

freizeit
+ familie
pratteln

Ergänzungsheft
Januar – Juni
2020

Kinder/Jugendliche/Erwachsene
**Kurse + Angebote
in Pratteln**

Bitte aufbewahren!



Unterstützt durch die Gemeinde Pratteln

freizeit + familie pratteln EIN VEREIN – WERDEN AUCH SIE MITGLIED!

Mit einem Beitrag von mindestens Fr. 15.– unterstützen Sie unsere Anliegen und helfen uns, weiterhin interessante Kurse für Sie zu organisieren. Einen Einzahlungsschein finden Sie in der Mitte des Heftes.

PC-Konto 40-20979-2
freizeit + familie pratteln
4133 Pratteln

Bitte helfen Sie uns, Spesen zu vermeiden. Bei Einzahlungen am Postschalter werden uns Bearbeitungsgebühren belastet. Einzahlungen via Postcheck- oder Bankkonto sind gebührenfrei.

Besten Dank für Ihre Unterstützung.

KONTAKT

freizeit + familie pratteln
Postfach 1018
4133 Pratteln 1

INHALTSVERZEICHNIS

Angebote für Familien, Erwachsene und Kinder ab Seite 2
Kinderartikelbörse, Infoveranstaltungen, Themenwochen,
Führungen, Workshops, Sport und vieles anderes

Angebote für Kinder und Jugendliche ab Seite 8
Babysittingkurs, Kochen, Basteln, Englischkurse,
Sport und anderes

Angebote für Erwachsene und Senioren ab Seite 12
Kreativkurse, Sprachen, Sport, Entspannung,
Klang, Meditation, Wandern und vieles anderes

Kontakt Seite 21

Bitte aufbewahren!

ALLGEMEINE HINWEISE / TEILNAHMEBEDINGUNGEN

- Anmelden:** Anmeldung bei der Kursleitung, wo nicht anders vermerkt!
Ihre Anmeldung ist verbindlich.
- Abmeldung:** Abmeldungen erfolgen direkt bei der Kursleitung.
Das Kursgeld muss aber in jedem Fall bezahlt werden,
es sei denn, Sie können eine Ersatzperson melden,
oder es hat Anmeldungen auf der Warteliste.
- Kursgeld:** Ist am ersten Kurstag direkt an die Leiterin/den Leiter
zu bezahlen.
- Haftung:** Die Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer.

Kinderartikelbörse Pratteln

gemeinnützig

Möchten Sie dabei sein an der nächsten Börse als Verkäufer/in oder Helfer/in? Unter www.kinderartikelboerse-pratteln.ch finden Sie weitere Infos.

Wo: Kultur und Sportzentrum Pratteln, Oberemattstrasse 13, Pratteln

NEU: Nur noch an 2 Tagen: 21. + 22. April 2020

Annahme: Dienstag, 9.00 – 17.30 Uhr

Verkauf: Mittwoch, 9.00 – 16.00 Uhr

Rückgabe/Auszahlung: Mittwohabend, 19.30–20.30 Uhr

Unser beliebtes Café wird durchgehend am Mittwoch mit feinen Köstlichkeiten und warmem Zmittag für Sie offen sein.

Kinderhort: Dienstag: 13.30 – 17.30 und Mittwoch: 9.00 – 16.00 Uhr

Wir freuen uns, Sie bei uns zu begrüssen.

Rägebogefir

Kirche

Die «Rägebogefir» ist ein Gottesdienst für Kinder im Vorschulalter und ihre Eltern, Gotte, Götti, Grosseltern usw. In der abwechslungsreichen Feier mit viel Musik und kindgerechten Geschichten erleben schon die ganz Kleinen Rituale, die tragen und unser Leben bereichern. Die «Rägebogefir» findet in der Regel am letzten Samstag im Monat um 17 Uhr in der Reformierten Kirche Pratteln statt. Es würde uns freuen, Sie bei uns begrüssen zu dürfen.

Anmelden: keine Anmeldung nötig

Leitung: Jenny May Jenni, Pfarrerin

Roswitha Holler-Seebass, Sozialdiakonin

reformierte Kirchgemeinde, St. Jakobstr. 1, 4133 Pratteln

061 823 94 87, roswitha.holler@ref-pratteln-augst.ch,

www.ref-pratteln-augst.ch

Kurstermin/e: Mi., 29.1./19.2./25.3.

