

Spiel & Spass

Jassen & Co

Rolf Valentin

Wir treffen uns circa alle zwei Wochen und spielen die allseits bekannte Schweizer Nationalsportart, darunter auch neue Varianten.

LEGO®+SERIOUS+PLAY®

Cello Keller

*Ideen **BE**-greifbar machen mit LEGO® SERIOUS PLAY®. Die Methode, von der momentan alle sprechen. LEGO® SERIOUS PLAY® ermöglicht einfache und effiziente Kommunikation und Problemlösungen auf spielerische Art.*

Sprachen und Literatur

English Conversation

Barbara Leishman

Participants are encouraged to express themselves spontaneously in English, with a little light coaching in grammar and vocabulary.

English Book Discussion: Short Stories

Barbara Leishman

What makes the short story a unique literary form? Each month we discuss another example of the art. For those inspired to put pen to paper themselves, we offer a final bonus session featuring readings of their own work by our budding authors.

La Tertulia para refrescar sus conocimientos en español

Arminda Mercado Parada

Nos gusta hablar español en un ambiente informal.

Migrantensprachen im Europa des 21. Jahrhunderts

Prof. Daniel Schreier

Anhand neuester Entwicklungen in europäischen Grossstädten wird gezeigt, wie sich soziale Integration und ethnische Durchmischung linguistisch auswirken und welche Folgen dies für Sprachentwicklung und Bildungspolitik hat.

Unsere Partner und Unterstützer

FREI
ZEIT
HAUS

KOSMOS space

cms

Christoph Merian Stiftung



Über Collegium 60plus NWS

Collegium 60plus ist für Menschen über 60, die ihr grosses Erfahrungswissen miteinander teilen und erweitern wollen.

Collegium fördert das Lernen in attraktiven Kleingruppen und bietet vielfältige Aktivitäten im Kursraum wie auch an der frischen Luft. Teilnehmende sind eingeladen, den Kurs mitzugestalten und Inhalte beizutragen.

Mitmachen ist einfach!

Auf www.collegium60plus-nws.com können Sie sich über unser Programm informieren, sich für die von Ihnen ausgewählten Kurse anmelden, unseren Newsletter abonnieren und Kontakt mit uns aufnehmen.

TeilnehmerInnen können sich für bis zu 6 Kurse pro Semester einschreiben. Die Gebühr für das Semester Oktober 2023 – Juni 2024 beträgt CHF 70 für Einzelpersonen, CHF 100 für Paare.



info@collegium60plus-nws.ch



www.collegium60plus-nws.ch

Ein Projekt von  :innovage
Nordwestschweiz



Collegium 60plus

Nordwestschweiz



Lebenslanges und selbstorganisiertes Lernen

Programm Oct. 2023 –
Juni 2024

Digitale Welt

Digitales (Er)leben

Michèle Fink

Die optimale Nutzung der digitalen Funktionen, die Bearbeitung und Verwaltung von Fotos, künstliche Intelligenz und Chat GPT sowie die Verwaltung unseres

Digitalisierung in Städten

Urs Haller

Was erwarten wir von einer «smart city» und was tragen wir dazu bei?

Gesellschaft, Geschichte, Politik

Was macht eigentlich....Swiss TPH (Schw. Tropen- und Public Health Institut) ?

Sabina Beatrice

Ein Blick hinter die Kulissen des renommierten Swiss TPH .

Guatemala – Land des immerwährenden Frühling

Erich Fischer

Wir lernen ein Entwicklungsland mit all seinen Facetten näher kennen und diskutieren Chancen und Risiken solcher Länder.

Gestalten in Atelier, Küche und Werkstatt

Einführung in die Holzwerkstatt

Daniel Schaefer

In der Holzwerkstatt werden wir ein Objekt schreinern und dabei Grundlagen des Handwerks kennenlernen.

Möbel-Upcycling: Schreinerhandwerk anwenden

Daniel Schaefer

Ausgehend von einem bestehenden Möbel, unter Berücksichtigung der handwerklichen Fähigkeiten gestalten die Teilnehmenden Form, Funktionen und Oberfläche neu – das Möbel erhält ein zweites Leben.

