

## Lesen, Reden, Kaffee trinken ... mit Primarschulkindern!

Die Klasse 3b vom Schulhaus Niederholz will es wissen: Wie sind sie, die alten Menschen? Welche Bücher mögen sie? Was haben sie als Kinder selbst gelesen? Und brauchen sie vielleicht jemanden, der ihnen vorliest, wenn die alten Augen müde werden?

In diesem Schuljahr wollen sie das erforschen. Mehr oder weniger zapplig werden die Kinder auf Gäste warten, die sich in der Gemeindebibliothek Niederholz einfinden: zum Lesekaffee «Alt trifft Jung». Immer am letzten Freitag im Monat, oder vor den Schulferien, ist die Stunde von 9.15 bis 10.15 Uhr für das Lesekaffee in der Bibliothek Niederholz reserviert. Die Premiere am 31. August ist gelungen: Zehn Gäste liessen sich auf die Kinder ein, und umgekehrt. Die Nervosität wich bald lebhaften Gesprächen, die Lust auf mehr machten. «Meine Klasse und ich arbeiten viel im Bereich der Sozial- und Selbstkompetenz», erklärt der Klassenlehrer Hansmartin Sprecher-Krey. «Die Begegnung mit verschiedenen Generationen soll diese bereichern. Diese Aufgabe soll die Kinder auch für Neues begeistern.»

### Neugierige Gäste willkommen – mit und ohne Buch

Ein festes Programm ist nicht vorgesehen. Vielleicht lesen ein Kind und ein Grossvater zusammen ein Buch. Vielleicht wird auch gar nicht gemein-



Die Primarschulklasse 3b freut sich auf ihre Gäste in der Bibliothek.

Foto: zVg

sam gelesen, dafür geredet. Womöglich entsteht im Bibliotheks-Lesekaffee gar ein Treffpunkt für Grosseltern, die gemeinsam eine heutige Rieheiner Schulkasse in ihrer ausserschulischen Schulstunde besuchen wollen. Bücher-Schmökern, Kaffee trinken, Reden, Lachen – alles ist erlaubt.

Auch für den Lehrer der Klasse 3b ist diese «Lesebegegnung» etwas

Neues, ein Experiment. Schon seit der ersten Klasse hat er die Kinder an Generationen-übergreifende Aufgaben herangeführt. Für das Lesekaffee in der Gemeindebibliothek haben sie hoch motiviert farbenfrohe Flyer gestaltet. «Mal schauen, was und vor allem wer noch auf uns zukommt», sagen Hansmartin Sprecher und die Leiterin der Bibliothek Niederholz, Christina Schmidlin – mit einer herzlichen Einladung an alle Interessierten.

### Weitere Veranstaltungen in der Bibliothek

Die Bibliothek an der Niederholzstrasse 91 ist übrigens rollstuhlgängig und auch sonst ausgesprochen niederschwellig ausgerichtet, ebenso wie die zweite Bibliothek im Dorf. Im Veranstaltungsprogramm für diesen Herbst findet man viele verlockende Angebote, speziell auch für nicht mehr ganz junge Gäste: von der «Sternstunde Russisch» bis zum Bibliothekscaffee 60plus, wo man mit E-Readern vertraut werden kann.

Mehr auf [www.gemeindebibliothek-riehen.ch](http://www.gemeindebibliothek-riehen.ch). Die weiteren Daten des Lesekaffees sind 2018: 28. September, 26. Oktober, 30. November und 14. Dezember, sowie am 25. Januar, 22. Februar, 29. März, 2. April, 24. Mai und am 21. Juni 2019.