Sa., 4.4. Palmbinden

Mi., 29.4./27.5.

Sa., 29.8. Kirchhoffest

Sa., 12.9. Andrew Bond

Mi., 23.9./28.10.

Sa., 21.11. Weihnachtsmarkt

An den Samstagen werden die Zeiten auf Flyern und unserer Homepage publiziert.

Kursort: Mittwoch jeweils um 16.30 Uhr in der reformierten Kirche

Kosten: keine

Osterwoche für Gross und Klein

Kirche

Ostern ist in der christlichen Tradition das spannendste und sinnlichste Fest. Das soll gemeinsam erfahren und gefeiert werden. In der Woche vor Ostern können Kinder und Erwachsene jeweils nachmittags Holz fürs Osterfeuer sammeln, eine Osterkerze gestalten, Ostereier färben, Matzen backen, Rituale feiern und vieles mehr. Die Ostergeschichte wird dabei mit allen Sinnen erlebbar gemacht. Vorschulkinder sind auch willkommen mit einer Begleitperson.

Nähere Infos/Anmeldung siehe Flyer oder Homepage: www.ref-pratteln.augst.ch

Leitung: Jenny May Jenni, reformierte Pfarrerin

Kurstermin/e: Palmsamstag, 4. April 2020 um 14 Uhr kath. Kirche bis Ostern jeweils 14–17 Uhr

Anmeldung: bis Montag, 28. März 2020

Kursort: Verschiedene Örtlichkeiten

Kosten: Fr. 20.– für die ganze Woche für die 1. Person, alle weiteren

Personen aus demselben Haushalt zahlen je Fr. 10.–.

Einzelne Tage je Fr. 5.–

Info-Messe «Gut vorbereitet für den Kindergarten Eintritt»

Gemeinde

Einladung zur Info-Messe mit Kindergarten Einschreibung

NEU: mit Kindergarten Einschreibung!

Damit Ihr Kind optimal für den Kindergarten vorbereitet ist.

Die Schulleitung und der Fachbereich Frühe Kindheit informieren über die Wichtigkeit einer guten Vorbereitung für den Eintritt in den Kindergarten.

Spielgruppen, Kitas, Eltern-Kind-Treffs, Freizeit- und Beratungsangebote präsentieren sich spielerisch. Informationen, Spiel und Spass für die ganze Familie – kostenlos!

Eltern mit Kindern, welche zwischen dem 1.8.2015 und dem 31.7.2016 geboren sind, können das obligatorische Einschreibeformular für den Kindergarten vor Ort ausfüllen. Die Schulleitung und Dolmetscher helfen dabei gerne.

Leitung: Gemeinde Pratteln Schulleitung Primar und Fachbereich Frühe Kindheit

Schlossstr. 34, Pratteln, 079 745 37 95

manuela.hofbauer@pratteln.bl.ch, www.fruehekindheit.pratteln.ch

Kurstermin/e: Samstag, 11. Januar 2020, 12–16 Uhr

Anmelden: keine Anmeldung nötig

Kursort: Kuspo Pratteln, Oberemattstr. 13

Kosten: kostenlos

Auf die Plätze, fertig, los! Das Schlossschulhaus ist famos!

Gemeinde

Im Schlossschulhaus sind der Fachbereich Frühe Kindheit, die Mütter-Väter-Beratung, Familien- und Erziehungsberatung, die Vermittlungsstelle für Tagesfamilien, Mobile Jugendarbeit, Quartierentwicklung und weitere Familienangebote vereint unter einem Dach.

Die frisch renovierten Räume können für Familien- und Kinderangebote kostenlos genutzt werden. Krabbeltreffs, Eltern-Kind-Gruppen, offener Familientreff, Sprachtreffs, Bastelangebote, Kurse, Workshops, Vorträge, Weiterbildungen, Familienbrunch und vieles mehr: auf die Plätze, fertig, los! Das Schlossschulhaus ist famos!

NEU: Generationencafé mit Brain Gym für Senioren und kreativem Bastel-Spielangebot für Gross und Klein! Jeden Mittwochnachmittag von 15–18 Uhr (ausser während den Schulferien).

Jeden zweiten Mittwoch Schachangebot für Jung und Alt ab 17 Uhr.