Kräuterwanderung

Urs Schaffer

Kräuterwanderung mit der Herstellung einer Pesto, gefolgt von einem gemeinsamen Spaghetti-Essen mit dem hergestellten Pesto.

Larven aus Ton modellieren und kaschieren

Peter Back

Ob ein Larven-Charakter einer klassischen Faschnachtsfigur oder ein eigens entwickeltes Wesen – aus Ton wird eine individuell gestaltete Kopfform modelliert und anschliessend mit Papier Maché kaschiert und bemalt.

Gesundheit, Wellness

Schlaf im Alter – was verändert sich?

Fr Dr Mirjam Münch, Zentrum für Chronobiologie an der UPK, Basel

Frau Dr Münch wird ihnen die neusten Erkenntnisse der Wissenschaft in Sachen Schlaf im Alter näherbringen und Ihre Fragen mit Ihnen diskutieren.

Vorsorgeauftrag und die Patientenverfügung

Eveline Svoboda

Für was braucht es Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung und wie formuliert man sie? Erläuterungen anhand praxisbezogener Illustrationen .

Life Balance für Senioren

Robert Lauber

Wir lernen, wie wir Körper und Psyche ins Gleichgewicht bringen, mentale Stärke aufbauen, Spannungen abbauen und das Wohlbefinden stärken.

Mentales Schlaftraining

Robert Lauber

Ohne Medikamente die Schlafqualität verbessern, verbrauchte Kräfte auftanken und am Morgen sich ausgeruht und wohl fühlen. Tagsüber Powernaps durchführen um Erschöpfungen zu vermeiden.

Pensioniert! Und jetzt?

Roland Beyeler

Mit der Pensionierung beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Wie gestalten wir diesen und wie gehen wir mit den neuen Herausforderungen um?

Ernährung – Notwendiges Uebel oder was?

Urs Schaffer

Der feine Unterschied zwischen Lebensmitteln und Ernährung. Was muss ich über E-Stoffe wissen? Einfache Tipps zu einer gesunden UND geschmackhaften Ernährung.

Natur, Umwelt, Wissenschaft

Die Rheinüberwachungstation

Paul Svoboda, Amt für Umwelt und Energie

Wir machen einen Ausflug zu dieser Station im Rheinhafen von Weil, lassen uns von den Spezialisten alles erklären und können Fragen stellen.

Der Wald im Wechsel der Jahreszeiten—machen Bäume Winterschlaf?

Fiona Galliker, Luca Rohrbach, Amt für Wald beider Basel

Was geschieht mit dem Wald im Herbst? Warum wird das Laub bunt? Bei einem Waldspaziergang werden diese und andere Themen unter fachkundiger Anleitung erkundet.

Wildtulpen im Rebberg und andere Frühlingsblumen

Markus Niederer

Besichtigung von seltenen und geschützten Wildtulpen im Rebberg am Wartenberg bei Muttenz. Zudem sollen auch andere Frühlingsblumen beobachtet und bestimmt werden.

Kultur & Kunst

Filme, die Geschichte gemacht haben

Ruedi Brüttsch

Gezeigt werden Filme, die in der Filmgeschichte einen bedeutenden Einfluss hatten oder als wegweisend gelten.

Jenseits der Art Basel - Kleine Kunstgalerien in Basel

Barbara Leishman

Wir besuchen eine Reihe von kleinen, aber feinen Kunstgalerien in Basel, und erfahren, was Basel zum Zentrum der internationalen Kunstwelt macht.

Fasnacht hinter den Kulissen

Beat Kasper, Rolf Valentin

Wir schauen hinter die Kulissen der Basler Fasnacht und erfahren welche Vorbereitungen für die drei schönste Dääg getroffen werden.

Sport, Bewegung, Achtsamkeit

Kultur & Wanderung

Erich Fischer, Jürg Meier, Stefan Schmid, Petra Zimmermann

Wandern in der Region mit oder ohne kulturellen Hotspot.