MARKTPLATZ 55+

Organisationen 2022

Trägerschaft:

Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Benevol

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Basel-Stadt

PRO SENECTUTE BEIDER BASEL

Justiz- und Sicherheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt
Kantonspolizei

Inhalt

Trägerschaft
Seite 9 bis 13

- Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt
- GGG Benevol
- Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Basel-Stadt
- Pro Senectute beider Basel
- Kantonspolizei Basel-Stadt, Kriminalprävention

Patronatskomitee
Seite 58 und 59

- Dr. Lukas Engelberger
- Dr. David Andreetti
- Prof. em. Dr. med Christian Ludwig
- Patricia von Falkenstein
- Prof. Dr. med. Reto W. Kressig
- Dr. Ruth Ludwig-Hagemann
- Ueli Mäder
- Roberto Mascetti
- Roger Thiriet
- Felix Rudolf von Rohr

Medienpartner

bz
Zeitung für die Region Basel

RADIO X

www.radiox.ch

Radio X über UKW:
94.5 MHz Grossraum Basel
93.6 MHz Liestal und Umgebung
88.3 MHz Arlesheim, Dornach und Umgebung

Beratung
16 Ausgleichskasse Basel-Stadt
17 beratungsnetz
18 GGG Digi Coach der GGG Stadtbibliothek
19 GGG Benevol
20 GGG Voluntas
21 GGG Wegweiser
22 Ihre Kirchen Basel-Stadt und Baselland
23 Innovage Nordwestschweiz
24 Kantonspolizei Basel-Stadt
25 Zentrum Selbsthilfe Basel

Gesundheit
26 Alzheimer beider Basel
27 Basler Wirrgarten
28 Begegnungszentrum Cura
29 Curavis Spitex
30 CURAVIVA Basel-Stadt
31 diabetesregionbasel
32 Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt
33 Gsünder Basel
34 Krebsliga beider Basel
35 palliative bs+bl
36 Pflegezentrum dandelion
37 physioswiss Regionalverband beider Basel
38 Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Basel-Stadt
39 Sehbehindertenhilfe Basel
40 Spitex Basel
41 Universitäre Altersmedizin FELIX PLATTER

Wohnen
42 BSB Wohnen mit Service
43 ZABS, Verein Zusammenarbeit Alterssiedlungen Region Basel

Gesellschaft
44 55+Basler Seniorenkonferenz
45 AVIVO Region Basel
46 Basler Fasnachts-Welt
47 Graue Panther Nordwestschweiz
48 HeK (Haus der elektronischen Künste Basel)
49 KOSMOS Space
50 Philosophicum
51 Power Flower
52 Pro Senectute beider Basel
53 Quartiertreffpunkte Basel
54 Queer Altern Basel
55 Seniorenverband Nordwestschweiz SVMW
56 Stiftung Bonjour
57 Volkshochschule und SeniorenUni beider Basel

Thema 2022

einsam, zweisam, gemeinsam

Ältere Menschen fühlen sich nicht einsamer als andere Gruppen der Gesellschaft. Ihr Beziehungsnetz wird allerdings mit dem Alter weniger dicht. Die Gruppe der Gleichaltrigen, mit denen man das Leben lang die meisten sozialen Kontakte und den grössten Austausch pflegte, wird mit der Zeit immer kleiner. Auch durch Corona fielen Kontaktmöglichkeiten weg.

Eine Vielzahl der Aussteller hat spezielle Angebote, um der Einsamkeit entgegenzuwirken. Auf den folgenden Seiten finden Sie die spezifischen Angebote gegen Einsamkeit. In der Broschüre und auch am Anlass in der Markthalle Basel sind die Angebote mit einem & markiert.

AVIVO Region Basel

Freizeitprogramm

Avivo bietet ein attraktives Freizeitprogramm für ihre Mitglieder und andere Interessierte an.

Lust auf Spielen? Dann besuchen Sie die Spielnachmittage immer am ersten Mittwoch des Monats. Wenn Sie gerne singen, sollten Sie beim Singkreis dabei sein. Wer sich leicht sportlich betätigen will, ist bei unseren Wanderungen oder auch beim Boule-Spielen an der richtigen Stelle. Bequem sitzen und einen Film geniessen können Sie beim Montagskino. Nach dem Film diskutieren wir über das Gesehene.

Weiter organisiert Avivo Basel regelmässig Ausflüge mit dem Zug oder dem Bus wie auch Vorträge zu aktuellen Themen. Dabei kann jede:r – egal welchen Alters – noch etwas dazulernen.

→ Kontakt siehe Seite 45

www.avivo-basel.ch

Basler Wirrgarten

Demenz kann einsam machen.

Vor allem alleinlebenden Menschen mit Demenz fällt es schwer, sich ihre Freizeit selbständig zu organisieren. Es fehlen Anregungen und soziale Kontakte. Eine Wandergruppe oder die Abwechslung einer Tagesstätte bringt wieder mehr Leben in den Alltag und schafft Verbindung mit anderen Menschen. Auch können unsere Freiwilligen Besuche zu Hause anbieten.

Durch die Last der Betreuung eines demenzerkrankten Angehörigen geraten viele Angehörige in Isolation. Bestehende Kontakte brechen zuweilen ab und es fehlt die Kraft, neue Kontakte aufzubauen. In der Beratung oder durch Kontakte mit Gleichbetroffenen in einem Angehörigenseminar können neue Perspektiven für ein Leben aus der Isolation hin zu einem Leben mit mehr Qualität gefunden werden.

→ Kontakt siehe Seite 27

www.wirrgarten.ch

Begegnungszentrum Cura

Information und Begegnung

CURA ist ein Informations- und Begegnungszentrum für Menschen mit einer chronischen Erkrankung, ihre Angehörigen sowie Interessierte und verfügt über ein breites sozialtherapeutisches Angebot. CURA will Betroffene mit einem breiten Angebot dabei unterstützen, ihre Situation zu bewältigen und die Lebensqualität zu erhalten oder wiederzugewinnen, und dies in einer Atmosphäre des Vertrauens, der Geborgenheit und der Freude.

Besucher des Begegnungszentrums CURA können in ungezwungener Atmosphäre: auf einen Kaffee oder Tee vorbeischauen oder länger verweilen, sich informieren und von Experten beraten lassen, anderen Betroffenen begegnen und sich mit ihnen austauschen, das regelmässig stattfindende Wochenprogramm nutzen, verschiedene Kurs- und Therapieangebote wahrnehmen, an Vorträgen zu Themen wie Medizin, Bewegung und Entspannung, Ernährung, Kunst, Philosophie und Recht teilnehmen.

→ Kontakt siehe Seite 28

www.begegnungszentrum-cura.ch

BSB Wohnen mit Service

Wohnen in Gemeinschaft

Zwischen Kannenfeldpark und Felix-Platter-Spital liegt das Westfeld. Hier entsteht unter der Leitung der Baugenossenschaft wohnen&mehr ein neues, bunt gemischtes Quartier aus Wohnungen, Läden, Cafés, Ateliers, Büros, Kleingewerbe und Kindergarten.

Auf dem neuen Westfeld-Areal bietet das BSB eine innovative Art des Wohnens für Menschen im Alter: halb privat und halb gemeinschaftlich. Das ist ideal für Menschen, die nicht mehr alleine wohnen möchten und sich den persönlichen Ansprüchen entsprechende Betreuung wünschen.

→ Details und Kontakt siehe Seite 42

www.bsb.ch/westfeld

GGG Benevol

Zusammen Zeit verbringen

In unseren beiden Projekten zämmehAlt (Basel) und Begleitung im Alltag (Riehen) wird das Nützliche mit dem Schönen verbunden. Mal miteinander spazieren gehen, beim Kochen helfen oder eine Besorgung machen. Hinterher zusammen einen Kaffee trinken und aus dem Leben erzählen.

Freiwillige besuchen ältere Menschen regelmässig. Ein gemeinsames Geben und Nehmen. Wir bringen Menschen zusammen und begleiten sie.

→ QR-Code scannen & Projekt-Webseite ansehen:

für Basel

für Riehen

→ Kontakt siehe Seite 19

www.ggg-benevol.ch

Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Café Bâlance

Café Bâlance bietet Basler Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, sich regelmässig mit anderen zu bewegen, dabei das Sturzrisiko zu reduzieren und Lebensfreude zu tanken.

Geselligkeit, Bewegung und Vorträge

Einmal wöchentlich können Basler Seniorinnen und Senioren in verschiedenen Quartiertreffpunkten das Café Bâlance besuchen. Die angebotene Bewegungslektion verbindet Musik mit Koordination. Sie verbessert die Gangsicherheit und vermindert das Sturzrisiko. Für die Teilnahme sind keine Vorkenntnisse nötig, sodass man jederzeit und ohne Anmeldung in den Kurs einsteigen kann. Beim anschliessenden Kaffeeplausch steht das gesellige Beisammensein im Zentrum.

→ QR-Code scannen & Projekt-Webseite ansehen:

→ Kontakt siehe Seite 32

www.gesundheit.bs.ch

GGG Voluntas

Begleitdienst von Kranken

Der Begleitdienst von GGG Voluntas vermittelt Freiwillige in der Region Basel, die stundenweise, wöchentlich oder 14-täglich kranken Menschen zu Hause zur Seite stehen und pflegende Angehörige entlasten. Die erfahrenen und geschulten Begleiterinnen und Begleiter ermöglichen den Kranken, am sozialen Leben teilzunehmen. Im Vordergrund steht die Zuwendung und die gemeinsame Zeit, die je nach Situation und Bedürfnissen gestaltet wird: mit Gesprächen, spazieren, spielen, vorlesen, Musik hören oder einfach fürsorglichem Dasein.

→ Kontakt siehe Seite 20

www.ggg-voluntas.ch

Gsünder Basel

Pilotprojekt Plauderkasse

Im Oktober 2022 lanciert Gsünder Basel mit der Genossenschaft Migros Basel und der TopPharm Apotheke Gellert das Pilotprojekt Plauderkasse. An der Plauderkasse dürfen sich Einkaufende Zeit nehmen, hier herrscht keine Eile. Gleichzeitig haben sie die Möglichkeit, sich mit dem Kassenpersonal auszutauschen. Diese Gesprächsmöglichkeit ist eine persönliche Bereicherung beim Einkaufen und fördert das Gemeinschaftsgefühl und die soziale Teilhabe in der Gesellschaft.

→ Kontakt siehe Seite 33

www.gsuenderbasel.ch

Innovage

verbindet!

Wiederanschluss nach einer arbeitsreichen Karriere? Rückkehr in die Heimat nach einer Auslandskarriere? Nach einem Umzug nach neuen Kontakten suchen? Es gibt viele Gründe, warum sich Menschen isoliert fühlen, besonders nach der Pensionierung.

Innovage bietet Fach- und Führungskräften im Ruhestand eine hervorragende Möglichkeit, wieder Anschluss zu finden und ihre Fähigkeiten und Erfahrungen zur Unterstützung von gemeinnützigen Organisationen in der Nordwestschweiz einzusetzen.

Wir arbeiten in kleinen Projektteams, um Non-Profit-Organisationen zu beraten und gemeinsam Lösungen für ihre Anliegen zu finden. Bei Bedarf initiieren wir auch eigene Projekte, welche einen Beitrag an die Gesellschaft leisten. Die Mitglieder von Innovage kommen mit Menschen aus allen Teilen der Gesellschaft in Kontakt und profitieren von der Zugehörigkeit zur breiten Innovage-Gemeinschaft.

Durch gezielte Weiterbildung und Förderung des Teamgeistes schaffen wir ein positives Gemeinschaftserlebnis unter unseren Mitgliedern.

→ Kontakt siehe Seite 23

www.innovage.ch

Pro Senectute beider Basel

Direkte Hilfe

Pro Senectute beider Basel engagiert sich stark gegen die Einsamkeit älterer Menschen. Dank dem Angebot an verschiedenen Hilfsmitteln bleiben ältere Menschen mobil. Dank Spenden kann Pro Senectute beider Basel auch direkt finanziell helfen.

In rund 500 Kursen und Veranstaltungen in den Bereichen Bildung und Sport können ältere Menschen ihren Horizont erweitern, zusammen mit anderen Menschen etwas unternehmen. Dank dem Projekt «Rikscha-Ausleihe» können Ausflüge realisiert werden. Mit dem Mobilitätsprojekt für gehbehinderte-, von Armut betroffenen älteren Menschen stellen wir in Zusammenarbeit mit Fahrdiensten in unserer Region Taxigutscheine zur Verfügung.

Digital Cafe
Mit dem Projekt «Digital-Cafe» schauen wir, dass ältere Menschen auch im digitalen Bereich den Anschuss nicht verlieren.
→ QR-Code scannen & Projekt-Webseite ansehen:

Mittagstisch und Beratung
In unserer Alterssiedlung Rankhof bieten wir einen Mittagstisch an. Zudem beraten wir kostenlos zum Thema Einsamkeit.

→ Kontakt siehe Seite 52
www.bb.pro-senectute.ch

Quartiertreffpunkte Basel

Begegnungen im Quartier

Die Quartiertreffpunkte bieten ein breitgefächertes Angebot für alle Altersgruppen. Während den offenen Treffpunkten, Mittagstischen, bei Spielabenden, Musik- oder Tanzveranstaltungen und vielem mehr wird der Austausch und die Begegnung unterschiedlicher Menschen gefördert. Mitarbeitende beraten Sie gerne zu Alltagsthemen und informieren über die Aktivitäten in den Quartiertreffpunkten sowie über weitere Angebote in Basel.

Schauen Sie einfach während den Öffnungszeiten bei einem Quartiertreffpunkt vorbei – wir freuen uns auf Sie!