Raumreservierungen: carmen.zuelli@pratteln.bl.ch

Lokal: Schlossschulhaus, Schlosstr. 56, Pratteln

Allgemeine Auskünfte: Manuela Hofbauer, Fachbereich Frühe Kindheit, Schlosstr. 56, 4133 Pratteln, 079 745 37 95, manuela.hofbauer@pratteln.bl.ch, www.fruehekindheit.pratteln.ch

Eltern-Kind-Musizieren

Privat

Singen, Tanzen und Musizieren in der Gruppe mit Kindern zwischen 17 Monaten und vier Jahren in Begleitung einer Bezugsperson. Der Kurs wird blockweise durchgeführt und besucht.

Anmelden: www.kindermusizieren.ch

Leitung: Christina Ganter Burkhardt, Musikpädagogin
061 421 15 41, www.kindermusizieren.ch

Kurstermin/e: Block 5: 18.10. bis 13.12.19, Block 1: 17.1. bis 21.2.20,
Block 2: 13.3. bis 3.4.20, Block 3: 24.4. bis 26.6.20
Mittwoch und Freitag Vormittag von 9.30 bis 10.20
und 10.30 bis 11.20 Uhr

Anmeldung: Einstieg jederzeit möglich

Kursort: Schlossschulhaus, Schossstrasse 56, Pratteln

Kosten: Fr. 20.– pro Stunde, wird blockweise bezahlt
Block 5: Fr. 180.–, Block 1: Fr. 120.–, Block 2: Fr. 80.–,
Block 3: Fr. 160.–

Drehscheibe – der vielseitige Treff für alle

Verein

Dieser offene Treff findet 1x wöchentlich statt. Es wird ein vielfältiges Angebot dargeboten. Das detaillierte Programm ist auf den Homepages

www.drehscheibe-pratteln.jimdosite.com und www.pratteln.ch ersichtlich.

Leitung: Helen Solano, 078 791 50 46, drehscheibep Pratteln@gmx.ch

Kurstermin/e: Jeden Mittwoch ausser während den Schulferien,
15.00 bis 17.00 Uhr

Anmeldung: offener Treff für alle ohne Anmeldung

Kursort: Schlossschulhaus, Pratteln (vis-à-vis Alte Dorfturnhalle)

Kosten: keine Kosten. Je nach Angebot Unkostenbeitrag

Computermuseum beider Basel

Verein

Führung durch eine Sammlung historischer PCs mit der Möglichkeit, die Geräte zu bedienen, Einführung in die Welt historischer Spielcomputer, Arcades und Spielkonsolen in einer grossen Retro Game Lounge. Die Geräte dürfen alle benutzt werden. Alter von 1 bis 100 Jahre.

Anmeldung: <https://sites.google.com/view/cmabb/home>

Leitung: Dr. Gerald Süss, 061 302 38 95,
während der Öffnungszeit: 061 599 66 43
g.suess@balcab.ch oder cmuseumgb@gmail.com

Kurstermin/e: jeweils letzter Sonntag im Monat, 14 bis 17.30 Uhr

Anmeldung: bis jeweils Vortag

Lokal: CMbB, Magnetareal Pratteln, in der Fa. Colobâle, Anreise siehe
Homepage: <https://sites.google.com/view/cmabb/home>

Kosten: Fr. 5.–/Person, Fr. 10.–/Familie

Karate

Verein

Der Name shenxin unserer Karateschule setzt sich aus zwei chinesischen Wörtern zusammen: dem shen (Geist) und dem xin (Herz). Das Zusammenführen der beiden Begriffe spiegelt das, warum Raphaël Vergères die Karateschule vor 15 Jahren in Pratteln eröffnet hat: shenxin ist der Überbegriff für den Unterricht in der Karateschule, in welcher der Geist geschult und mit Herz gekämpft wird.

Anmelden: Clara Fasse, clara@themovement.ch

Leitung: Raphaël Vergères, Karateleiter

Adresse: the movement spot/Zentrale Pratteln, Gallenweg 8 (6. OG),
4133 Pratteln, 061 823 71 46
info@themovement.ch, www.themovement.ch

Kurstermin/e: Dienstag und Donnerstag (ausser in den Schulferien)
gemäss Stundenplan www.themovementspot.ch

Popping

Verein

Popping ist ein Tanzstil aus der HipHop-Kultur und beschreibt die gezielten und abrupt erscheinenden Isolationsbewegungen durch kurze und gezielte Muskelkontraktionen und -entspannungen, die für den Tanz charakteristisch sind. Popping umfasst mehrere Stilrichtungen wie «Waving» (Körperwellen) oder «Botting/Robot Dance». Durch exakte Isolation einzelner Körperpartien werden zum Beispiel auch Illusionen von Schwerelosigkeit oder ferngesteuerten Bewegungen erzeugt. Der Kurs beinhaltet Basic Steps, Koordination von Bewegungen und Körperkontrolle.