## Sonntagsschwimmen für Erwachsene

Das Schwimmbad im Wasserstelzen-Schulhaus wird auch in diesem Winterhalbjahr am Wochenende für alle Wasserfreunde geöffnet. Neu bleiben am Sonntag Nachmittag aber die erwachsenen Badegäste unter sich: Von 14 bis 17 Uhr dürfen sie in Ruhe ihre Längen ziehen, Wasserübungen machen oder sich einfach treiben lassen. «Das Schwimmbad misst knapp 20 auf 8 Meter. Das zieht weniger die Sportschwimmer an», meint Brigitte Giesek von der Abteilung Kultur, Freizeit und Sport der Gemeinde Riehen, die dieses Angebot ermöglicht. «Bei Bedarf können wir aber mit einer Leine eine Seite für die Längenschwimmer abtrennen.» Am 21. Oktober, dem ersten Sonntag nach den Herbstferien, geht es los. Nach der Familien-Badezeit am Vormittag werden die Kinder verabschiedet, und um 14 Uhr wird es ruhig im Wasserstelzen-Bad. Eine Badeaufsicht ist immer vor Ort und kassiert die 4 Franken Eintritt. Während den Weihnachts- und Faschnachtsferien ist das Wasserstelzen-Bad geschlossen. Die Saison dauert bis zum Sonntag, 14. April, und dann ist der nächste Sommer nicht mehr fern.

## Angst vor Smartphone und Tablet?

Der Gemeinde Riehen liegt viel daran, dass auch ältere Menschen den Nutzen von Smartphones und Tablets erkennen und im Umgang mit diesen elektronischen Geräten sicher werden. In Zusammenarbeit mit Pro Senectute beider Basel bietet sie darum ab Oktober einen Kurs zum Erlernen der Grundlagen an. Am besten bringt man das eigene elektronische Gerät mit, egal welcher Marke. Erlernt werden die einfachsten und nützlichsten Anwendungen. Zum Beispiel das Abfragen von Fahrplänen und der Kauf eines Billetts sowie das Schreiben von Nachrichten und Versenden von Fotos. Nach den fünf Kurswochen sollten die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer selbstständig mit ihrem Gerät umgehen können. Den Kurs leitet Markus Rohrer, Kursleiter Digitale Medien bei Pro Senectute beider Basel.

Ab 16. Oktober fünfmal am Dienstag von 9 bis 11 Uhr im Restaurant Schlipf. Kosten: Fr. 190.–, maximal 15 Teilnehmer. Anmeldung bis 2. Oktober bei Pro Senectute, Telefon 061 206 44 66. Auskunft erteilt auch Barbara Gronbach, Leiterin Fachstelle Alter, Telefon 061 646 82 23



Foto: zVg

## Die Rieheiner Velo-Rikscha ist beliebt

Der warme August hat richtig Lust gemacht auf Velo-Ausfahrten mit der nagelneuen Velo-Rikscha in Riehen. Und so sind schon viele sportliche Fahrer in die Pedale getreten, um ihren Passagieren – häufig ältere Menschen mit einer Gehbehinderung – ein besonderes Vergnügen zu bereiten. «Alle bisherigen Mieter kehrten glücklich und zufrieden zurück», erzählt Andreas Cenci, Inhaber des Velogeschäfts Cenci in Riehen-Dorf, das die Rikscha im Auftrag der Pro Senectute und der Gemeinde Riehen vermietet.

### Einfach zu mieten, leicht zu fahren

Pro Senectute beider Basel möchte mit dieser Velovermietung den älteren Menschen ein Stück Freude an der Bewegung und ein Erlebnis mit Gleichgesinnten an der frischen Luft ermöglichen. Am Rieheiner Infomarkt für Senioren im Mai dieses Jahres wurde das Velo-Taxi präsentiert, seit Ende Juli steht es bei Velo-Cenci bereit. Man braucht bloss anzurufen und die Rikscha zu reservieren, bei schlechtem Wetter kann man problemlos absagen. Pro Tag kostet die Velokutsche nur 20 Franken: dank Spenden, die die Pro Senectute extra für dieses Angebot sammelt. Die fahrende Person muss über einen Fahrausweis verfügen, mindestens die Berechtigung für ein Motorrad von 50 Kubikzentime-



Gemeinderat Guido Vogel probierte am Infomarkt für Senioren persönlich die Velo-Rikscha aus.

Foto: Pro Senectute beider Basel

tern. Denn die Velo-Rikscha trägt ein gelbes Nummernschild; sie erreicht dank Elektromotor eine Geschwindigkeit von 20 Stundenkilometern. Bei der Übernahme wird der Fahrer oder

die Fahrerin instruiert, wie der Motor anläuft, wie man bremst und was beim Anurten der Fahrgäste – zwei Erwachsene haben bequem Platz – zu beachten ist. Übrigens kann man sich

## Beitrag zur Altersforschung leisten

### Studienteilnehmer gesucht

Die Gesellschaft wandelt sich. Die letzten Lebensjahrzehnte sind ins Interesse der Forschung gerückt, auch an den Universitäten. Die Uni Zürich zum Beispiel hat ein Zentrum für Gerontologie und einen Forschungsschwerpunkt in der «Dynamik Gesunden Alterns», bezogen auf Körper und Geist. Unter den aktuell laufenden Studien ist zum Beispiel «Beloved», die das Zusammenleben mit einem Hund und dessen Einfluss auf das Wohlbefinden von allein lebenden älteren Menschen untersucht.