→ Kontakt siehe Seite 53
www.qtp-basel.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz

Besuchs- und Begleitdienst

Sie möchten wieder einmal ins Museum, ins Theater oder in den Zolli und würden sich über eine Begleitung freuen? Freiwillige des Roten Kreuzes besuchen Sie regelmässig; unternehmen mit Ihnen kleine Ausflüge oder leisten Ihnen einfach im Alltag Gesellschaft.

Das Angebot ist gratis und richtet sich an Personen im AHV-Alter. Damit sich gegenseitiges Vertrauen aufbauen kann, kommt immer dieselbe Person zu Besuch. Und für fremdsprachige Pensionärinnen und Pensionäre vermittelt das Rote Kreuz Basel Freiwillige mit Kenntnis der jeweiligen Muttersprache.

→ Kontakt siehe Seite 38
www.srk-basel.ch

Stiftung Bonjour

Pilotprojekt Portier Basel

Wie können Informationen und Angebote im Quartier für alle - unabhängig von der individuellen Lebenssituation, Mobilität oder sozialen Vernetzung - zugänglicher werden?

Das Projekt «Portier Basel» sucht nach einer analog/digitalen Lösung, die Quartierbewohnenden eine Art Quartierportier-Funktion zur Verfügung stellt, die folgendes ermöglicht:

– Vernetzung im Quartier
– Zugang zu den schönen Dingen und Angeboten im Quartier
– Möglichkeit für Mitwirkung

Das Projekt will insbesondere auch Personen, die sozial isoliert sind, wieder Zugang zum Quartierleben ermöglichen.

Das partizipative Entwicklungsprojekt wird von der Stiftung Bonjour und dem Quartiertreffpunkt Wettstein in den Quartieren Wettstein und Clara realisiert. Die entwickelten Lösungsansätze sollen zukünftig auch in anderen Quartieren oder Gemeinden implementiert werden können.

→ QR-Code scannen & Projekt-Webseite ansehen:

→ Kontakt siehe Seite 56

www.bonjour.help

Verein beratungsnetz

Gemeinsam zur Hilfe

Wir leben in einer Zeit, in der sich viele – auch wegen Corona – eher zurückzogen und Kontakte vermieden haben. Jetzt gilt es dies langsam wieder neu aufzubauen.

Das Angebot tram-dem ist ein guter Einstieg, um für eine Begleitung anzufragen und eine freiwillige Person kennenzulernen. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass es dabei auch Matching gibt, wobei die beiden Parteien beschliessen, vermehrt gemeinsam unterwegs zu sein und auch mal einen Kaffee zu trinken oder zu Jassen. Grundsätzlich geht es bei tram-dem um sporadische Begleitung zu Terminen, kann jedoch, je nach Bedürfnis und Verfügbarkeit der freiwilligen Person ausgeweitet werden. Es darf, muss aber nicht.

Wenn wir vom Team sehen, dass es im Alltag noch andere Unterstützung braucht, bieten wir auch eine (kostenpflichtige) Beratung zuhause an, um dabei auf Möglichkeiten und Dienstleister aufmerksam zu machen und können bei Bedarf auch die Vermittlung übernehmen. Es gab auch schon Anfragen, an einen Termin bei Behörden oder Arztterminen mitzugehen, um die betagte Person in diesen persönlichen Gesprächen fachlich zu unterstützen. Damit wird auch eine Unterstützung und Entlastung von betreuenden und pflegenden Angehörigen angestrebt.

Ganz nach unserem Motto:
«mitenand goht`s besser»!

→ Kontakt siehe Seite 17

www.beratungsnetz-basel.ch

Lieber hören statt lesen?

Podcasts zum Thema

Mit BSB Wohnen mit Service, GGG Benevol, Gsünder Basel, Gesundheitsdepartment Basel-Stadt, GGG Voluntas, Stiftung Bonjour und Pro Senectute.

Trägerschaft

Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

GUT UND GEMEINSAM ÄLTER WERDEN IM KANTON BASEL-STADT

WWW.ALTER.BS.CH

Trägerschaft

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Gemeinsam die Zukunft gestalten

Pro Senectute beider Basel

bb.prosenectute.ch

Trägerschaft

Ihr freiwilliges Engagement. Ein Gewinn für unsere Gesellschaft.

Jobbbörse freiwillige Engagements online entdecken:

GGG Benevol

Das Rote Kreuz Basel hilft,
wenn niemand sonst da ist.
Immer. Seit 1888.

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Basel-Stadt

srk-basel.ch

Trägerschaft

GEMEINSAM FÜR SICHERHEIT

Justiz- und Sicherheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Kantonspolizei

Die billigsten Transporte mit SAURER-DIESEL
FALAFEL
SCHMUCK
WEINE
FRISCHE
fellow
Salon
MARKTPLATZ 55+
Sonderthema
Digitalisierung
MARKTPLATZ 55+
32
BVB
OPEN
bajour

MARKTPLATZ 55+

Teilnehmende Organisationen

2022

AKBS Ausgleichskasse Basel-Stadt

Kompetenz · Leistung · Vertrauen

Beratung

Ein modernes Dienstleistungsunternehmen im Bereich der schweizerischen Sozialversicherungen

Die Ausgleichskasse Basel-Stadt ist das Beratungs- und Kompetenzzentrum in Basel-Stadt für Fragen:

– Rund um die 1. Säule unseres Sozialversicherungssystems
– Rund um die kantonalen Familienzulagen
– Im Zusammenhang mit den bilateralen Verträgen mit der EU im Rahmen der zwischenstaatlichen Sozialversicherungsabkommen

Bevölkerung und versicherte Personen sowie Arbeitgebende sind gut informiert über:

– AHV- und IV-Renten und Hilflosenentschädigung
– AHV Beiträge für Selbständige und Nichterwerbstätige
– die Festsetzung, die Herabsetzung und Erlass der Beiträge

Informationen über:

– Provisorische Rentenvorausberechnung (flexibles Rentenalter)
– Hilfsmittelleistungen
– Hilflosenentschädigung
– Beiträge als Nichterwerbstätige
– Beitragspflicht für Hausdienstpersonal und Haushaltshilfen

Informieren Sie sich rechtzeitig über Ihre Rechte und Pflichten gegenüber der Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV).

www.ak-bs.ch

Marcos Rodriguez
061 685 22 55
info@ak-bs.ch
Wettsteinplatz 1, 4058 Basel

beratungs
netz-basel

«mitenand gohts besser!»

Das Ziel des Vereins beratungsnetz-basel besteht seit 2019 darin, dass Menschen im AHV-Alter möglichst lange in ihren eigenen vier Wänden bleiben können. Um das zu ermöglichen, bieten wir mehrere Leistungen an, die teilweise kostenlos und teilweise kostenpflichtig sind. Angehörige können dank diesem Angebot entlastet werden. Zudem möchten wir der Vereinsamung älterer Menschen entgegenwirken.

Kostenlos ist das Angebot «tram-dem». Es richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die zu einem Termin oder Anlass begleitet werden möchten. Ältere Menschen fühlen sich im öffentlichen Raum allein oft unsicher. Freiwillige in unserem Verein sorgen dafür, dass Sie am Zielort und auch wieder zu Hause gut ankommen. Alle Begleitungen finden mit öffentlichen Verkehrsmitteln innerhalb des U-Abo-Einzugsgebiets in der Region Basel statt.

Dieses Angebot ist kostenlos, bis auf das Tramticket, welches von der begleiteten Person für die freiwillige Person (wenn diese nicht schon über ein U-abo verfügt) und für sich selber bezahlt werden muss.

Für ältere Menschen existiert im Raum Basel zwar ein umfassendes Angebot an Unterstützung und Betreuung. Hingegen fehlt es oft an der Koordination. Gerade bei komplexen Problemstellungen sind viele Seniorinnen und Senioren deshalb sehr gefordert. Sie wissen in verschiedenen Lebenssituationen oft nicht, an wen sie sich wenden sollen. Auch in diesem Bereich engagiert sich der Verein beratungsnetz-basel mit Beratung und Unterstützung. Solche Leistungen sind aber je nach Aufwand kostenpflichtig.

Mit dem Pilotprojekt «Ihr Netzwerk – gut umsorgt zuhause bleiben» möchte sich der Verein als «Drehschreibe» im Raum Basel positionieren, der im Bereich der niederschwelligen Sozialbegleitung durch seine Beratungen einen sinnvollen Beitrag zur Bekämpfung von Isolation und Einsamkeit leistet.

Brauchen Sie Unterstützung oder eine Begleitung?
Kontaktieren Sie uns via E-Mail: info@beratungsnetz-basel.ch
oder rufen Sie uns an: Tel.+41 76 210 55 60

& Angebot gegen Einsamkeit Seite 8

Brigitte Nicholson
076 210 55 60
info@beratungsnetz-basel.ch
c/o Therwilerstrasse 37, 4104 Oberwil

www.beratungsnetz-basel.ch

GGG Digi Coach

Stadtbibliothek Basel

GGG Digi Coach hilft bei allen digitalen Fragestellungen

Wie kann ich ungewünschte Mitteilungen auf meinem Smartphone ausschalten? Was tun zum sicheren Surfen im Internet? Wie kriege ich Bibliotheksbücher auf meinen Tolino? Wie bestelle ich ein Sparbillet der SBB? Wie benutze ich Skype?

GGG Digi Coach bietet zu diesen und vielen anderen digitalen Fragestellungen unkomplizierte Hilfestellungen: in Kurzberatungen in der Stadtbibliothek, der Filiale im Gundeli oder per Telefon können alle ihre Alltagsfragen stellen und Hilfe zur Selbsthilfe kriegen. Vom Know-how der unterstützenden fach- und sozialkompetenten Freiwilligen profitieren alle, unabhängig von Alter und Bildungshintergrund: etwa 30% der Ratsuchenden sind beispielsweise noch nicht im Pensionsalter.

Die Beratungen finden am Montag von 14.00 bis 17.30 Uhr und am Samstag von 12.00 bis 15.00 Uhr in der Stadtbibliothek im Schmiedenhof, und von Dienstag bis Freitag von 14.00 bis 17.30 Uhr in der Filiale Gundeli (Gundeli-Casino beim Tellplatz) statt. Die Freiwilligen freuen sich, wenn sie weiterhelfen und nicht selten einen «digitalen Knopf» lösen können. Viele Ratsuchende sind sehr dankbar für die Hilfestellungen, die kostenlos erfolgen.

Wenn Sie Fragen haben zu PC, Smartphone oder iPad, kommen Sie am Montag zwischen 14 und 17.30 Uhr oder am Samstag zwischen 12 und 15 Uhr in die Bibliothek Schmiedenhof oder von Dienstag bis Freitag zwischen 14.00 und 17.30 Uhr in die Bibliothek im Gundeli einfach vorbei. Oder reservieren Sie einen Termin: www-ggg-digicoach.ch. Keine Frage ist dumm und wir helfen gerne.

www.ggg-digicoach.ch

Michèle Fink
079 892 54 10
info@ggg-digicoach.ch
Bibliothek Schmiedenhof,
Gerbergasse 24, 4001 Basel

Das Kompetenzzentrum für Freiwilligenarbeit

Freiwillige gestalten unser tägliches Leben mit. Sie packen an, wo es nötig ist. Sie unterstützen und verwirklichen Ideen und Projekte. Wo wären wir ohne Freiwillige?

Wir informieren und beraten Sie in allen Fragen rund um Freiwilligenarbeit – egal, ob Sie sich als interessierte Privatperson, als Verein oder als Organisation an uns wenden. Darüber hinaus führen wir eigene Projekte und bieten regelmässig Schulungen und Veranstaltungen an. Unser Ziel ist es, gemeinsam mit Interessierten, das zu Ihnen passende freiwillige Engagement zu finden und zu vermitteln. Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, im Rahmen Ihres freiwilligen, unentgeltlichen Engagements unterschiedliche Menschen kennenzulernen, bereichernde Erfahrungen zu sammeln und Ihre bewährten Kompetenzen einzusetzen, sowie neue zu entwickeln.

Es gibt viele Felder für Freiwillige: Soziales, Sport, Naturschutz, Kultur. Es gibt die Möglichkeit für einmalige oder aber regelmässige Einsätze über eine längere Zeit. Gerne beraten wir Sie persönlich, um gemeinsam ein Ihnen und Ihren Überlegungen entsprechendes Engagement zu finden.

Unsere eigenen Projekte:

zämmehAlt (Basel) und «Begleitung im Alltag für ältere Menschen in Riehen»
In diesen Projekten verbringen Freiwillige und älteren Menschen, die zu Hause wohnen, regelmässig Zeit miteinander. Sie gehen zusammen spazieren, trinken einen Kaffee und erledigen gemeinsam den Einkauf. Wir grenzen uns dabei von Angeboten der Pflege und der Haushaltsdienstleistung ab.

Deutschkonversation
Sie möchten sich regelmässig mit einer fremdsprachigen Person treffen und mit dieser in entspannter Atmosphäre deutsch sprechen - dann könnte Sie unsere *Deutsch-Konversation* interessieren. Mit unserer langjährigen Erfahrung in Beratung und Vermittlung bringen wir die passenden Menschen zusammen.

Die Job-Börse von GGG Benevol bietet einen Überblick der die vielfältigen, aktuellen Einsatzmöglichkeiten.
Oder wünschen Sie sich eine freiwillige Person, die Sie regelmässig daheim besucht und mit Ihnen Zeit verbringt? Dann Kontaktieren Sie uns.