Anmelden: Clara Fasse, clara@themovement.ch

Leitung: Eric Dantas da Cunha, Tänzer

Adresse: the movement spot/Zentrale Pratteln, Gallenweg 8 (6. OG),
4133 Pratteln, 061 823 71 46
info@themovement.ch, www.themovement.ch

Kurstermin/e: Donnerstag Abend (ausser in den Schulferien)
gemäss Stundenplan www.themovementspot.ch

Hiphop/Stretdance

Verein

Im Vordergrund stehen die Moves und der Groove – woher sie kommen und wann sie entstanden sind. Kurze Schrittfolgen bzw. Choreografien rund um die neu erworbenen Kenntnisse vervollständigen diese Klasse.

Anmelden: Clara Fasse, clara@themovement.ch

Leitung: Nicolas Huffington, Tänzer

Adresse: the movement spot/ Zentrale Pratteln, Gallenweg 8 (6. OG),
4133 Pratteln, 061 823 71 46

info@themovement.ch, www.themovement.ch

Kurstermin/e: Mittwoch Abend (ausser in den Schulferien)

gemäss Stundenplan www.themovementspot.ch

Breakdance

Verein

Am Anfang steht die Aneignung einer fundierten, technischen Basis. Sie ist das Werkzeug eines jeden Tänzers, je versierter die Technik, desto vielfältiger die Möglichkeiten. Wir praktizieren einen bewussten kreativen Umgang mit Bewegung. Es geht um Musikalität, Ausdruckskraft, Präsenz, Improvisation, Kreativität, Persönlichkeit, Austausch, Wettkampf, Respekt, Disziplin, Flow, Konzept und vieles mehr.

Alle Schüler sind willkommen – solche, die sich gerne fordern und vorankommen wollen genauso wie die, die sich einfach nur austoben und Spass haben möchten.

Anmelden: Clara Fasse, clara@themovement.ch

Leitung: Boris Jacot, Tänzer und Timo Paris, Tänzer

Adresse: the movement spot/ Zentrale Pratteln, Gallenweg 8 (6. OG),
4133 Pratteln, 061 823 71 46

info@themovement.ch, www.themovement.ch

Kurstermin/e: Dienstag und Mittwoch (ausser in den Schulferien)

gemäss Stundenplan www.themovementspot.ch

Workshop: Salben und Öle in der Antike

Stiftung

Wohlriechende Salben und duftende Öle waren schon immer sehr beliebt. Bei einem Rundgang durch den Kräutergarten des Römerhauses lernen Sie einige Grundstoffe für die Salben kennen. Danach geht es an das Herstellen der Salben nach antiken Rezepten und am Schluss dürfen Sie die selbstgemachten Salben mit nach Hause nehmen.

Anmelden: www.augusta-raurica.ch, mail@augusta-raurica.ch, 061 552 22 22

Leitung: Augusta Raurica, Giebenacherstrasse 17, 4302 Augst

Kurstermin/e: So. 12.1., So. 9.2., So. 8.3., So. 29.3., Fr. 10.4.,
So. 10.5.20, jeweils von 13–14.30 Uhr

Anmeldung: empfehlenswert. Ab 6 Jahren.

Treffpunkt: Museumkasse

Kosten: Fr. 16.–/8.– (inkl. Museumseintritt)

Römischer Spielnachmittag

Stiftung

Smartphones, Spielkonsolen und Tablets bleiben in der Tasche. Dafür spielen wir gemeinsam unter kundiger Anleitung Spiele, die schon zur Römerzeit beliebt gewesen sind.

Anmelden: Ohne Anmeldung.

Leitung: Augusta Raurica, Giebenacherstrasse 17, 4302 Augst,
www.augusta-raurica.ch, mail@augusta-raurica.ch, 061 552 22 22

Kurstermin/e: So. 5.1., So. 2.2., So. 1.3., ab So. 5.4. bis 11.10.20 jeden So.,
zusätzlich: Mo. 13.4., Fr. 1.5., Do. 21.5., Mo. 1.6.20,
jeweils 13–16 Uhr

Anmeldung: Man darf jederzeit dazu stossen.

