis zum Schloss Wildenstein. Nach den alten riesigen Eichen machen wir unseren Mittagshalt. Danach geht es weiter talabwärts bis nach Bubendorf. Mit dem Bus fahren wir zurück nach Liestal, wo wir für unser wohlverdientes Zvieri einkehren.	
		9.15 Uhr Bahnhof SBB, Schalterhalle (Meetingpoint) Für BTB/Taxi: Taxistand Gleis 1	
		Besammlung	16.15 Uhr gleicher Ort wie Besammlung
		Ende	CHF 20.– für Zvieri im Restaurant, Lunch und Getränke für unterwegs (wir machen kein Feuer), wetterangepasste Kleidung, U-Abo, Halbtax, Begleiterkarte oder Geld für Zug- und Busbillett
		Mitnehmen	Wanderzeit ca. 2 1/2 Stunden bergauf und bergab   
		Besonderes	
SO	9. November	Messebummel	<i>ALEXANDRA</i>
		Wir gehen an die Herbstmesse! Bahnen, leckeres Essen und magische Stimmung. Wir gehen zuerst auf den Münsterplatz, können uns dort durchs Essen durchprobieren und uns im Büchsenwerfen probieren. Danach gehen wir auf die andere Rheinseite zur Kaserne für aufregende Bahnen. Zum Schluss geniessen wir die schönen Lichter und das Karussell auf den Peterplatz.	
		13.00 Uhr Kunstmuseum, beim Zschokke-Brunnen Für BTB/Taxi: beim Zschokke-Brunnen, Seite Dufourstrasse	
		Besammlung	17.00 Uhr Spalantor, bei der Haltestelle Bus Nr. 30 und 33
		Ende	Für BTB/Taxi: vor dem ehemaligen Restaurant Apulia, Schützengraben 62
		Mitnehmen	CHF 40.– Taschengeld für Essen, Stände und Bahnen
		Besonderes	Ende ist an einem anderen Ort.
FR	14. November	Mein Wunschfilm – <i>Big Fish</i>	<i>CLAUDIA</i>
		Der Film handelt von einem Sohn, der versucht, die Wahrheit hinter den fantastischen und übertriebenen Geschichten seines sterbenden Vaters zu erfahren, um sich mit ihm zu versöhnen. Lasst euch in die märchenhafte Welt mit Riesen und anderen Fabelwesen entführen!	
		18.30 – 21.30 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel CHF 7.– für Eintritt und kleinen Imbiss mit Getränk	
		Wann und wo	
		Kosten	
SO	16. November	Vernissage Malferien	<i>FRANCISCO</i>
		Die Künstlerinnen und Künstler, welche diesen Sommer die Malferien in der Sommerau in Stalden (Obwalden) verbrachten, liessen ihrer gestalterischen Inspiration auch dieses Jahr wieder freien Lauf. Ihre Werke sind nun in einer interessanten Ausstellung im FZZ zu bewundern.	
		15.00 – 17.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel	
		Wann und wo	
SA	29. November	Weihnachtsbasteln	<i>CLAUDIA</i>
		Wir tauchen in die Adventszeit ein und lassen uns von Sternenglanz und Weihnachtsduft verzaubern. Wir basteln und gestalten etwas für dich persönlich oder zum Verschenken. Beim Znüni / Zvieri bewundern wir unsere selbstgemachten Kreationen.	
		Vormittag: 9.30 – 13.00 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel Nachmittag: 14.00 – 17.30 Uhr im FZZ, Kannenfeldstrasse 54, 4056 Basel	
		Wann und wo	CHF 10.– für Material und Znüni / Zvieri
		Wann und wo	Malschürze und eine Tasche, um dein Kunstwerk mit nach Hause zu nehmen
		Kosten	Bitte nur für ein Weihnachtsbasteln anmelden.
		Mitnehmen	
		Besonderes	
SO	30. November	Kino-Matinee – <i>Grüsse vom Mars</i>	<i>insieme BL & BS</i>
		Diesen Film zeigen wir zum Tag der Menschen mit Behinderung. Tom ist zehn und anders als die anderen Kinder. Er mag keine Veränderungen, keine Dinge, die rot sind, und alles Laute wird ihm rasch zu viel. Sein Spezialgebiet ist der Weltraum. Er möchte auf den Mars fliegen. Um dieses Ziel zu erreichen, unternimmt er eine Probe-Marsmission, als er bei seinen Grosseltern einen Sommer verbringen muss.	
		10.00 Uhr beim Kino Sputnik, Poststrasse 2 (beim Bahnhof Liestal) Für BTB/Taxi: beim Kino Sputnik, Poststrasse 2 (beim Bahnhof Liestal)	
		Besammlung	12.15 Uhr gleicher Ort wie Besammlung
		Ende	Weitere Informationen, Trailer und Anmeldung: www.insieme-bl.ch/veranstaltung/kino-matinee/
		Besonderes	
SO	30. November	Selbstverteidigung für Frauen	<i>ALEXANDRA</i>
		Wir lernen uns zu wehren. Wir lernen Stopp zu sagen. Wir lernen gemeinsam mutig zu sein. Wir können über Dinge sprechen, die uns Angst machen. Aber vor allem wollen wir Spass haben! Franziska und Giulia bringen uns an diesem Tag all diese Sachen bei.	
		Vormittag: 10.30 Uhr Barfüsserplatz: vor der Confiserie Sprüngli Für BTB/Taxi: Taxistand, Tourist Information, Steinenberg 14	
		Besammlung	13.15 Uhr gleicher Ort wie Besammlung
		Ende	Nachmittag: 13.30 Uhr Barfüsserplatz: vor der Confiserie Sprüngli
		Besammlung	Für BTB/Taxi: Taxistand, Tourist Information, Steinenberg 14
		Ende	16.15 Uhr gleicher Ort wie Besammlung
		Mitnehmen	Bequeme Kleidung, in welcher du dich gut bewegen kannst.
		Besonderes	Dieses Programm ist nur für Frauen. Bitte melde dich nur für ein Programm an.

Anmeldetalon bis spätestens **28. Oktober 2025** zurücksenden.
Ich melde mich für folgende Angebote an (Zutreffendes ankreuzen):

- ☐ **2. November** Quiz-Brunch
- ☐ **5. November** Treffpunkt
- ☐ **7. November** Bildungsclub-Disco
- ☐ **8. November** Wanderung Lampenberg
- ☐ **9. November** Messebummel
- ☐ **12. November** Treffpunkt
- ☐ **14. November** Big Fish
- ☐ **16. November** Vernissage Malferien
- ☐ **19. November** Treffpunkt
- ☐ **21. November** Freitags-Treff
- ☐ **26. November** Treffpunkt
- ☐ **29. November** Weihnachtsbasteln Vormittag
- ☐ **29. November** Weihnachtsbasteln Nachmittag
- ☐ **30. November** Selbstverteidigung Vormittag
- ☐ **30. November** Selbstverteidigung Nachmittag

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