Beratung

Angebot gegen Einsamkeit Seite 5

061 261 74 24
info@ggg-benevol.ch
Marktgasse 6, 4051 Basel

www.ggg-benevol.ch

Unterstützung im Umgang mit Krankheit, Sterben und Tod

GGG Voluntas trägt seit 25 Jahren zu einer Sensibilisierung im Umgang mit den Themen Krankheit, Sterben und Tod bei und bietet Unterstützung zur Erhaltung grösstmöglicher Selbstbestimmung. Dies leisten wir mit unseren Angeboten der Beratung zur Patientenverfügung und weiteren Vorsorgedokumenten, dem Begleitdienst für kranke Menschen zu Hause sowie mittels Vorträgen und Veranstaltungen. GGG Voluntas ist eine politisch unabhängige und weltanschaulich neutrale Non-Profit Organisation der GGG Basel.

Zum Hauptangebot gehören:

- Beratung beim Erstellen von Vorsorgedokumenten wie Patientenverfügung, Bestattungsverfügung, Beistandschaft; allgemeine Auskünfte zum Vorsorgeauftrag
- Begleitdienst für kranke Menschen zu Hause sowie Entlastung der pflegenden Angehörigen
- Bildungsangebote für Freiwillige, Interessierte und Fachpersonen: Kurse zur Patientenverfügung, PASSAGE-Lehrgang in Palliative Care, Letzte-Hilfe-Kurs
- Vorträge und Veranstaltungen wie die Ars Moriendi-Gespräche oder die Inforeihe Vorsorgen

Die Beratungen und Begleitungen werden von qualifizierten Freiwilligen durchgeführt. Diese sind eigens dafür geschult und vorbereitet und erhalten regelmässige Weiterbildungen. Unsere freiwilligen Mitarbeitenden unterliegen der Schweigepflicht und behandeln sämtliche Aussagen und Unterlagen mit grösster Vertraulichkeit.

Sie suchen Unterstützung beim Erstellen von Vorsorgedokumenten? Benötigen Sie Entlastung in der Betreuung eines kranken oder sterbenden Angehörigen, einer Freundin oder eines Freundes? Wir stehen Ihnen für einen Erstkontakt gerne per E-Mail oder telefonisch zur Verfügung.

www.ggg-voluntas.ch

061 225 55 25
info@ggg-voluntas.ch
Leimenstrasse 76, 4051 Basel

& Angebot gegen Einsamkeit Seite 6

GGG Wegweiser

«Info älter werden» weiss, wer beim Älterwerden hilft

Im Kanton Basel-Stadt besteht ein umfangreiches Angebot an Dienstleistungen für ältere Menschen. Die Vielfalt an Möglichkeiten und die grosse Anzahl unterschiedlicher Anbieter erschweren vielen die Orientierung. Um Ältere in unserer Gesellschaft gezielt zu unterstützen, betreibt der GGG Wegweiser die Informationsstelle «Info älter werden». Ältere Menschen erhalten mittels professioneller Triage einen Überblick über die vorhandenen Möglichkeiten im sozialen Basel und können diese so besser nutzen.

Der GGG Wegweiser ist eine Organisation der GGG Basel (Gesellschaft für das Gute und Gemeinnützige), «Info älter werden» ist in Kooperation mit dem Gesundheitsdepartement Basel-Stadt entstanden. Die GGG Basel ist nicht gewinnorientiert, politisch und konfessionell neutral. Die Dienstleistungen des GGG Wegweisers sind weitgehend kostenlos.

Informationsvermittlung zu Themen wie:

– Beruf
– Gesundheit
– Freizeitgestaltung
– Finanzen
– Pflege und Betreuung
– Freiwilligenarbeit
– Wohnen im Alter

Wir nehmen uns Zeit zum Zuhören.

Haben Sie Fragen zum Thema Alter? Wir nehmen uns Zeit für Ihre individuellen Fragen. Ohne Anmeldung, persönlich und kostenlos.

www.ggg-wegweiser.ch

061 269 97 90
kontakt@infoaelterwerden.ch
Im Schmiedenhof 10, 4001 Basel

reformiert
christkatholisch
römisch-katholisch
bl/bs
ihre kirchen

Kirchen 2022: Viel mehr als Sie glauben!

Als öffentlich-rechtlich anerkannte Körperschaften sind die Evangelisch-reformierten, die Römisch-katholischen und die Christkatholischen Kirchen in Baselland und Basel-Stadt nicht nur für ihre Mitglieder da, sondern erbringen auch viele Dienstleistungen für die Gesamtbevölkerung.

Unser Ziel ist es, Menschen zusammen zu bringen.

Dank Mitarbeitenden und Freiwilligen bieten wir vielfältige Angebote für alle Generationen, insbesondere auch für ältere und hilfsbedürftige Menschen in der ganzen Region.

Angebote:

- Freizeit- und Ferienangebote für Senioren
- Sinnvolle und sinnstiftende Beschäftigungsmöglichkeit in der Freiwilligenarbeit
- Spielnachmittage, Mittagstische, Alterskaffi, Gottesdienste für Senioren in den Alters- und Pflegeheimen, Wandergruppen
- Palliative Care, Altersseelsorge, Sterbebegleitung
- Sozialberatung
- Breites kulturelles Angebot (Gottesdienste, Konzerte, Theater)
- Aus- und Weiterbildungsangebote
- Interkulturelle und Generationen übergreifende Angebote

Kommen Sie vorbei, treten Sie mit uns in Kontakt.
Wir sind für Sie da.

www.ihrekirchen.ch

Matthias Schmitz
079 174 19 12
matthias.schmitz@rkk-bs.ch
Röm-Kath. Kirche Basel-Stadt

: innovage
Nordwestschweiz

Gewinner des 48. Prix schappo, Projektbeteiligte an Innovage Eigenprojekt PUMA.
www.vereinpuma.ch

Fachwissen und Erfahrung für eine innovative Gesellschaft

Die Marke Innovage steht für Innovation, Qualität und professionelle Leistung, die unentgeltlich erbracht wird. Als erfahrene Fach- und Führungsleute aus der Region Nordwestschweiz engagieren wir uns ehrenamtlich für die Zivilgesellschaft und leisten einen Beitrag zu einem aktiven und zeitgemässen Altersbild. Als eines von neun Netzwerken von Innovage.ch sind wir schweizweit vernetzt.

Wir bei Innovage fördern Innovation, Kreativität und die persönliche Entwicklung unserer Mitglieder. Mit der Beratung und Begleitung von externen Projekten oder der Entwicklung und Umsetzung von eigenen Projekten leisten wir einen Beitrag an die Gesellschaft.

Erfahrene Fach- und Führungskräfte finden bei Innovage NWS ein interessantes und anregendes Umfeld. Sie bekommen die Möglichkeit, ihre Erfahrungen weiterzugeben und mit ihren Fähigkeiten einen sinnvollen Beitrag im gemeinnützigen Bereich zu leisten. Im Team begleiten sie Non Profit Projekte (Kunden sind meist Vereine), die ohne das unentgeltliche Engagement nicht realisiert werden könnten. Gleichzeitig setzen sie sich mit den aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen auseinander und haben dadurch die Gelegenheit, neue gesellschaftliche Bereiche und Bedürfnisse kennenzulernen und ihr Wissen zu erweitern.

Sind Sie an einer Mitgliedschaft interessiert?
Melden Sie sich bei unserem Mitgliederbeauftragten
Beat Kasper beat.kasper@innovage.ch
Brauchen Sie fachliche Beratung bei einem Projekt?
Setzen Sie sich direkt mit dem Projektbeauftragten,
Erich Fischer erich.fischer@innovage.ch in Verbindung.
Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

& Angebot gegen Einsamkeit Seite 6

www.innovage.ch

nws@innovage.ch

Justiz- und Sicherheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Kantonspolizei

5 Schritte für Ihre digitale Sicherheit

Für viele Seniorinnen und Senioren ist die Nutzung des Internets bereits Alltag. Rechnungen werden via E-Banking erledigt oder Ferien über diverse Portale gebucht. Lebensmittel oder sonstige Waren werden im Internet bestellt und direkt zu mir nach Hause geliefert. Statt Briefe per Post zu versenden werden heute Mails geschrieben. Das Internet erleichtert in vielen Bereichen unser Leben. Praktisch alles findet man heute im Internet und weiss man etwas nicht, kann man dies im Internet sehr schnell herausfinden oder recherchieren.

Das Internet zu nutzen ist einfach, doch muss man sich bei der Benutzung der digitalen Welt an gewisse Regeln halten. Ansonsten kann es sehr schnell zu einer kriminellen Falle werden. Unzählige Schädlinge versuchen ständig, neue Wege in unsere Computer, Smartphones oder Tablets zu finden, auf denen persönliche Daten wie Fotos, Briefe oder wichtige Dokumente gespeichert sind. Bei einem erfolgreichen Angriff können Kriminelle Ihren Geräten und Ihnen selbst grossen Schaden zufügen. Daten könnten verändert, gelöscht oder die darin enthaltenen Informationen missbräuchlich verwendet werden, um beispielsweise in Ihrem Namen und auf Ihre Kosten im Internet einzukaufen.

Schützen Sie deshalb Ihre Daten und Geräte mit den 5 Schritten für Ihre digitale Sicherheit:

Schritt 1: Sichern der Daten
Schritt 2: Überwachen mit Virenschutz und Firewall
Schritt 3: Vorbeugen mit Software-Updates
Schritt 4: Schützen der Online-Zugänge
Schritt 5: Aufpassen und wachsam sein

Wir empfehlen Ihnen einen Besuch auf der Homepage der Schweizerischen Kriminalprävention. Dort finden Sie diverse sehr gute Informationsblätter und Broschüren zu vielen Themen mit aktuellen Tipps, wie man sich richtig schützt. Nehmen Sie sich dafür die nötige Zeit, es lohnt sich für Sie mit Sicherheit.

Download Infoblatt:
www.skppsc.ch/de/download/5-schritte-fuer-ihre-digitale-sicherheit

www.skppsc.ch

Für Anliegen und Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

polizei.bs.ch

061 267 82 84
kriminalpraevention@jsd.bs.ch
Clarastrasse 38, 4058 Basel

Zentrum Selbsthilfe
Finde andere. Finde dich.

Selbsthilfe in Gruppen im Raum Basel

Das Zentrum Selbsthilfe ist Anlaufstelle und Drehscheibe für Selbsthilfe in Gruppen im Raum Basel. Es fördert und vernetzt Einzelpersonen und Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen des Sozial- und Gesundheitsbereichs.

Im Zentrum Selbsthilfe begegnen wir einander mit Respekt, Wertschätzung und Einfühlungsvermögen. Im Vordergrund stehen die Fähigkeiten und Bedürfnisse jeder und jedes einzelnen. Wir sind überzeugt, dass jeder Mensch viel Wissen und Erfahrung zum eigenen Thema mitbringt und sein Leben nach seinen Vorstellungen selbstbestimmt gestalten will. In Gruppen vervielfacht sich dieses Wissen und bringt mehrfachen Gewinn.

Erwarten Sie keine Wunder, aber ein Umfeld, in dem Sie in der Gruppe Ihre Stärken stärken und Ihre Schwächen schwächen können.

In der Region Basel gibt es über 170 Selbsthilfegruppen. Wir verschaffen Ihnen einen Überblick und informieren Sie über Chancen, Wirkung und Nebenwirkungen von Selbsthilfegruppen. Unsere Beraterinnen und Berater vermitteln Ihnen den Kontakt zu Gruppen oder einzelnen Menschen mit gleichen oder ähnlichen Themen. Wir informieren Sie über die von unseren Beraterinnen und Beratern fachlich geleiteten Gruppen des Angebots «Selbsthilfe plus», für Menschen in herausfordernden Lebenssituationen. Wir weisen Sie auf weitere soziale Institutionen und Fachpersonen in der Region Basel hin.

Gemeinsam einander stärken!

Francisca Schiess, Geschäftsleitung
061 689 90 90
mail@zentrumselbsthilfe.ch
Feldbergstrasse 55, 4057 Basel

www.zentrumselbsthilfe.ch

alzheimer
beider Basel

Für ein besseres Leben mit Demenz

Die Diagnose Demenz trifft die erkrankten Menschen und ihre Angehörigen oftmals mit grosser Wucht. Der zu erwartende Verlust der Autonomie und die zunehmende Hilfsbedürftigkeit machen Angst und verändern die Beziehungen zwischen allen Beteiligten. Alzheimer beider Basel berät und begleitet seit über 30 Jahren Menschen, die diesen Weg gehen müssen. Dank Spenden und staatlichen Leistungsverträgen können wir kostenlose Beratungen sowie weitere entlastende Angebote anbieten.

Wir sind die erste Anlaufstelle für Fragen rund um Demenz für Betroffene, deren soziales Umfeld und Fachpersonen. Wir informieren über das Krankheitsbild und dessen Symptome, vernetzen und helfen Erholung zu finden sowie die vorhanden Ressourcen zu stärken.

Angebot:

– kostenlose Beratung
– Alzheimer-Ferien
– Gedächtnistraining
– Gesprächsgruppe Frühbetroffene
– Angehörigenseminar
– Angehörigengruppen

Gesundheit

Für ein kostenloses Beratungsgespräch kontaktieren Sie uns über die Nummer 061 326 47 94 oder per Mail via beratung@alzbb.ch Weitere Informationen zu unseren Angeboten finden Sie unter alzbb.ch

www.alzbb.ch

061 326 47 94
beratung@alzbb.ch
Burgfelderstr. 101, Postfach, 4002 Basel

BASLER WIRRGARTEN

Für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen einstehen

Die Stiftung Basler Wirrgarten wurde 1999 mit dem Ziel gegründet, eine qualitativ hochwertige Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung zu ermöglichen und betreuende Angehörige zu unterstützen. Im Atrium, unserem Kompetenzzentrum mit spezialisierter Beratungsstelle und einer erlebnisorientierten Tagesstätte für Menschen mit Demenz, setzen wir diese Stiftungsziele kompetent und mit viel Engagement um. Weitere hilfreiche Dienstleistungen runden unser Angebot ab.