Treffpunkt: November bis März: Museumskasse;

April bis Oktober: Curia (auf dem Forum)

Kosten: kostenlos

Workshop: Bastle dein eigenes Mosaik

Stiftung

Mosaiken waren bei den Römern beliebte Dekorationselemente. Zuerst werden Sie mit den Herstellungstechniken und den verwendeten Materialien vertraut gemacht. Nach einem Rundgang zu den Original-Mosaiken im Römerhaus liegen farbiger Kalkstein aus original römischen Steinbrüchen sowie passendes Werkzeug für Sie bereit.

Anmelden: www.augusta-raurica.ch, mail@augusta-raurica.ch, 061 552 22 22

Leitung: Augusta Raurica, Giebenacherstrasse 17, 4302 Augst

Kurstermin/e: So. 19.1., So. 16.2., Mi. 26.2., So. 15.3., So. 19.4., Fr. 1.5.20
jeweils von 13–14.30 Uhr

Anmeldung: empfehlenswert. Ab 6 Jahren.

Treffpunkt: Museumkasse

Kosten: Fr. 16.–/8.– (inkl. Museumseintritt)

Kampfschule für Gladiatoren

Stiftung

Wolltest Du schon immer einmal als Gladiator in der Arena stehen?

Unter Anleitung eines erfahrenen Kämpfers lernst Du Kampftechniken und Waffen der antiken Hochleistungssportler kennen. Du trainierst und isst wie vor 2000 Jahren und erfährst nebenher viel Spannendes: Waren die Gladiatoren vergleichbar mit den heutigen Fussballstars? Durften auch Frauen kämpfen? Gab es in Augusta Raurica Gladiatoren und gibt es Beweise dafür? Zum Schluss darfst Du natürlich auch «echte» Rüstungen anprobieren.

Anmelden: www.augusta-raurica.ch, mail@augusta-raurica.ch, 061 552 22 22

Leitung: Augusta Raurica, Giebenacherstrasse 17, 4302 Augst

Kurstermin/e: So. 24.5., So. 14.6.20, jeweils von 10.30 – 12.30 Uhr

Anmeldung: empfehlenswert. Für Kinder von 8–12 Jahre.

Treffpunkt: Amphitheater (NICHT Theater!)

Tickets vor Beginn an der Museumskasse lösen.

Kosten: Fr. 12.–

Führung für Familien

Stiftung

Ein spannender Rundgang, der ganz auf die Bedürfnisse von Familien zugeschnitten ist. Im authentisch nachgebauten Römerhaus erfahren und erleben Sie, wie der Alltag einer Familie in römischer Zeit ausgesehen hat.

Anmelden: www.augusta-raurica.ch, mail@augusta-raurica.ch, 061 552 22 22

Leitung: Augusta Raurica, Giebenacherstrasse 17, 4302 Augst

Kurstermin/e: So. 26.1., So. 23.2., So. 22.3., So. 5.4., Mi. 8.4., Do. 21.5.,

Mo. 1.6., So. 28.6.20, jeweils von 13–14 Uhr;

Sonn- und Feiertage zusätzlich um 14.30–15.30 Uhr

Anmeldung: empfehlenswert. Ab 6 Jahren.

Treffpunkt: Museumskasse

Kosten: Fr. 16.–/8.– (inkl. Museumseintritt)

Workshop: Brotbacken – Vom Korn zum Römerbrot

Stiftung

Wie wurde vor 2000 Jahren Korn zu Brot verarbeitet? Schritt für Schritt erleben und gestalten Kinder und ihre Familien gemeinsam eine Brotproduktion wie in römischer Zeit. Zum Schluss dürfen die Brote warm und duftend mit nach Hause genommen werden.

Anmelden: www.augusta-raurica.ch, mail@augusta-raurica.ch, 061 552 22 22

Leitung: Augusta Raurica, Giebenacherstrasse 17, 4302 Augst

Kurstermin/e: So. 12.4., Mo. 13.4., So. 3.5., So. 31.5., So. 7.6.20, jeweils von

11.00–12.30; 13–14.30; 10–16.30 Uhr

Anmeldung: empfehlenswert. Ab 6 Jahren.

