

Medienmitteilung

Basel, 1. Dezember 2016

Mit Bildung und Sport gute Vorsätze fürs neue Jahr umsetzen

Wer Wert legt auf körperliche und geistige Gesundheit, findet bei Pro Senectute beider Basel eine grosse Auswahl an Sport- und Bildungskursen. An mehreren Schnupperanlässen sowie der Wiedereröffnung des Pro Senectute-Fitnesscenters mit Krafraum in Grossbasel lässt sich das Angebot zum Jahresbeginn testen.

Ein Blick in die Kursprogramme [«Sport & Bewegung»](#) und [«Bildung & Kultur»](#) der Marke [Akzent Forum](#) von Pro Senectute beider Basel für das erste Halbjahr 2017 zeigt: Das Kursangebot für ältere Menschen in Basel-Stadt und Baselland ist breit und vielfältig.

256 Sportkurse in Stadt und Land

Aktuell führt die gemeinnützige Organisation mit ihrer Marke Akzent Forum für Bildung und Sport 256 Sportkurse, davon rund 100 im Baselbiet. 300 Personen benutzen das Krafttrainingsangebot. 3048 Personen haben im zweiten Halbjahr 2016 die Sport- und Bewegungskurse besucht. Kursbeispiele: Aqua-Power, Gleichgewichtstraining, Sanfte Gymnastik, Tai-Ji, Pilates, Tennis, Osteo-Gym, Wandern, Walking, Steptanz.

Von der Handybedienung bis zum Jassen

Zu Bildung und Kultur fanden in den vergangenen sechs Monaten 31 Kurse für den gekonnten Umgang mit den digitalen Medien statt, davon zehn in Liestal. 127 Kurse für Sprachen und Lebensgestaltung finden sich im Angebot, davon 22 im Baselbiet. 90 Führungen und Vorträge wurden angeboten. 2551 Personen haben das Angebot seit Juni besucht. Es reicht von der Handybedienung über Französisch und Jassen für Anfänger bis zum Aquarellieren.

Finanzielle Unterstützung in Härtefällen

Das Besondere an den Angeboten der Pro Senectute-Marke Akzent Forum ist: Alle Kurse finden tagsüber statt. Wer nicht sicher ist, welches Angebot das passende für die eigenen Bedürfnisse ist, kann eine kostenlose Beratung anfordern. Eine Schnupperstunde ist in den meisten Kursen möglich. Unterrichtet wird in Kleingruppen, die Kursleitenden sind geschult und überaus engagiert. Die Kurse finden in allen Stadtquartieren und in vielen Landgemeinden statt.

Kann eine Person einen Kurs nicht aus eigener Kraft bezahlen, übernimmt Pro Senectute beider Basel in finanziellen Härtefällen bei den meisten Kursen die Kosten. Dies ermöglichen Spenden von Privatpersonen und Organisationen zugunsten benachteiligter älterer Menschen.

Kurse online: www.akzent-forum.ch • **Gedruckte Kursprogramme:** 061 206 44 66, info@akzent-forum.ch • **Akzent Forum:** Basel, Rheinfelderstr. 29; Liestal, Bahnhofstr. 4

Schnuppern im Januar 2017:

7.1., Basel, Schnuppertag u. Wiederöffnung Fitnesscenter m. Krafraum Belchenstrasse

9.–13.1. Basel, Schnupperwoche Sport

14.1. Basel, Schnuppertag Kurs- und Fitnesscenter Rheinfelderstrasse

Medienkontakt: Pro Senectute beider Basel, Anna Wegelin, Leiterin Marketing und Kommunikation, anna.wegelin@bb.pro-senectute.ch, +41 61 206 44 64, +41 76 588 30 06.