Unser Credo lautet: «Für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen einstehen». Wir sehen Menschen mit einer Demenzerkrankung als individuelle Persönlichkeiten mit den Bedürfnissen nach Geborgenheit, Identität, Bindung, Einbezug und Betätigung. Auch mit einer Demenz soll Lebensqualität möglich sein. Dafür sind ein kompetenter Umgang mit den Auswirkungen der Erkrankung und eine personzentrierte Betreuung der erkrankten Menschen entscheidend.

Angebot:

- Beratungsstelle für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen
- Tagesstätte für Menschen mit Demenz
- Wandergruppen für Menschen mit Demenz
- Gesprächsgruppe für Menschen mit Demenz
- Schulungen für Angehörige
- Freiwilliges Engagement
- Konzerte und Tanznachmittage
- Spezielle Angebote für jung- und frühbetroffene Menschen mit Demenz

Gesundheit

Das Leben ist lebenswert - auch mit Demenz!
Gestalten Sie es - wir helfen mit.

& Angebot gegen Einsamkeit Seite 4

061 685 91 90
info@wirrgarten.ch
Hammerstrasse 156, 4057 Basel

www.wirrgarten.ch

Begegnungs
zentrum
Cura

Das Begegnungszentrum CURA: Informationen, Raum und Zeit nicht nur für chronisch Kranke.

Seit dem 6. Januar 2020 hat das Begegnungszentrum CURA seine Türen geöffnet. Es bietet chronisch Kranken sowie deren Angehörigen und Interessierten ein niederschwellig zugängliches, ganzheitliches Beratungs- und Therapieangebot. CURA wurde vom Claraspital gegründet und verfügt heute über eine breite Trägerschaft. Diese bringt zusammen mit weiteren Partnerorganisationen und Dritten ihr fachspezifisches Knowhow in die verschiedenen Beratungs-, Kurs- und Therapieangebote ein.

CURA ist eine eigenständige Organisation und als solche nur den Besucherinnen und Besuchern verpflichtet.

CURA hilft den Betroffenen eine Strategie zur Bewältigung ihrer Situation zu entwickeln und unterstützt die Betroffenen beim Verbessern ihres Selbstmanagements und ihrer Selbstwirksamkeit.

CURA arbeitet interdisziplinär und vernetzt.

Bei Fragen rufen Sie uns doch einfach an, schreiben Sie ein Mail oder kommen Sie persönlich bei uns vorbei.

www.begegnungszentrum-cura.ch

Lars Valentin
079 899 80 75
info@begegnungszentrum-cura.ch
Lukas Legrand-Strasse 22,4058 Basel

Angebot gegen Einsamkeit Seite 4

Rund um die Uhr - menschlich, verlässlich und professionell

Menschlich, verlässlich und professionell: Curavis Spitex ist eine gemeinnützige Stiftung mit Tradition. Unsere Wurzeln reichen zurück bis ins Jahr 1909. Wir pflegen, betreuen und beraten Menschen jeden Alters, mit Langzeiterkrankungen, psychischen Erkrankungen oder Körperbehinderungen und fördern ein selbstbestimmtes Leben zuhause. Wir bieten ausserdem Unterstützung nach einem Spitalaufenthalt und begleiten Menschen am Lebensende.

Wir fördern ein würdevolles Leben zuhause. Wir sind für unsere Kund*innen rund um die Uhr da – am Tag, in der Nacht und am Wochenende – während 365 Tagen im Jahr. Wir arbeiten nach hohen Qualitätsstandards. Wir führen einen Dialog auf Augenhöhe und kooperieren mit verschiedensten Institutionen.

Sie denken über das Älterwerden und Ihre Gesundheit nach? Sie möchten auch künftig in Ihrem Zuhause bleiben? Mit Curavis Spitex haben Sie für die Umsetzung Ihrer ganz persönlichen Wünsche eine verlässliche und kompetente Partnerin an Ihrer Seite, der Sie in unterschiedlichen Lebenslagen vertrauen können. Diese Werte leben wir auch als Arbeitgeberin: Bei uns gilt eine Chancengleichheit für Mitarbeiter*innen aus diversen Altersgruppen.

Sie wollen die Gestaltung Ihres Lebensabends selbstbestimmt umsetzen? Bei Curavis Spitex erwartet Sie ein bestens ausgebildetes Team aus unterschiedlichen Fachrichtungen, das mit Empathie und Erfahrungswissen auf Ihre Bedürfnisse eingeht. Oder Sie suchen für die finale Phase Ihrer Berufstätigkeit im Pflegewesen eine neue Aufgabe, die Sie unter fairen Bedingungen in einem herzlichen Betriebsklima ausüben wollen? Zögern Sie nicht und kontaktieren Sie uns!

Bead Gashi
061 272 21 15
info@curavis.ch
Birmannsgasse 34, 4055 Basel

www.curavis.ch

CURAVIVA
BASEL-STADT

Engagiert für das Alter

CURAVIVA Basel-Stadt vertritt als Branchenverband die Institutionen der Langzeitpflege unseres Kantons. Die Alterspflegeheime und Tagesbetreuungen bieten über 3300 unterstützungsbedürftigen, hochbetagten Menschen ein Zuhause. Sie betreuen und pflegen nach Bedarf – mit hoher Qualität und viel Leidenschaft. Die «Corona-Jahre» 2020 und 2021 zeigen dies beispielhaft.

Wir schaffen Vertrauen
CURAVIVA Basel-Stadt unterstützt seine Mitglieder nach Kräften. Im Zentrum unseres Wirkens steht das Wohl hochbetagter Menschen. Sie sollen ihren vierten Lebensabschnitt in Menschenwürde und in einem angenehmen Umfeld verbringen. Dies setzt Vertrauen voraus. Unsere Mitglieder nehmen diese Verantwortung wahr.

Zum Beispiel Corona: Bewohnerinnen und Bewohner von Alterspflegeheimen gehören durchwegs zur Hochrisikogruppe und haben meist Vorerkrankungen. Die Eindämmung des Virus ist für alle Beteiligten mit enormem Aufwand sowie moralischen und praktischen Herausforderungen verbunden.

Genauso wichtig wie der Schutz der Gesundheit aller Bewohnenden sind deren Selbstbestimmung und Lebensqualität – und dazu gehört das Recht, Besuch zu empfangen und sich frei zu bewegen. Wir haben uns erfolgreich für angemessene Lockerungen der Schutzmassnahmen eingesetzt. Der erfreuliche Verlauf der Erkrankungen zeigt, wie gut diese Gratwanderung nach wie vor gemeistert wird.

Wir fördern Qualität
CURAVIVA Basel-Stadt fördert die Zusammenarbeit, Qualität und Zukunftsentwicklung in der Alterspflege. Wir unterstützen und beraten unsere Mitglieder in allen Bereichen rund um die Führung einer Langzeitpflegeinstitution. Wir schliessen Verträge und Kooperationen mit Partnern im Gesundheitswesen ab, um gute Rahmenbedingungen für unsere Mitglieder sicherzustellen. Wir engagieren uns in der Berufsbildung, bieten Weiterbildungen, Kurse und Veranstaltungen an, sorgen für Nachwuchs an qualifiziertem Personal.

CURAVIVA Basel-Stadt vertritt als Branchenverband die Institutionen der Langzeitpflege unseres Kantons. Die Alterspflegeheime und Tagesbetreuungen bieten über 3300 unterstützungsbedürftigen, hochbetagten Menschen ein Zuhause. Sie betreuen und pflegen nach Bedarf – mit hoher Qualität und viel Leidenschaft. Die «Corona-Jahre» 2020 und 2021 zeigen dies beispielhaft.

www.curaviva-bs.ch

Yannik Laely, Geschäftsführer
061 272 90 90
info@curaviva-bs.ch
Hirschgässlein 42, 4051 Basel

diabetesregionbasel
Information. Beratung. Prävention

Für Menschen mit Diabetes

Seit über 60 Jahren vertritt der Verein diabetesregionbasel die Interessen von Diabetesbetroffenen aller Typen im Kanton Basel-Stadt und Basel-Land. Die Erhaltung Ihrer Lebensqualität und die Verhütung krankheitsbedingter Spätfolgen liegen uns am Herzen. Ein wichtiges Ziel für Diabetesbetroffene ist die Erhaltung einer guten Lebensqualität. Schwierigkeiten im Umgang mit der Krankheit und der erforderlichen Therapie können mit unseren Fachberaterinnen angegangen werden.

Angebot:

– Diabetesberatung
– Ernährungsberatung
– Fusspflege

und vieles mehr...

Gesundheit

Es gibt viele Themen, die mit uns besprochen werden können - rufen Sie uns an.

A. Marro
061 261 03 87
info@diabetesbasel.ch
Marktplatz 5, 4001 Basel

www.diabetesbasel.ch

Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Gesund älter werden in Basel

Im Gesundheitsdepartement Basel-Stadt koordiniert die Abteilung Prävention der Medizinischen Dienste eine grosse Anzahl von Projekten in den Bereichen Ernährung und Bewegung, Suchtprävention und psychische Gesundheit. Unser Angebot deckt dabei alle Lebensphasen ab.

Bei unserer Arbeit legen wir grossen Wert auf ein praxisorientiertes, bedarfsgerechtes, innovatives und freiwilliges Gesundheitsförderungsangebot, welches regelmässig auf seine Qualität überprüft wird. Im Rahmen des Programms Alter und Gesundheit sollen gesundheitsfördernde Angebote und Informationen für ältere Menschen bedarfsgerecht und leicht zugänglich sein.

So wird zum Beispiel jedes Jahr eine Vortragsreihe zu verschiedenen Gesundheitsthemen organisiert. Im Treffpunkt Café Bâlance können Seniorinnen und Senioren sich einmal pro Woche mit anderen bewegen und in geselliger Runde einen Kaffee geniessen. Aktuell gibt es 11 Standorte in den Basler Quartieren. Seit Herbst 2019 gibt es zudem den Bewegungstreff Basel, welcher einmal pro Woche und bei jedem Wetter im Freien stattfindet. Beim Café Dialogue können sich die Teilnehmenden in angenehmer Atmosphäre zu den wichtigen Fragen des Älterwerdens austauschen. Das gemeinsame Nachdenken und Diskutieren über Sinnfragen zum Älterwerden hält geistig fit und psychisch gesund.

In Basel-Stadt sollen die Menschen über die ganze Lebensspanne ein ganzheitlich erfülltes, weitgehend selbstbestimmtes und gesundes Leben führen können. Gesundheitsförderliche Angebote sollen deshalb attraktiv, freiwillig, für jede und jeden zugänglich sein und dem Bedarf entsprechen. Diese Angebote sind beispielhaft für die kantonale Alterspolitik, die die ganze Themenbreite des Lebens im Stadtkanton abdecken soll.

Der Regierungsrat des Kantons Basel-Stadt hat im Herbst 2020 eine Vision „Gut und gemeinsam älter werden im Kanton Basel-Stadt“ beschlossen. Zurzeit werden in verschiedenen Bereichen Ideen und Projekte gemeinsam mit der Öffentlichkeit besprochen, wie die Vision umgesetzt werden kann. Alle Informationen dazu finden Sie unter www.alter.bs.ch

www.gesundheit.bs.ch

Marco Oesterlin
061 267 46 08
marco.oesterlin@bs.ch
Malzgasse 30, 4052 Basel

Angebot gegen Einsamkeit Seite 5

gsünder basel

Regelmässige Bewegung, bewusste Entspannung und ausgewogene Ernährung

Gsünder Basel ist seit 30 Jahren der kompetente Anbieter für Bewegungs- und Entspannungskurse in der Region Basel. Wir engagieren uns mit ganzem Herzen für die Gesundheitsförderung: regelmässige Bewegung, bewusste Entspannung und ausgewogene Ernährung.

Als Non-Profit Organisation ist Gsünder Basel mit diversen Partnern aus dem Gesundheitsbereich vernetzt und unterstützt die Menschen in der Region mit jährlich über 100 vielseitigen und gesundheitsfördernden Angeboten.

Das Hauptziel von Gsünder Basel ist es, einen Beitrag zur Erhaltung und Verbesserung der Gesundheit zu leisten. Der Bevölkerung werden einfache, aber wirksame Änderungen im Lebensstil näher gebracht. So setzen wir uns für einen einfachen und kostengünstigen Zugang zu attraktiven Bewegungs- und Entspannungsangeboten ein. Es ist unser Ziel, unsere Kunden auf dem Weg zu einem gesunden Lebensstil zu unterstützen – einen gesunden Lebensstil mit Aktivitäten, die Freude bereiten.

Für die Zielgruppe 55+ bietet Gsünder Basel folgende Angebote an:

- Ganzheitliche Bewegungskurse: z.B. Sanfte Gymnastik, Nordic Walking, Rückentraining, Pilates
- Gelenkschonende Wasserkurse: z.B. Aqua-Gym, Aqua Jogging, Aqua-Power-Jogging
- Entspannungskurse: z.B. Yoga Gold, Tai Chi, Qi Gong, Achtsamkeitstraining

Die meisten Kurse sind als Semesterkurse ausgeschrieben. Der Einstieg sowie eine kostenlose Schnupperlektion sind jederzeit möglich. Die Kleingruppen ermöglichen eine angenehme und persönliche Kursatmosphäre.

Gesundheit

Sind Sie neugierig geworden? Gerne unterstützen wir Sie auf der Suche nach dem passenden Angebot! Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Angebot gegen Einsamkeit Seite 6

Susan Meenderman-Neiger, Kurswesen
061 551 01 20
info@gsuenderbasel.ch
Güterstrasse 141, 4053 Basel

www.gsuenderbasel.ch

krebsliga beider basel
beraten – unterstützen – informieren

Krebs ist es egal, wer du bist. Uns aber nicht.