Treffpunkt: Museumskasse

Kosten: Fr. 16.–/8.– (inkl. Museumseintritt)

ANGEBOTE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE**Osterbasteln**

f+f pratteln

Das Team vom Bienehüsli wird mit den Kindern ein paar Sachen um das Thema Ostern basteln.

Leitung: Sylvie Anderrüti, Muttenerstrasse 14, 4133 Pratteln
079 252 61 90, bienehuesli@bluwin.ch

Kurstermin/e: Mittwoch, 1.4.2020, 14.30 bis 16.30 Uhr

Anmeldung: bis 26.3.2020

Kursort: Spielgruppe Bienehüsli, Muttenerstrasse 14, Pratteln

Kosten: Fr. 15.–

Fasnachtkochkurs

f+f pratteln

Das Team vom Bienehüsli wird mit den Kindern ein paar Fasnacht-Spezialitäten aus der Regio Basel backen/kochen.

Leitung: Sylvie Anderrüti, Muttenerstrasse 14, 4133 Pratteln
079 252 61 90, bienehuesli@bluwin.ch

Kurstermin/e: Mittwoch, 19.2.2020, 14.30 bis 16.30 Uhr

Anmeldung: bis 13.2.2020

Kursort: Spielgruppe Bienehüsli, Muttenerstrasse 14, Pratteln

Kosten: Fr. 15.–

Martial Arts Kids Camp Spring 2020

Verein

Für viele eine spannende Abwechslung in den Ferien oder der Einstieg in eine sinnvolle und fördernde Freizeitbeschäftigung! Wir bieten auch im 2020 für unsere Mitglieder und externe Interessierte zu einem kleinen Budget einen einwöchigen Spass mit grossem Lerneffekt an. Täglich von 9 bis 14 Uhr für Kinder von 5 bis 12 Jahren. Weitere Informationen auf unserer Website/auf Anfrage.

Anmelden: office@tian-long-guan.com, <https://tian-long-guan.com>

Leitung: Shifu Dominik Müller, Zong Shi Damian Mohler

Gallenweg 8, Bau 22, 3. OG, 4133 Pratteln, 079 411 11 55

Anmeldung: bis 13. März 2019

Kursort: Tian Long Guan Baselland, Zentrale Pratteln, Gallenweg 8, Pratteln

Kosten: Fr. 200.–/250.– (Mitglied/Nichtmitglied)

Bambini Tennis TC Pratteln

Verein

Bambini Tennis wird für Kinder ab 4 bis 10 Jahren spielerisch und mit viel Spass nach den neusten Kids Tennis-Methoden auf unseren Tennisplätzen im Tennisclub Pratteln unterrichtet.

Anmelden: Andrea Casanova, 079 366 20 25, junioren@tcpratteln.ch

Leitung: Bea Anderegg, Jugend und Sportleiterin

Kurstermin/e: 8. Januar–1. April 2020, Zeit nach Absprache

Anmeldung: bis 18. Dezember 2019

Kursort: Tennis Club Pratteln

Kosten: Fr. 138.–

«Lernlust statt Schulfrust» – Lerncoaching/Motivationscoaching

Privat

Keine Lust zum Lernen? Motiviert zu lernen, aber irgendwie klappt's nicht so richtig? Viel gelernt, aber an der Prüfung nervös und unsicher? Lern- und Motivationscoaching ist keine Nachhilfe, sondern hat zum Ziel, dass die Kinder und Jugendlichen lernen, selbständig gut mit schwierigen oder belastenden Schul- und Lernsituationen umzugehen. Wir bauen auf den ganz persönlichen Ressourcen auf, nutzen dazu kreative und spielerische Methoden und stärken das eigene Vertrauen.

Leitung: koru mova, Karin Gisin, PRB®-Coach IPSIS® –
persönlichkeits- und ressourcenorientierte Beratung
079 629 09 91, karin@gisin.net

Kurstermin/e: Beratungs-/Coaching-Termine à 1 bis 1.5 Std., Anzahl je nach Bedarf und in gemeinsamer Absprache
Termine nach individueller Vereinbarung

Anmelden: fortlaufende Anmeldung

Kursort: nach individueller Absprache

Kosten: Fr. 120.–/Std.;

Vorgespräch (Kennenlern-Termin): Fr. 50.– (ca. 50–60 Min.)