«PARimA» hingegen untersucht den Lebensalltag von alternenden Paaren. Und der «Musikspiegel» widmet sich der positiven Wirkung von Klängen auf die Erinnerungskraft von Menschen mit Demenz und einer verbesserten Kommunikation mit ihnen. Besonders für diese Studie werden noch Freiwillige im Kanton Basel-Stadt gesucht.

Detailbeschreibungen gibt es auf [www.zfg.uzh.ch](http://www.zfg.uzh.ch) und [www.dynage.uzh.ch](http://www.dynage.uzh.ch). Auch andere Hochschulen forschen über das Altern, z. B. die FHS St. Gallen: Sie fragt aktuell nach der Akzeptanz von Robotern in Service/Pflege. Auskunft zur Teilnahme: [esther.ruf@fhsg.ch](mailto:esther.ruf@fhsg.ch).

## VERANSTALTUNGEN

**Montag, 17. September**  
10 Uhr im Adullam, Riehen: **Information zu den neuen Tablet-Kursen** der Silversurfer Riehen, die ab 24. September beginnen. [www.silversurfersriehen.ch](http://www.silversurfersriehen.ch)

**Mittwoch, 19. September**  
14.30 Uhr im Bürgersaal, Gemeindeverwaltung Riehen: **Schlagartig ändert sich das Leben – nach Herzinfarkt!** Mit Dr. Thilo Burkard, Kardiologie Universitätsklinik Basel. Im Rahmen der Vortragsreihe Café Balance. Eintritt frei, mit Apéro. [www.gesundheit.bs.ch](http://www.gesundheit.bs.ch)

**Dienstag, 16. Oktober bis 13. November (5x)**  
9–11 Uhr im Restaurant Schlipf, Bahnhofstrasse 28, Riehen: **Tablet und Smartphone bedienen. Ein Kurs für ältere Menschen in Riehen.** Eigenes Gerät mitbringen oder bei der Anmeldung ein Leihgerät reservieren. Kosten: Fr. 190.–, Anmeldung bis 2. Oktober bei Pro Senectute beider Basel, Tel. 061 206 44 66 oder [info@bb.prosenectute.ch](mailto:info@bb.prosenectute.ch)

**Sonntag, 23. September**  
10.30–13.30 Uhr in der Universität Basel, Petersplatz: **Demenz. Wissen und Lösungen.** Symposium für Angehörige und Interessierte. Wenn das Gegenüber fremd wird. Wenn die eigenen vier Wände fremd werden. Mit Prof. Thomas Leyhe und Dr. Christoph Held. Eintritt frei, mit Apéro. [www.alzbb.ch](http://www.alzbb.ch)

**Mittwoch, 26. September**  
18.30–21 Uhr im «Wohnzimmer» der Markthalle Basel: **Finanzielle Sicherheit, Chancen und Selbstständigkeit im Alter.** Ein Podiumsgespräch im Vorfeld des Marktplatz 55+. Mit Barbara Krieg, Mike Oberholzer, Dr. Gaudenz Tschurr. Moderation: Katja Reichenstein. Eintritt frei, mit Apéro. [www.marktplatz55.ch](http://www.marktplatz55.ch)

**Freitag, 28. September**  
9.15–10.15 in der Bibliothek Niederholz: **Lesekaffee mit der Primarklasse 3b** vom

Schulhaus Niederholz. [www.gemeindebibliothekriehen.ch](http://www.gemeindebibliothekriehen.ch)

**Samstag, 29. September**  
10–16 Uhr in der Markthalle Basel: **Marktplatz 55+** organisiert von innovage Nordwestschweiz. 28 Organisationen präsentieren Angebote, um im Alter lange aktiv und selbstständig zu bleiben. Fachleute aus der Basler Alterspolitik stehen bereit für Infos und persönliche Gespräche. [www.marktplatz55.ch](http://www.marktplatz55.ch)