Die Krebsliga beider Basel informiert, berät und unterstützt seit über 65 Jahren unentgeltlich Personen, die von Krebs betroffen sind sowie deren Angehörige und Bezugspersonen in Basel und Region. Zudem unterstützt sie die Krebsforschung mit namhaften Beträgen. Bei der Forschungsförderung stehen Projekte der Universität Basel im Vordergrund. Die Krebsliga beider Basel ist eine Non-Profit-Organisation und trägt das ZEWO-Gütesiegel als Zeichen dafür, dass die Spendengelder verantwortungsvoll eingesetzt werden.

Angebote im Haus der Krebsliga beider Basel
Das Beratungs- und Betreuungsangebot der Krebsliga beider Basel wird im Begegnungszentrum «Haus der Krebsliga beider Basel» am Petersplatz 12 und in der Beratungsstelle in Liestal nach telefonischer Voranmeldung an der Kasernenstrasse 41 angeboten. Das Angebot umfasst nebst dem Beratungs- und Informationsangebot für Krebsbetroffene, Angehörige und Hinterbliebene ein vielfältiges und attraktives Kursprogramm. So können körperliche, geistige, emotionale und kreative Erfahrungen gemacht werden, die helfen, mit Alltagsbelastungen besser umzugehen. Die Kursteilnehmenden werden erstklassig betreut und begleitet und die Angebote werden persönlich und individuell gestaltet. Die Kursanbieter sind ausgewiesene Fachleute, die ihr Wissen und ihre Erfahrungen an die Kursteilnehmenden weitergeben.

Bei der Krebsliga erhalten Betroffene, Angehörige und Interessierte jeden Alters im vertraulichen Gespräch Halt und Unterstützung, Auskünfte und Beratung sowie ergänzend persönliche Begleitung zu Prävention, Diagnostik, Therapie, Nebenwirkungen, Komplementärmedizin oder Palliative Care.

Alle Krebsbetroffenen und ihre Angehörigen sowie Hinterbliebene und Interessierte sind im Begegnungszentrum herzlich willkommen. Das Begegnungszentrum versteht seine Angebote als Ergänzung zu den medizinischen Leistungen.

www.klbb.ch

Clivia Cavallo
061 319 99 81
info@klbb.ch
Petersplatz 12, 4051 Basel

palliative bs+bl

gemeinsam kompetent

Gemeinsam kompetent

palliative bs+bl ist eine Sektion der Schweizerischen Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung (palliative ch). Gegründet wurde sie im März 2002. Unser Verein schliesst die Kantone Basel-Stadt und Basellandschaft ein.

Unsere Hauptanliegen sind:

- die Vernetzung zwischen den regionalen Dienstleistungsanbietern für Palliative Care
- der Informations-, Erfahrungs- und Wissensaustausch unter den Fachpersonen
- die Förderung des Zugangs zu Palliative Care für Betroffene und ihre Angehörigen
- die Sensibilisierung der Öffentlichkeit für die Palliative Care
- die Verankerung von Palliative Care im regionalen Gesundheitswesen

Mit dem Alter steigt das Risiko, zu erkranken. Mehrfacherkrankungen sind zudem oft die Regel. Daher geht es bei älteren Menschen nicht nur um die beste Behandlung einzelner Krankheiten, sondern auch darum, die Lebenssituation und Bedürfnisse zu berücksichtigen. Mit der modernen Medizin sind die Möglichkeiten gestiegen, auch schwere Krankheiten zu behandeln oder das Leben zu verlängern. Dies hat aber auch Grenzen oder ist nicht immer erwünscht.

«Der palliative Ansatz ist die Antwort auf die moderne Medizin. Wir müssen den Schwerpunkt auf das Sinnvolle und nicht nur auf das Machbare legen.»
(Prof. Dr. med. G.D. Borasio)

An unserem Stand können Sie aus erster Hand erfahren, welche Möglichkeiten die Palliative Medizin, Pflege und Begleitung hat, um am Lebensende in Würde zu leben und zu sterben. Aber auch, welche Vorkehrungen getroffen werden können, um das Lebensende so gut wie möglich den eigenen Vorstellungen entsprechend gestalten zu können.

www.palliative-bs-bl.ch

Felix Schläfli
info@palliative-bs-bl.ch
Fichtenhagstrasse 4, 4132 Muttenz

dandelion

sicher und geborgen mit Demenz

Die Oase für demenzkranke Menschen mitten im Kleinbasel

Das dandelion ist ein kleines, spezialisiertes Haus für demenzkranke Menschen mit einer gepflegten Infrastruktur und einem schönen Garten mitten im Kleinbasel.

Wir orientieren uns mit den Wohn- und Betreuungsformen an den Bedürfnissen unserer Bewohnerinnen, Bewohnern und Gästen. Einen ganzheitlichen Umgang in der Pflege und individuelle Selbstbestimmung liegen uns am Herzen.

Das Angebot umfasst ein Wohnheim für 60 Bewohnerinnen und Bewohner und eine flexible Tagesbetreuung. Auch bieten wir die Möglichkeit für Ferien- und Entlastungsaufenthalte.

Gesundheit

Für eine persönliche Beratung oder einen Besuch in unserem Wohneim dürfen Sie uns uns sehr gerne kontaktieren. Wir freuen uns auf Sie.

www.dandelion-basel.ch

Debora Conte
061 699 15 00
debora.conte@dandelion-basel.ch
Sperrstrasse 100, 4057 Basel

Physiotherapie in Ihrer Nähe

Der Regionalverband beider Basel (RVBB) ist ein Teilverband von Physioswiss und vertritt rund 1000 Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten der Region Nordwestschweiz.

Der RVBB engagiert sich in der regionalen Gesundheitspolitik, informiert regelmässig seine Mitglieder und organisiert Fortbildungen und Kurse. Dazu vertreten wir die Interessen der Mitglieder und setzten uns für Ihre Bedürfnisse ein.

Wir informieren über den aktuellen Stand der Physiotherapie, wie Physiotherapie helfen kann bei den verschiedensten Krankheitsbildern.

Das Leistungsspektrum der Physiotherapie beinhaltet:

– Sturzprävention
– Kraftaufbau
– Gleichgewichtstraining
– Krankheitsmanagement
– Prä- und postoperative Behandlungen

Gesundheit

Nach Unfall oder Krankheit –
die Physiotherapie begleitet Sie kompetent in verschiedensten Situationen zurück in den selbstbestimmten Alltag.

Stefano Limone
079 963 78 07
info@bb.physioswiss.ch
Theaterstrasse 4, 4051 Basel

bb.physioswiss.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Basel-Stadt

Das Schweizerische Rote Kreuz Kanton Basel-Stadt setzt sich seit 1888 für Verletzliche und Benachteiligte in Basel-Stadt ein. Es unterstützt insbesondere auch ältere und betagte Menschen.

Gesundheit

Für Personen ab 55 Jahren bietet das Rote Kreuz Basel diverse Entlastungsangebote, Kurse und die Möglichkeit, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Die Entlastungsangebote umfassen unterschiedliche Hilfen zur Erleichterung des Alltags im Alter: Der Besuchsdienst bietet Abwechslung und Geselligkeit, mit Homecare sind ältere Menschen daheim massgeschneidert umsorgt und mit dem Fahrdienst gelangen auch mobilitätseingeschränkte Pensionärinnen und Pensionäre rasch, sicher und einfach von hier nach dort.

Der bekannte Rotkreuz-Notrufknopf gibt älteren alleinstehenden Menschen Sicherheit rund um die Uhr – ob zu Hause oder unterwegs. Auf Knopfdruck ist in jeder Notlage rasch Hilfe zur Stelle.

Mit dem Lehrgang «Pflegehelfende SRK» trägt das Schweizerische Rote Kreuz entscheidend dazu bei, dass es in der Schweiz stets genügend Pflegepersonal für kranke, invalide oder hochbetagte Menschen gibt. Daneben bietet das Rote Kreuz Basel aber auch Einzelkurse für werdende Grosseltern oder für einen gelingenden Alltag ab 60 Jahren an.

Als grösste Freiwilligenorganisation in der Nordwestschweiz im Bereich Gesundheit und Soziales gibt es beim Rote Kreuz Basel auch für Seniorinnen und Senioren vielfältige Möglichkeiten, sich ehrenamtlich für benachteiligte Menschen einzusetzen. Die Engagements in unseren Secondhand-Kleiderläden, im Fahrdienst oder in der Cafeteria des Blutspendezentrums sind bei älteren Freiwilligen sehr beliebt.

Das Rote Kreuz Basel ist ein eigenständiger Verein und eine der 28 Träger-Organisationen des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK). Es ist berechtigt, das Rotkreuzemblem zu nutzen und verpflichtet, die sieben Grundsätze der weltweiten Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung einzuhalten.

Wir sind das persönliche «Plus» in Ihrem Leben – wir sind das Rote Kreuz Basel.

Bestellen Sie unsere Broschüre oder erfahren Sie mehr zu den einzelnen Angeboten auf unserer Website unter www.srk-basel.ch/entlastung. Gerne beraten wir Sie auch persönlich. Rufen Sie uns an.

www.srk-basel.ch

061 319 56 56
info@srk-basel.ch
Bruderholzstrasse 20, 4053 Basel

& Angebot gegen Einsamkeit Seite 7

SEHBEHINDERTEN
HILFE BASEL

Umfassend beraten – selbstständig leben

Die Sehbehindertenhilfe Basel AG ist eine Tochtergesellschaft der Stiftung Blindenheim Basel, die sehbehinderte und blinde Menschen unterstützt, damit sie ihr Leben weiterhin eigenständig gestalten können. Wir wirtschaften sorgfältig und transparent.

Seit der Gründung im Jahre 1928 entwickeln wir Massnahmen, die uns als führende Fachstelle für Betroffene und alle Partner auszeichnet. Wir bewahren erworbene Qualitäten, finden zeitgemässe Lösungen und sind innovativ und zukunftsorientiert.

Die Sehbehindertenhilfe Basel AG hat sich zum Ziel gesetzt, dass blinde und sehbehinderte Menschen ihr visuelles Handicap überwinden, den Alltag selbständig bewältigen und gesellschaftlich sowie beruflich integriert bleiben. Wir unterstützen blinde und sehbehinderte Menschen mit unserem umfassenden Angebot an Beratung, Schulung und Hilfsmitteln.

Leistungsangebot:

- Abklärung, Koordination und Ausführung von umfassenden Rehabilitationsmassnahmen (Low Vision, Orientierung und Mobilität, lebenspraktische Fähigkeiten, Informatik-Unterstützung für Privatpersonen, Hilfsmittel)
- Beratung und Begleitung bei persönlichen Problemen
- Beratung bei finanziellen und anderen Fragen
- Vermittlung von Hilfsmitteln und Gebrauchstraining
- Information und Schulung von Personen, die mit sehbehinderten Menschen in Verbindung stehen

Die Sehbehindertenhilfe Basel AG steht allen Ratsuchenden aus der Grossregion Basel kostenlos beratend zur Seite. Sind Sie selbst von einer Sehbehinderung betroffen? Hat Ihr Nachbar oder Ihre Verwandte zunehmend visuelle Probleme? Weisen Sie bitte Betroffene in Ihrem Umfeld auf unsere Organisation hin.

Wenn Sie eines dieser Angebote nutzen möchten, so melden Sie sich doch einfach bei uns unter 061 564 04 04 und vereinbaren Sie einen Beratungstermin. Unter www.sehbehindertenhilfe.ch erhalten Sie weitere Auskünfte über unser breites Leistungsangebot. Sie finden dort ebenfalls Filme, die über unsere Beratung informieren.
Wir freuen uns auf Sie.

www.sehbehindertenhilfe.ch

061 564 04 04
info@sehbehindertenhilfe.ch
Zürcherstrasse 149, 4052 Basel

SPITEX
Basel

Am liebsten daheim – Pflege, Hauswirtschaft und Betreuung zu Hause

Betreuung zu Hause
SPITEX BASEL ist eine gemeinnützige, nicht gewinnorientierte Stiftung mit Leistungsauftrag des Kantons Basel-Stadt. SPITEX BASEL bietet ein umfassendes und spezialisiertes Angebot für Pflege, Hauswirtschaft und Betreuung zu Hause für Menschen jeden Alters, 365 Tage im Jahr.

Am liebsten daheim
SPITEX BASEL unterstützt hilfsbedürftige Menschen in ihrer selbstständigen Lebensführung und ermöglicht so mehr Lebensqualität. Rund 620 Fachpersonen und spezialisierte Teams erbringen Dienstleistungen der Pflege, Hauswirtschaft und Betreuung zu Hause in vertrauter Umgebung. Nebst dem Erhalt von Selbstständigkeit und Sicherheit steht auch die nachhaltige Entlastung von Angehörigen im Vordergrund.

Die Zusammenarbeit mit Angehörigen, Ärztinnen und Ärzten sowie weiteren Fachpersonen wird aktiv gepflegt. Kooperationen sind zentral für ein optimales Pflege- und Betreuungsangebot.

Umfassendes Angebot
Die ambulante Pflege bietet hilfsbedürftigen Menschen die Möglichkeit, in vertrauter Umgebung fachgerecht betreut zu werden. Unterstützung in Hauswirtschaft und Betreuung erleichtert zudem den Alltag im eigenen Zuhause. SPITEX BASEL zieht bei Bedarf rasch spezialisierte Fachpersonen sowie die Hausärztin oder den Hausarzt bei. SPITEX BASEL unterstützt und berät Betroffene wie auch Angehörige und leistet Hilfe bei der Koordination von Dienstleistungen zu Hause. SPITEX BASEL pflegt und unterstützt Kinder, Jugendliche und Erwachsene in jeder Lebensphase. Mitarbeitende der Kinder-Spitex sowie der Palliativ- und Onko-Spitex leisten mit vertieften Fachkenntnissen Hilfe in besonderen Situationen. Der pflegerische Notfalldienst Spitexpress gewährleistet Soforthilfe rund um die Uhr.