Babysitting-Kurs SRK für Jugendliche

Verein

In diesem Kurs lernen Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren die wichtigsten Entwicklungsschritte und die Grundbedürfnisse von Babys und Kleinkindern kennen. Nach dem Kurs verfügen sie über die notwendigen Fertigkeiten, um ein Kind zu hüten, Schoppen und Brei zu geben, Windeln zu wechseln und die Kinder zu Bett zu bringen. Sie lernen Spiele und Aktivitäten die Kindern Spass machen. Sie lernen Gefahren erkennen und Unfälle zu verhindern und können bei Schwierigkeiten richtig reagieren.

Anmelden: Homepage SRK Baselland, www.srk-baselland.ch
 Leitung: Irène Glaus, Fachfrau Gesundheit EFZ, eidg. Dipl. Ausb. SVEB II SRK Baselland, Fichtenstrasse 17, 4410 Liestal
 061 905 82 00 (Anita Furlan oder Sabrina Nussbaum),
bildung@srk-baselland.ch
 Kurstermin/e: 6. und 7. August 2020, 9.00 – 11.30 + 13.00 – 15.30 Uhr
 Anmeldung: bis 24. Juli 2020
 Kursort: Spielgruppe Bienehüsli, Muttenerstrasse 14, Pratteln
 Kosten: Fr. 100.–

Spielgruppe in Englisch für Kinder von 3 – 4 Jahren

Privat

Auf spielende Art und Weise, durch singen, basteln, bewegen, Rollenspiele, malen wird in der Spielgruppe die englische Sprache vermittelt von Lehrern mit Englisch als Muttersprache

Leitung: Pascal Wenger, Leiter des English Center
 061 511 87 40, kontakt@wenpas-e4k.ch, www.wenpas-e4k.ch
 Kurstermin/e: ab Fr., 24.1.2020 jeweils 1x pro Woche (Einstieg auch später möglich). Keine Spielgruppe während den Schulferien, 9.00 bis 11.15 Uhr pro Woche.
 Anmeldung: bis 31.12.2019 (Auf Anfrage kann es auch später sein)
 Lokal: English Center, Mühleweg 47, Pratteln,
 Kosten: Fr. 125.– x 6 (für 1 Mal pro Woche von für Mitte Jan. bis Ende Juni)

Englisch Kurs für Kinder von 4 – 7 Jahre (spielend)

Privat

Auf spielende Art und Weise, durch singen, basteln, bewegen, Rollenspiele und malen wird im Kurs die englische Sprache vermittelt von Lehrern mit Englisch als Muttersprache. (Je nach Anzahl Anmeldungen können Kurse zusammengelegt werden)

Leitung: Pascal Wenger, Leiter des English Center
 061 511 87 40, kontakt@wenpas-e4k.ch, www.wenpas-e4k.ch
 Kurstermin/e: Mo., 20.1./Di., 21.1./Mi., 22.1./Do., 23.1. oder Fr., 24.1.20
 (Einstieg auch später möglich). Kein Kurs während den Schulferien, 13.30 – 15.15 oder 15.30 – 17.15 Uhr, 2 Lek. pro Woche.
 Anmeldung: bis 31.12.2019 (Auf Anfrage kann es auch später sein)
 Kursort: English Center, Mühleweg 47, Pratteln,
 Kosten: Fr. 150.– x 5 (für 2 Lektionen/Woche, Jan. bis Juni), exkl. Material

Spiel und Spass am Samstag (englisch) für Kinder von 5 – 9 Jahre

Privat

Zwischen 9.00 und 11.30 Uhr werden verschiedene Spiele gespielt, so dass die Kinder mit viel Spass auch noch etwas English begleitet von Lehrern mit Englisch als Muttersprache.

Leitung: Pascal Wenger, Leiter des English Center
 061 511 87 40, kontakt@wenpas-e4k.ch, www.wenpas-e4k.ch
 Kurstermin/e: Sa., 25.1./Sa., 15.2./Sa., 14.3. (weitere Daten folgen)
 9.00 – 11.30 Uhr
 Anmeldung: bis 10.1.2020 (Auf Anfrage kann es auch später sein)
 Kursort: English Center, Mühleweg 47, Pratteln
 Kosten: Fr. 30.– pro Mal (Fr. 80.– für 3 Mal)

Englisch Kurse für Kinder von 7 – 8 Jahre + 9 – 10 Jahre (mit Fun)

Privat

Auf spielende Art und Weise, durch singen, basteln, bewegen, Rollenspiele, malen und schreiben wird im Kurs die englische Sprache vermittelt von Lehrern mit Englisch als Muttersprache.