**Samstag, 29. September und 20. Oktober**  
10.30–13.30 Uhr in der GGG Stadtbibliothek Basel, Schmiedenhof: **Jugendliche Tablet Heroes** zeigen Menschen ab 55 Jahren den Umgang mit einem Tablet. Dazwischen individuelle Treffen. Das elektronische Gerät wird zur Verfügung gestellt. Kosten: Fr. 150.–, inklusiv Fr. 50.– Bibliotheksbon. Infos und Anmeldung über [stadtbibliothekbasel.ch](http://stadtbibliothekbasel.ch) > Angebot > Kurse und Beratung > tablet heroes oder Telefon 061 264 11 11

**Samstag, 13. Oktober**  
9–17 Uhr im Akzent Forum, Rheinfelderstrasse 29 (beim Wettsteinplatz), Basel: **Zukunft ist heute.** Erlebnistag der Pro Senectute beider Basel, mit Cafeteria und Grill. [www.akzent-forum.ch](http://www.akzent-forum.ch)

**Dienstag, 23. Oktober**  
19.30–21 Uhr in der Buchhandlung Orell Füssli, Freie Strasse 17, Basel: **Gefühle sind keine Krankheit, aber verdrängte Gefühle können krank machen.** Lesung im Rahmen der Aktionstage Psychische Gesundheit, von der Co-Autorin Nina Pöelchau. Gratistickets bei Orell Füssli abholen. [www.allesgutebasel.ch](http://www.allesgutebasel.ch)

**Donnerstag, 25. Oktober**  
19.30–21 Uhr im Bürgersaal, Gemeindehaus Riehen: **Freizeit: Erholung oder Stress?** Impulsreferat und Podiumsdiskussion mit PD Dr. Johannes Beck, Klinik Sonnenhalde Riehen, im Rahmen der Aktionstage Psychische Gesundheit, vom 21. bis 31. Oktober. [www.allesgutebasel.ch](http://www.allesgutebasel.ch)

**Sonntag, 28. Oktober**  
11–13.30 Uhr im Kino Atelier, Theaterstrasse 7, Basel: **Ella und John – Das Leuchten der Erinnerung.** Filmvorführung und Diskussion im Rahmen der Aktionstage Psychische Gesundheit. [www.allesgutebasel.ch](http://www.allesgutebasel.ch)

**Mittwoch, 31. Oktober**  
19.30 Uhr im Meierhof bei der Dorfkirche Riehen: **Demenz – was nun?** Ein Vortragsabend mit musikalischer Umrahmung und Apéro des Vereins Palliative Care und christliche Verantwortung. Mit Prof. Dr. Andreas Monsch, Leiter der Memory Clinic Basel, und Theologin Lea Schwyer, Heimseelsorgerin im Pflegeheim St. Chrischona. Eintritt frei. [www.pccu.ch](http://www.pccu.ch)

**Dienstag, 4. Dezember**  
16–17.30 Uhr im Akzent-Forum, beim Wettsteinplatz, Basel: **Sport und Herz. Kann Training dem alternenden Herzschaden?** Ein Vortrag des Akzent-Forums in Zusammenarbeit mit dem Universitätsklinikum Basel, mit Dr. Rupprecht Lange, Herzzentrum. Kosten: Fr. 25.–, Anmeldung über [info@akzent-forum.ch](mailto:info@akzent-forum.ch)

## IMPRESSUM

Verantwortlich für die Texte und Bilder auf dieser Seite sind Barbara Dolanc und Barbara Gronbach, Fachstelle Alter, Riehen. Die nächste Seniorenseite in der Rieheiner Zeitung erscheint am 7. Dezember 2018. Ihre Veranstaltungen und Aktuelles für Seniorinnen und Senioren melden Sie bitte an [barbara.gronbach@riehen.ch](mailto:barbara.gronbach@riehen.ch) oder telefonisch über 061 646 82 23.

Vermietung bei Cenci Sport Riehen, Schmiedgasse 23, Telefon 061 641 46 46. Pro Senectute beider Basel sammelt laufend Spenden, um weitere Spezial-Velos zum Mieten anzubieten. [www.bb.pro-senectute.ch](http://www.bb.pro-senectute.ch)