Haben Sie Fragen zu unseren Dienstleistungen, zu den Tarifen oder zu den Möglichkeiten einer Kostenübernahme? Wir stehen Ihnen gerne persönlich für eine unverbindliche kostenlose Beratung zur Verfügung.

www.spitexbasel.ch

061 686 96 15
info@spitexbasel.ch
Feierabendstrasse 44, 4051 Basel

universitäre altersmedizin

felix platter

© Universitäre Altersmedizin FELIX PLATTER

Die schweizweit führende Institution für die Gesundheit im Alter

Die Universitäre Altersmedizin FELIX PLATTER vereint die Bereiche akute Altersmedizin, Alterspsychiatrie und Rehabilitation unter einem Dach. Dank der universitären Anbindung werden laufend neueste Ergebnisse aus Lehre und Forschung für Prävention, Frühdiagnostik, Behandlung, Therapie und Nachsorge genutzt. Vor allem in den Bereichen Kognition, Mobilität und Ernährung gilt die Institution national wie international als Impulsgeber.

Die Memory Clinic FELIX PLATTER ist richtungsweisend in der Frühdiagnostik von Hirnleistungsstörungen. Und das Basel Mobility Center FELIX PLATTER kann anhand des Gangbilds sowohl ein Sturzrisiko als auch kognitive Störungen vor dem Auftreten effektiver klinischer Symptome erkennen. Zahlreiche ambulante und beratende Leistungen, die zum Beispiel in der Tagesklinik in Anspruch genommen werden können, komplettieren das Leistungsportfolio für Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörige.

Heilung, Wohlbefinden, Pflege und Sicherheit: Ältere Menschen haben besondere Bedürfnisse. Sie leiden unter speziellen Erkrankungen und sind anderen Risiken ausgesetzt als andere Bevölkerungsgruppen. Speziell für diese Menschen ist die Universitäre Altersmedizin FELIX PLATTER als schweizweit führende Institution für die Gesundheit im Alter da.

Bekannt als Gesundheitsinstitution und anerkannt als Impulsgeber in Lehre und Forschung, verbinden wir Zuwendung und Menschlichkeit mit modernsten Erkenntnissen der Altersmedizin. Wertschätzung, Achtsamkeit und Diskretion gegenüber Patientinnen und Patienten, den Angehörigen sowie Zuweisenden und Nachbehandelnden Grundpfeiler unseres Handelns. Mit zahlreichen Zertifikaten wie Sanacert, SW!SS REHA oder AltersTraumaZentrum DGU weisen wir unsere konstant sehr hohe Qualität nach. Patientinnen und Patienten, Angehörige, Hausärztinnen und Hausärzte sowie alle an altersmedizinischen Themen Interessierte finden auf unserer Internetseite immer wieder aktuelle Themen rund um Gesundheit im Alter.

Kontaktieren Sie uns! Wir sind gerne für Ihre Fragen da.

www.felixplatter.ch

061 326 41 41
info@felixplatter.ch
Burgfelderstrasse 101, 4055 Basel

bsb Wohnen mit Service

Wohnen mit Service im Alter

Der neue Standort im Westfeld steht für eine zukunftsweisende Art des Wohnens für Menschen im Alter: Halb privat und halb gemeinschaftlich. Ideal für Menschen, die nicht mehr allein wohnen möchten und sich Betreuung und Service nach Mass wünschen.

An den Standorten von *BSB Wohnen mit Service* finden Sie ein geborgenes Zuhause, Sicherheit und Privatsphäre zugleich. Aus einer Vielzahl von Dienstleistungen wählen Sie individuell, was Ihnen das Leben erleichtert.

Auf dem neuen Westfeld-Areal hat jede Bewohnerin und jeder Bewohner ein privates Studio mit Kitchenette und Bad für sich. Die weiteren anschliessenden Räume nutzen die Studiobewohnenden gemeinschaftlich: Küche, Essbereich, Aufenthaltsraum, Besucherraum, Ruheraum, Waschküche und die grosszügige Aussenterasse.

Erstbezug ab Februar 2023.

Mit uns bleiben Sie selbstbestimmt im Alter.
Wir unterstützen Sie bei der Wahl der passenden Wohnform und nehmen uns gerne Zeit für Ihre Fragen.

www.bsb.ch/westfeld

Birgit Nitsche
061 326 77 00
birgit.nitsche@bsb.ch
Im Westfeld 30, 4055 Basel

Angebot gegen Einsamkeit
Seite 5

Zusammenarbeit
Alterssiedlungen
Region Basel

ZABS

Unterstützung älterer Menschen sowie ihrer An- und Zugehörigen bei der Suche nach der geeigneten Wohnform

Der Verein setzt sich mit den gesellschaftspolitischen Entwicklungen auseinander und erarbeitet Strategien im Alterswohnbereich zuhanden der Politik, Gesellschaft und Wirtschaft.

Wir unterstützen im Speziellen ältere Menschen sowie ihre An- und Zugehörigen bei der Suche nach der geeigneten Wohnform. Wir verstehen uns auch als Gesprächspartner von Fachpersonen und Amtsstellen.

Informationsplattform
Auf unserer Informationsplattform sind viele hilfreiche Informationen, Angebote und nützliche Links zu Partnerorganisationen und Fachstellen zu finden. www.alterswohnungen-basel.ch

Beratungsgespräch
Ein persönliches Beratungsgespräch über die ZABS-Beratungsstelle ist ebenfalls möglich.
Telefon: 061 695 25 25

Sie möchten unabhängig und selbstbestimmt leben und wünschen sich gleichzeitig das Sicherheitsnetz und die nachbarschaftlichen Kontakte einer Siedlung?

Informieren Sie sich rechtzeitig und besuchen Sie verschiedene Siedlungen mit unterschiedlichen Angeboten.

Sandra Bugmann
061 695 25 25
info@zabs.ch
Brantgasse 5, 4057 Basel

www.alterswohnungen-basel.ch

55+
Basler
Seniorenkonferenz

Die Dachorganisation der Basler Seniorenvereine

Der Verein *55+ Basler Seniorenkonferenz* ist der Zusammenschluss von aktuell sieben Basler Seniorenverbänden. Er ist Ansprechpartner des Kantons Basel-Stadt in allen Fragen der Alterspolitik. Der Verein ist parteipolitisch unabhängig und konfessionell neutral. Mitglieder sind: AVIVO, Graue Panther Nordwestschweiz, IG 60+, Novartis Pensionierten-Vereinigung, Pensioniertenvereinigung Roche, Seniorenverband Nordwestschweiz, Interessengruppe UNIA Rentner/innen.

Der Verein *55+ Basler Seniorenkonferenz* hat zum Zweck, die Bedeutung der Generation 55plus in der Wahrnehmung der Öffentlichkeit zu verstärken sowie ihre Interessen gegenüber Verwaltung, Politik und Öffentlichkeit zu vertreten.

Die Mitglieder des Vorstands von *55+ Basler Seniorenkonferenz* sind Vertreter der erwähnten Seniorenorganisationen und repräsentieren dadurch eine breite Bevölkerungsschicht von Basel und auch die verschiedensten politischen Ausrichtungen.

Im Wesentlichen ist das Aktionsfeld dieser Dachorganisation die baselstädtische Alterspolitik. So haben wir zum Beispiel in den letzten beiden Jahren ein «Generationenleitbild Basel-Stadt» erarbeitet. Dies als Teil der Vision «Gut und gemeinsam älter werden im Kanton Basel-Stadt». Weitere Kernthemen sind zurzeit: Bezahlbares Wohnen, Finanzierungen von Betreuungsleistungen, Regelmässige Gespräche mit der BVB.

55+ Basler Seniorenkonferenz ist ein wichtiger Gesprächspartner für das Gesundheitsdepartement und auch für die andern Departemente der Basler Exekutive. *55+ Basler Seniorenkonferenz* kann dadurch als Brücke zwischen der Bevölkerung und der Regierung dienen und so deren Anliegen zur Geltung bringen.

www.55-plus.ch

Roberto Mascetti, Präsident
061 534 99 88
roberto.mascetti@hispeed.ch
In den Ziegelhöfen 175, 4054 Basel

Gemeinsam - Aktiv - Engagiert. Im Einsatz für die Rechte der AHV- und IV-Rentnerinnen und Rentner

Bereits seit mehr als 60 Jahren!
Kämpfen wir für die Interessen der AHV- und IV-Rentnerinnen und Rentner. Wir scheuen uns nicht vor politischen Auseinandersetzungen. National sind wir mit der AVIVO Schweiz und ihren 20'000 Mitgliedern in über 30 Sektionen sowie dem Dachverband Schweizer Rentnerorganisationen *VASOS/FARES* vernetzt. Regional sind wir dem Verein *55+ Basler Seniorenkonferenz* angeschlossen, dessen Präsident, Roberto Mascetti, AVIVO-Mitglied ist.

Wir beziehen klar Stellung zu Themen wie
– Existenzsichernde Altersvorsorge (Ausbau der AHV, 13. AHV-Rente) und gegen schrumpfende BVG-Renten
– Ausbau der Ergänzungsleistungen
– Teuerungsausgleich statt Steuergeschenke an Vermögende
– Faire IV-Verfahren, Anhebung der IV-Renten
– Bezahlbare Wohnungen und Krankenkassenprämien
– Starken Mieterschutz und Service Publik (gegen Privatisierungstendenzen)
– Rechte für Menschen in Pflegeinstitutionen

Wir organisieren vielfältige Veranstaltungen und regelmässige monatliche Aktivitäten, die der drohenden Vereinsamung betagter und behinderter Menschen entgegenwirken sollen.

Unsere Freizeitangebote
– Neujahrsapéro
– gemeinsames Singen in Adventszeit
– Singkreis
– Spielenachmittag
– Gemeinsames Mittagessen
– Leichte Wanderungen
– Boule-/Pétanque-Spielen
– Montagskino
– Carfahrten (Tagesausflüge)
– Führungen durch Ausstellungen
– Vorträge und Diskussions-Runden
– Weitere kulturelle und gesellige Anlässe

Unsere Mitglieder erhalten viermal jährlich unser Bulletin mit aktuellen Informationen zu wichtigen Themen, das Veranstaltungs-Programm und Anregungen der verschiedensten Art.

Tragen auch Sie zu unserem Erfolg bei - werden Sie Mitglied!
Jahresbeitrag 20 Franken pro Person

Gesellschaft

& Angebot gegen Einsamkeit Seite 4

061 312 71 69 (Sekretariat)
info@avivo-basel.ch
AVIVO Region Basel, 4000 Basel

www.avivo-basel.ch

BaslerFasnachtsWelt.

Wir zeigen unsere Fasnacht, ihre Herkunft, Geschichte und Bedeutung, über das ganze Jahr in einer Ausstellung.

Gesellschaft

Der Verein «Basler Fasnachts-Welt» (gegründet 2007) bezweckt die Förderung und die Tradierung der Basler Fasnacht als einem der bedeutendsten Kulturgüter der Stadt Basel. Insbesondere stellt der Verein seit acht Jahren freiwillige Helferinnen und Helfer, die sicherstellen, dass die Fasnachts-Ausstellung im Museum der Kulturen Basel regulär für das Publikum geöffnet sein kann.

Wir suchen Damen und Herren, welche bereit sind, die Ausstellung Basler Fasnacht im Museum der Kulturen Basel während den Öffnungszeiten als Aufsicht zu betreuen.

Die Ausstellung ist von Donnerstag bis Samstag von 13 bis 17 Uhr und am Sonntag von 11 bis 17 Uhr geöffnet. Sie wird jeweils von zwei Personen betreut, welche im 2-Stundentakt wechseln.

Darüber hinaus freuen wir uns auch auf neue Vereinsmitglieder, welche die grundsätzlichen Ziele der «Basler Fasnachtswelt» mittragen und unterstützen.

Museum der Kulturen Basel

www.basler-fasnachts-welt.ch

Dominique Mollet
061 269 88 36
info@basler-fasnachts-welt.ch
Blumenrain 23, 4051 Basel

GRAUE PANTHER NORDWESTSCHWEIZ

Eine Bewegung für die Grundrechte und das Zusammenleben aller Generationen

Die Grauen Panther Nordwestschweiz sind eine parteipolitisch unabhängige und konfessionell neutrale Vereinigung von über achthundert vielseitig interessierten, aufgestellten Seniorinnen und Senioren. Wir bringen uns aktiv in die Gesellschaft ein und lassen nicht über uns verfügen. Wir setzen uns ein für Würde und Selbstbestimmung in jeder Lebensphase, sind tolerant und offen, können aber bei Bedarf auch unsere Krallen zeigen.

Die Grauen Panther

- wehren sich gegen jede Diskriminierung des Alters
- arbeiten in beiden Basel aktiv mit an der Gestaltung der kantonalen Alters-, Gesundheits- und Sozialpolitik und engagieren sich in allen politischen Bereichen, die ältere Menschen betreffen, z. B. im öffentlichen Verkehr
- wollen Selbstbestimmung bewahren
- suchen den Kontakt zu allen Generationen (z.B. Senioren in der Schule)
- setzen sich für die sozial Schwächeren ein
- bleiben Neuem gegenüber aufgeschlossen

Angebot

- monatliche öffentliche Informations- und Diskussionsveranstaltungen zu aktuellen Themen vorab alterspolitischer Art
- über zehn Arbeitsgruppen verschiedenster Art von Schreibwerkstatt über Kulturtreffs bis zu Selbstreflexion
- viermal jährlich die informative PantherPost
- regelmässige Newsletter
- eigene Website mit allen relevanten Informationen über die Grauen Panther

Wenn Sie am Geschehen in Gesellschaft und Politik interessiert sind und eine intelligente Alterspolitik wünschen, wenn Sie gern unter die Leute gehen und sich austauschen möchten, dann sind Sie bei uns am richtigen Ort. Gerne können Sie uns auch mit einer Passivmitgliedschaft unterstützen.

www.grauepanther.ch

061 302 76 25
kontakt@grauepanther.ch
4000 Basel

HEK
Haus der Elektronischen Künste

Entdecken Sie, wieviel Mensch hinter «digital» steckt.

Haben sie manchmal das Gefühl, das Handy sei eigenwillig und die Waschmaschine will manchmal einfach nicht? Wissen wir noch, wie wir fühlen, oder meldet es unsere Gesundheitsapp? Wie weit ist unser Lebensalltag bereits mit «intelligenten» Technologien verflochten? Wie können digitale Werkzeuge für ein nachhaltiges Miteinander mit unserer Umwelt eingesetzt werden?

Das HEK (Haus der Elektronischen Künste) präsentiert künstlerische Reaktionen auf aktuelle Herausforderungen und widmet sich diesen und weiteren Fragen in seinen Ausstellungen. Die Medienkunstschaffenden, denen das HEK eine Plattform bietet, nutzen neue Technologien auf kreative Weise und nehmen deren Auswirkungen auf unsere Erde oder unsere Gesellschaft genau unter die Lupe.

Parallel zu den Ausstellungen findet ein vielfältiges Vermittlungsprogramm für alle Altersgruppen statt: Rundgänge, Gespräche, Konzerte und Workshops. Dabei ist es unser Ziel einen persönlichen Zugang zu Medienkultur zu schaffen und zur kreativen Auseinandersetzung mit neuen Technologien anzuregen. Unserem Programm unter hek.ch entnehmen Sie besondere Veranstaltungen für Senior:innen wie z.B. ein Grosseltern-Takeover unserer sozialen Medien, Tüftelworkshops am Grosselterntag, Führungen mit Handy-Workshop und Werkgesprächen. Zusätzlich dazu bieten wir auch regelmässig wiederkehrende Angebote an und auf unserem Blog share.hek.ch finden Sie Künstler:innen Interviews und Artikel zu aktuellen Themen der Medienkultur und Internetphänomenen.

Regelmässige Angebote:
- Mittwoch-Matinée: Rundgang durch die Ausstellung mit Kaffeepause und der Gelegenheit Themen im Gespräch zu vertiefen
- Führungen mit Blick hinter die Kulissen während dem Aufbau der Ausstellungen
- Kostenlose Sonntags-Rundgänge durch die aktuelle Ausstellung
- Ask Me Personal, welches am Wochenende Rede und Antwort steht
- Generationenübergreifende Führungen (auf Anfrage)

Mit unserem vielseitigen Angebot kann der Zugang zu zeitgenössischer Kunst und neuen Technologien im Dialog und im eigenen Rhythmus gestaltet werden.

www.hek.ch

Patricia Huijnen
061 283 60 51
vermittlung@hek.ch
Freilager-Platz 9, 4142 Münchenstein

KOSMOS space

Von Seniorinnen und Senioren für Ihresgleichen

Als Initiator vielseitiger Aktivitäten engagiert sich der gemeinnützige Verein KOSMOS space in der Nordwestschweiz dafür, dass Menschen über 60 eigene Angebote lancieren, beruflich tätig sein und soziale Kontakte pflegen können.

KOSMOS space unterstützt Seniorinnen und Senioren nicht nur bei der Umsetzung ihrer Ideen, sondern stellt dafür auch geeignete Räumlichkeiten kostengünstig zur Verfügung. Auch dient das grosszügige Vereinshaus von KOSMOS space neben der Basler Sternwarte allen Interessierten als Vernetzungs- und Begegnungsort.

Das Engagement von KOSMOS space konzentriert sich auf drei Bereiche:

1. Wir unterstützen Seniorinnen und Senioren dabei, Kultur-, Bildungs- und Freizeitaktivitäten anzubieten.
2. In unserem wunderschönen Haus auf dem Margarethenhügel vermieten wir Seniorinnen und Senioren kostengünstig Räume für Aktivitäten, berufliches Engagement nach der Pensionierung oder für kulturelle Veranstaltungen.
3. Das Café Magnolia steht allen Interessierten offen und eignet sich zum Austausch der Generation 60 plus untereinander und mit jüngeren Menschen.

Im Vereinshaus können Büros, Ateliers, eine Aula und Bewegungsräume permanent oder auf Stundenbasis genutzt werden. Auch Tagungsräume oder der Apéro auf der Dachterrasse und im Garten des Café Magnolia können bei uns gebucht werden. Die vielen Begegnungsräume fördern neue Netzwerke oder den Austausch zwischen den Generationen.

Angebote

- Kultur-, Bildungs- und Freizeitangebote
- Kostengünstige Räumlichkeiten für Menschen der Generation 60plus, die beruflich tätig sein wollen.
- Tagungs- und Veranstaltungsräume
- Vernetzung mit Menschen der Generation 60plus
- Ehrenamtliche Mitarbeit an generationenübergreifenden Projekten

Suchen Sie einen Ort für Ihre ehrenamtliche oder berufliche Tätigkeit nach der Pensionierung? Dann nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Pascale Witte
079 607 50 64
pascale.witte@kosmosspace.ch
Venusstrasse 7, 4102 Binningen

www.kosmosspace.ch

philosophicum
basel

Foto: Nicole Reichenback

Denken ist immer aktuell

Das Philosophicum ist eine Liebeserklärung an eine selbstbestimmte Kultur- und Bildungstätigkeit. «Das Philosophicum im Ackermannshof ist das Basler Schnabeltier unter den Kulturinstitutionen. [...] Das Philosophicum bietet Seminare an, ist aber keine Universität. Es macht Ausstellungen, ist aber kein Museum. Vielmehr verbindet es auf seine Weise Bildung, Kultur, Beratung, Ethik und Soziales.» (bz 19.2.2014)

Inhaltliche und formale Offenheit sind Programm. Alle Fragen aus Kultur, Gesellschaft und Wissenschaft können zum Gegenstand des Denkens und Umdenkens werden. Das Philosophicum unterstützt Wege, die keiner gebundenen Marschroute folgen, sondern durch Schritte erst entstehen.

Das Philosophicum wurde 2021 zehn Jahre alt. «Das ist ein kleines Wunder, denn finanziert wird die gemeinnützige Kultur- und Bildungseinrichtung durch freie Zuwendungen, durch Spenden, Ticketverkauf und Kooperationen, etwa mit Theatern, Hochschulen, Stiftungen, Festivals.» (BaZ, 26.11.2021) Freie Verwirklichung ist auf freie Ermöglichung angewiesen.

Das Philosophicum lebt von und für Menschen. Wenn Kultivieren heisst «Pflegen, was uns nährt», dann gehören das Philosophicum zur Branche der ideellen Lebensmittelproduzenten.

Was bieten wir bezogen auf die Zielgruppe 55+?
Das Philosophicum entwickelt Seminare, Jahreskurse, Schwerpunktthemen, Festivals, Kultur- und Denkimpulse, Podiumsdiskussionen und Dialogreihen, Ausstellungen mit philosophischem und künstlerischem Begleitprogramm.

Weitere Informationen erhalten Sie telefonisch unter 061 500 09 30.

www.philosophicum.ch

Franziska Mazi
061 500 09 30
franziska.mazi@philosophicum.ch
St. Johanns-Vorstadt 19-21, 4056 Basel

Theaterwerkstatt mit Menschen ab 60

POWER FLOWER ist eine soziokulturelle Institution für Menschen über 60 Jahre in der Region Basel. Wir erreichen über das Medium Theater (Sprache, Text, Atem- Stimm- und Bewegungsarbeit, Bühnen-Auftritte), dass Senioren und Seniorinnen körperlich und geistig aktiv bleiben, Freude und Erfolg erleben können, sich in einer Gruppe für ein gemeinsames Projekt engagieren und dabei soziale Kontakte pflegen.

POWER FLOWER ist seit anderthalb Jahren erfolgreich aktiv. Die bisherigen Kurse hatten grossen Zuspruch und decken ein Bedürfnis eines wachsenden Bevölkerungssegments ab. Darum wollen wir unser Angebot für Menschen über 60 in der Region Basel etablieren.

Der Anteil von Senioren und Seniorinnen in unserer Gesellschaft wächst und wird von der Lifestyle Industrie für vieles beworben. Trotzdem fällt auf, dass ihre Sichtbarkeit als aktive Mitgestaltende der allgemeinen Gesellschaft immer mehr verloren geht. Im Alter gehen die psychische und physische Beweglichkeit stark zurück, wenn sie nicht bewusst gepflegt werden. Das Risiko von Einsamkeit wächst, z.B. durch Wegzug der Kinder und Enkelkinder, durch Todesfälle im Freundeskreis oder des/der Partner*in. Damit nimmt die soziale Einbindung, der Austausch, die Kommunikation ab.

Angebot
Fortlaufende Theaterwerkstätte (1x wöchentlich), Morgentraining, kleine und grosse Produktionen. Einzel- Workshops, PLAPPPERIA - das Kulturaustauschcafé 4-5 pro Jahr mit Café und Kuchen.

Wir sprechen Personen über 60 an, die mit dem «Ausscheiden aus dem aktiven Leben» in eine Lebensphase treten, in der sie sowohl fähig als auch bereit sind, Neues zu lernen und zu leisten und nach Möglichkeiten suchen, um ihr Potential weiter zu entfalten. Theaterarbeit ist dafür bekannt, dass Menschen sich tiefgreifend neu erfahren und begegnen. Theater spielen, mit oder ohne Erfahrung.
Niederschwelliges Angebot: KulturLegi-Partner.

Cornelia Conzelmann
079 465 45 63
kontakt@theaterpowerflower.ch
Bärenfeslerstrasse 25, 4057 Basel

www.theaterpowerflower.ch

PRO SENECTUTE
BEIDER BASEL

Gemeinsam stärker

Pro Senectute beider Basel ist die erste Fach- und Anlaufstelle für Altersfragen in der Region Basel.

Als private und gemeinnützige Stiftung hat Pro Senectute seit über 100 Jahren zum Zweck, das Wohl der älteren, zu Hause lebenden Menschen in Basel-Stadt und Baselland zu erhalten und zu fördern. Aktuell nutzen rund 30'000 ältere Menschen das vielfältige Angebot von Pro Senectute beider Basel.

Wir engagieren uns mit über 300 freitätigen Mitarbeiterinnen sowie 110 Festangestellten dafür, dass ältere Menschen in Sicherheit und Selbstständigkeit leben und am sozialen Leben teilhaben können. Dank verschiedenen Entlastungsangeboten, wie zum Beispiel dem Reinigungs-, Garten-, Zügel- und Mahlzeitenservice, wird das selbstständige Wohnen in den eigenen vier Wänden ermöglicht. Ebenso können dank Pro Senectute beider Basel verschiedene Hilfsmittel getestet, gemietet und gekauft werden. Wir beraten Senioren, Angehörige und Organisationen in allen Fragen rund um das Alter, übernehmen Steuererklärungen und Treuhandschaften und unterstützen, wenn nötig, ältere Menschen auch finanziell.

In rund 500 Kursen und Veranstaltungen in den Bereichen Bildung und Sport können ältere Menschen ihren Horizont erweitern und ihre Gesundheit stärken, damit sie körperlich und geistig fit und beweglich bleiben. Ebenso schaffen wir Wohnmöglichkeiten für ältere Menschen und verwirklichen Projekte in den Bereichen Freizeit und Mobilität.

Schauen Sie bei uns an den Beratungsstellen vorbei, bestellen Sie unsere Broschüren auf www.bb.prosenectute.ch oder rufen Sie uns unter 061 206 44 44 an, wir freuen uns auf Sie!

www.bb.pro-senectute.ch

061 206 44 44
info@bb.prosenectute.ch
Luftgässlein 3, Postfach 213, 4010 Basel

Angebot gegen Einsamkeit Seite 7

Quartier-
treffpunkte
qtp-basel.ch

Quartiertreffpunkte für ältere Menschen, junge Familien, Alteingesessene und Neuankömmlinge

15 Quartiertreffpunkte
Basel hat viele schöne Orte, eine reichhaltige Stadtkultur, eine vielfältig interessierte Bevölkerung – und 15 Quartiertreffpunkte, die zur Lebensqualität beitragen, Kontakte ermöglichen und zu Neuem anregen. Die Quartiertreffpunkte sind Begegnungsorte für alle Generationen, Familien & Singles, Alteingesessene & Neuankömmlinge sowie Anderssprachige. Sie sind bei ihren Aktivitäten quartierspezifisch ausgerichtet und berücksichtigen die Bedürfnisse der Menschen, die in der Umgebung leben und aktiv mitgestalten wollen.

Begegnen - erleben - gestalten
Die Quartiertreffpunkte bieten ein breitgefächertes Angebot für alle Altersgruppen: Beratung und Unterstützung im Alltag, offene Treffpunkte für Seniorinnen und Senioren, Eltern und Kinder, Fremdsprachige, etc., Mittagstische und weitere kulinarische Angebote, Stammtische, Bastelnachmittage, Spielabende, Musik– und Tanzveranstaltungen, Filmvorführungen, Lesungen und Ausstellungen, kulturelle Themenwochen, aktuelle Informationen aus Verwaltung und Politik, Quartierforen, Workshops und vieles mehr, das die Vernetzung im Quartier fördert. Die Räume können zudem für Familienfeste und Privatanlässe gemietet werden. Und wer sich freiwillig engagieren möchte, kann sich bei einer Vielfalt an Aktivitäten einsetzen oder eigene Ideen und Projekte einbringen.

Angebote 55+
Viele Quartiertreffpunkte bieten auch spezifische Aktivitäten für die Quartierbevölkerung über 55 Jahre an, wie z.B. das Café Bâlance - Bewegung und Geselligkeit im Quartier, Erzählcafés oder verschiedene Quartierpalaver. Grosseltern geniessen den generationenübergreifenden Austausch bei den offenen (Gross-)Eltern-Kind-Treffpunkten.

Entdecken Sie die vielfältigen Angebote auf der gemeinsamen Webseite www.qtp-basel.ch oder kommen Sie auf einen Besuch in einem der Quartiertreffpunkte vorbei – wir freuen uns auf Sie!

& Angebot gegen Einsamkeit Seite 7

061 267 43 40
quartierarbeit@bs.ch
15 Standorte in Basel (siehe Website)

www.qtp-basel.ch

queer Altern
REGION BASEL

Älterwerden jenseits der Mehrheitsgesellschaft

Der Verein queerAltern schafft Wissen über und Sensibilisierung für die besonderen Bedürfnisse alternder queerer Menschen. Der Verein fördert soziales Leben und engagiert sich für queeres Wohnen, für eine queer-gerechte Pflege und unterstützt queere Politik durch die Organisation von Veranstaltungen und Workshops.

Der Verein versteht sich als Drehscheibe zwischen Bevölkerung/Zivilgesellschaft, Institutionen und Verwaltung.

Akzeptanz und Gleichstellung der LGBTIQ-Lebensweise, mit besonderem Fokus auf den Bereich Älterwerden und Alt sein.

Mitglieder des Vereins queerAltern Region Basel erhalten die Möglichkeit, sich aktiv und innovativ an den Bestrebungen für eine Verbesserung der LGBTIQ-Lebensweise im Alter einzusetzen oder als Passivmitglied über deren Fortschritte mittels Newsletter informiert zu werden. Der Verein vermittelt Fachwissen und bietet Beratung an.

Gesellschaft

Wir freuen uns über Ihre aktive oder passive Unterstützung unseres Vereins. Werden Sie Mitglied und arbeiten Sie mit uns zusammen an der Verbesserung der Lebensweise von älteren queeren Menschen. Nehmen Sie teil an der farbigen und innovativen queeren älteren Community.

www.queeraltern-basel.ch

info@queeraltern-basel.ch
Elsässerstrasse 248, 4056 Basel

Seniorenverband Nordwestschweiz
Sprachrohr für Seniorinnen und Senioren

Mit seinen rund 8000 Mitgliedern ist der Seniorenverband Nordwestschweiz SVNW ein wichtiges und einflussreiches Sprachrohr für Seniorinnen und Senioren in der Nordwestschweiz. Der SVNW wurde 1999 gegründet als gemeinnütziger, parteipolitisch und konfessionell unabhängiger Verband, der die Interessen der älteren Generation vertritt.

Ältere Menschen wollen in ihrer Vielfalt differenziert wahrgenommen werden und ihr Leben selbstbestimmt und verantwortungsvoll gestalten. Sie wollen nicht diskriminiert werden und die notwendigen und altersgerechten Lebensbedingungen vorfinden. Dafür engagiert sich der SVNW. Ältere Menschen wollen auch ihren Beitrag zu einem funktionierenden Generationenvertrag leisten und nicht nur als Kostenfaktor wahrgenommen werden. Ein Basler Soziologie-Professor hat an einer öffentlichen vom SVNW organisierten Informationsveranstaltung auf Fakten hingewiesen: Ein beträchtlicher Teil der Renten geht über die Mieten und den Konsum direkt in die Wirtschaft zurück, und Grosseltern betreuen in der Schweiz über 100 Millionen Stunden ihre Enkelkinder.

Leistungen:

- Wir nehmen Einfluss auf die soziale und gesellschaftliche Entwicklung, insbesondere auf die Gestaltung einer zeitgemässen Seniorenpolitik.
- Als Gesprächspartner von Regierungen, Behörden und gesellschaftlichen Institutionen vertreten wir aktiv die Anliegen und Sichtweisen der älteren Generation.
- Wir setzen uns für moderne und zeitgemässe Altersbilder und eine faire Senioren- und Generationenpolitik ein.
- Wir engagieren uns bei der Entwicklung und Realisierung von Projekten u. a. in den Bereichen Gesundheit, Wohnen, Sicherheit, Renten, Generationenvertrag und Mobilität.
- Wir beteiligen uns aktiv an Vernehmlassungen von Bund und Kantonen zu alterspolitischen Fragestellungen.
- Um unsere Zielsetzungen zu erreichen, wirken unsere Vorstandsmitglieder aktiv in eidgenössischen und kantonalen Gremien mit.

Ältere Menschen müssen sich in politische und gesellschaftliche Prozesse einbringen, damit ihre Anliegen erfüllt werden. Der SVNW bietet hierbei Unterstützung.

Andreas Bitterlin (Kommunikation)
079 324 69 20
a.bitterlin@bluewin.ch
Rathausstrasse 37, 4410 Liestal

www.svnw.ch

Bonjour

Für mehr Lebensfreude und Füreinander Dasein

Bonjour ist eine operative Stiftung mit Sitz in Kleinbasel. Wir leben von der Überzeugung, dass, wenn wir gemeinsam lernen, die Digitalisierung zu mehr Selbstbestimmung, Lebensfreude und Füreinander Dasein führen kann – für ältere Menschen und die, die es einmal werden wollen. Wir verstehen uns als Denk- und Machfabrik, stossen Ideen und Projekte an und begleiten diese von der Entwicklung bis zu den Prototypen – digital oder analog. Wir stehen für partizipative Prozesse und Open Source. Open Source bedeutet, fast alles, was bei Bonjour entsteht, ist für alle frei nutzbar.

Seit Anfang 2022 läuft in den Quartieren Wettstein und Clara das Pilotprojekt «Portier Basel», entstanden in Kooperation mit dem Quartiertreffpunkt Wettstein und unterstützt von der Christoph Merian Stiftung und dem Kanton Basel-Stadt im Rahmen der Vision «Gut und gemeinsam älter werden in Basel-Stadt». Ziel von «Portier Basel» ist es, Informationen und Angebote im Quartier für alle, unabhängig von der individuellen Lebenssituation, Mobilität oder sozialen Vernetzung zugänglicher zu machen. Dabei steht die Idee eines oder mehrerer Quartierassistent:innen - digital, analog oder hybrid - im Zentrum.

Durch eine partizipative Entwicklung von Lösungen bieten wir die Möglichkeit zur aktiven Teil- und Einflussnahme. Gemeinsam mit Quartierbewohnenden, Vertreter:innen von Organisationen und Institutionen und lokalen Gewerbetreibenden wird das Projekt vorangetrieben und Lösungsansätze entwickelt und ausprobiert. Dabei profitiert das Projekt nicht nur vom grossen Wissensschatz und Ideenpool der Beteiligten, es werden auch echte Bedürfnisse abgeholt, die Beteiligten lernen gemeinsam und die daraus entstehenden Lösungsansätze verankern sich lokal.

Wir freuen uns jederzeit auf Feedbacks, Inputs und Anregungen. Nach der Erkundungs- und Umsetzungsphase wird sich «Portier Basel» ab Anfang 2023 in der Testphase befinden, wo die erarbeitete Lösung während rund acht Monaten von Projektbeteiligten und weiteren interessierten Personen im Hinblick auf die Erfüllung der Ziele kontinuierlich getestet und schrittweise verbessert wird.

Interessiert? Kontaktieren Sie uns: info@bonjour.help

www.bonjour.help

Barbara Brandmaier
info@bonjour.help
Drahtzugstrasse 53, 4057 Basel

Angebot gegen Einsamkeit Seite 8

volks—
hochschule
beider basel

Man kann nie wissen, wann Wissen was nützt

Mit Sprachen, Kursen, Vorträgen und Exkursionen ist die Volkshochschule beider Basel (VHSBB) die erste Adresse für alle Neugierigen!

Die Volkshochschule beider Basel ist eine gemeinnützige Stiftung, deren Auftrag es ist, auf dem Gebiet der beiden Kantone Basel-Stadt und Basel-Landschaft einen niederschwelligen und für alle offenen Zugang zu anspruchsvoller Allgemeinbildung zu ermöglichen. Verwurzelt in der Universität Basel fördert die VHSBB die allgemeine und kulturelle Bildung sowie den Dialog zwischen Wissenschaft und Gesellschaft und unterstützt Einzelne in ihrem Wunsch, sich weiter zu entwickeln, zu bilden und sich neue Fertigkeiten und Kenntnisse anzueignen.

Offen für alle

Das Team der VHSBB plant pro Jahr ca 700 Kurse und bietet für alle, ob «Jung» oder «Alt», ein abwechslungsreiches und aktuelles Angebot in den Bereichen:

– Natur | Medizin | Psychologie
– Gesellschaft | Kultur
– Grundbildung
– Kreativität | Praxis
– Sprachen lernen
– Sprachen & Kultur

Exklusiv für alle ab 58 Jahren: SeniorenUni

Die SeniorenUni der VHSBB bietet einen exklusiven Einblick in die vielfältigen Forschungs- und Wissensgebiete der Universität Basel. Auf dem Programm stehen rund 40 Vorträge zu Themen, über die aktuell geforscht wird.

Die Referate werden jeweils auch live per Zoom aus dem Kollegienhaus übertragen und können bequem von zu Hause aus verfolgt werden. Einzige Voraussetzung für die Teilnahme: ein Laptop/Computer/Tablet, ein stabiles Internet und die Zugangsdaten.

Alle Infos und das komplette Programm finden Sie unter: **www.vhsbb.ch/seniorenuni**

Seit 1919 eröffnet sie jeder und jedem ab 16 Jahren neue Welten – neugierig?

seniorenuni 2022|23

www.vhsbb.ch

061 269 86 66
info@vhsbb.ch
Clarastrasse 12, 4058 Basel

Patronatskomitee

«Jahr für Jahr bietet der Marktplatz 55+ einen Ort der Begegnung für die ältere Bevölkerung von Basel-Stadt an. Dieser Austausch vor Ort hilft uns, dass wir alle gut und gemeinsam älter werden können.»

Dr. Lukas Engelberger
Regierungsrat, Vorsteher des Gesundheitsdepartements des Kantons Basel-Stadt. Präsident Patronatskomitee

«Der Marktplatz 55+ hat sich mittlerweile fest im Basler Jahreskalender etabliert. Nonprofit-Organisationen aus dem Umfeld der Basler Alterspolitik präsentieren ihre vielfältigen Dienstleistungen und stehen zum Dialog bereit über Fragen zu Gesundheit, Bildung, Sport und Gesellschaft. Die Plattform ermöglicht die Vernetzung zwischen der Bevölkerung, wohltätigen Institutionen und dem Kanton.»

Dr. Ruth Ludwig-Hagemann
Präsidentin des Vereins Stiftungsstadt Basel und Stiftungsrätin der Thomi-Hopf-Stiftung

«Der Marktplatz 55+ imponiert mir.
Er präsentiert, was ältere Menschen schätzen.»

Ueli Mäder
em. Professor für Soziologie

«Die grösste Kulturleistung eines Volkes sind zufriedene Alte», sagt ein japanisches Sprichwort. In unserer Sprache hiesse das etwa so: «Lasst uns dafür sorgen, dass ältere Menschen sich wohl fühlen!» Marktplatz55+ leistet einen wichtigen Beitrag zur Zufriedenheit älterer Menschen!

Patricia von Falkenstein
Präsidentin Pro Senectute beider Basel

«Im Alter wird Gesundheit zum höchsten Gut, weshalb das Wissen zu Prävention, Therapie und Unterstützungsangeboten zentral ist. Die Plattform Marktplatz 55+ bietet dazu eine ausgezeichnete Austauschmöglichkeit»

Prof. Dr. med. Reto W. Kressig
Ärztlicher Direktor Universitäre Altersmedizin FELIX PLATTER
Klinische Professur für Geriatrie Universität Basel

Patronatskomitee

«Das soziale Netz in Basel-Stadt ist engmaschig geknüpft – es gibt unzählige Angebote und Hilfestellungen für jeden von uns. Einmal im Jahr bietet der Marktplatz 55+ einen realen, erlebbaren Überblick über die vielfältigen Dienstleistungen für alle Menschen mit mehr Lebenserfahrung.»

Prof. em. Dr. med Christian Ludwig
Präsident vom Roten Kreuz Basel

«Wenn Erfahrung, Neugier, Träumen, Freude und Toleranz mit dem Alter wachsen, dann werde ich gerne alt.»

Felix Rudolf von Rohr
ehemaliger Politiker und ehemaliger Obmann des Fasnachts-Comités

«Das Wohl der älteren Generation liegt der GGG seit vielen Jahren am Herzen und sie setzt sich immer wieder für die Entwicklung neuer Angebote ein. Den Marktplatz 55+ schätzen wir insbesondere, weil er Informationen von Mensch zu Mensch vermittelt.»

Dr. David Andreetti
Vorstandsdelegierter GGG

«Jedes Jahr, um das ich selber älter werde, lässt mich die Wichtigkeit von Initiativen wie Marktplatz 55+ für unsere Gesellschaft bewusster werden.»

Roger Thiriet
Medienschaffender

«Unser Verein 55+ Basler Seniorenkonferenz (Dachorganisation der Basler Seniorenvereine) freut sich wieder am Marktplatz 55+ mit den anderen Teilnehmern austauschen zu können. Dieses Jahr widmen wir unser Hauptthema dem Zusammenleben der Generationen und sind gespannt auf die Diskussionen und Beiträge am Marktplatz 55+.»

Roberto Mascetti
Präsident Verein 55+Basler Seniorenkonferenz

Möchten Sie weitere Exemplare dieser Broschüre?

Wir senden sie Ihnen gratis zu!
Einfach bestellen auf:

www.marktplatz55.ch