(Je nach Anzahl Anmeldungen können Kurse zusammengelegt werden)
 Leitung: Pascal Wenger, Leiter des English Center
 061 511 87 40, kontakt@wenpas-e4k.ch, www.wenpas-e4k.ch
 Kurstermin/e: Mo., 20.1./Di., 21.1./Mi., 22.1./Do., 23.1. oder Fr., 24.1.20
 (Einstieg auch später möglich). Kein Kurs während den Schulferien.
 Zwischen 13.15 und 18.30 Uhr, jeweils 1 Lektion pro Woche.
 Anmeldung: bis 31.12.2019 (Auf Anfrage kann es auch später sein)
 Kursort: English Center, Mühleweg 47, Pratteln
 Kosten: Fr. 75.– x 5 (für 1 Lektion/Woche von Jan. bis Juni), exkl. Material

Englisch Kurs für Kinder von 11 – 13 Jahre (mit Fun)

Privat

Mit viel Spass, Freude und Spannung lernen die Kinder mit singen, spielen und Rollenspiele die englische Sprache, geleitet von Lehrern mit Englisch als Muttersprache. Wir fördern vor allem die Kommunikation und richtige Aussprache.

(Je nach Anzahl Anmeldungen können Kurse zusammengelegt werden)
 Leitung: Pascal Wenger, Leiter des English Center
 061 511 87 40, kontakt@wenpas-e4k.ch, www.wenpas-e4k.ch
 Kurstermin/e: Mo., 20.1./Di., 21.1./Mi., 22.1./Do., 23.1. oder Fr., 24.1.2020
 (Einstieg auch später möglich). Kein Kurs während den Schulferien.
 Zwischen 13.15 und 18.30 Uhr, 1 Lek. pro Woche.
 Anmeldung: bis 31.12.2019 (Auf Anfrage kann es auch später sein)
 Kursort: English Center, Mühleweg 47, Pratteln
 Kosten: Fr. 75.– x 5 (für 1 Lektion/Woche, Jan. bis Juni), exkl. Material

Weiterbildung Fachbereich Frühe Kindheit – in einer etwas anderen Art und Weise des Vorgehens

Gemeinde

Entwicklung der Persönlichkeit aus Sicht des Kindes
Unsere tägliche Arbeit mit Kindern hat die Grundlegung ihrer Persönlichkeit im Fokus. Auf diesem Fundament sollen jene Voraussetzungen geschaffen werden, die sich für die Entwicklung in den folgenden Lebensabschnitten als förderlich erweisen.

Einblicke der letzten Jahrzehnte in die Entwicklung des Kindes während der Schwangerschaft und den ersten Lebensjahren sind revolutionär.

- Was wird in meinem Handeln im Bereich der Frühen Kindheit zurzeit an leitenden Vorstellungen und Überzeugungen sichtbar?
- Was nehme ich dabei für mich persönlich als neue Einsichten auf?
- Woran orientiere ich jetzt aktuell mein Handeln?
- Was will ich aus meiner Arbeit an der Basis nach aussen vertreten?
- Wofür will ich mich einsetzen?

In einem Treffen wollen wir uns über die Planung und das Vorgehen einer Weiterbildung dieser Art austauschen. Wie geht es mir mit den vorgeschlagenen Inhalten? Was brennt bei mir unter den Nägeln? Was bin ich bereit, dafür an Zeit und Engagement einzusetzen?

Anmelden: mahu@breitband.ch

Leitung: Margrit Hungerbühler, dipl. Heilpädagogin, Erziehungsberaterin, Kinderpsychotherapeutin
Schlossschulhaus, Schlosstr. 56, Pratteln, 079 745 37 95
manuela.hofbauer@pratteln.bl.ch, www.fruehekindheit.pratteln.ch

Kurstermin/e: Termine werden via Homepage kommuniziert.

Englisch für Erwachsene

Privat

Mit viel Spass, Freude lernen sie bei uns die englische Sprache, geleitet von Lehrern mit Englisch als Muttersprache. Wir fördern vor allem die Kommunikation und richtige Aussprache.

Leitung: Pascal Wenger, Leiter des English Center
061 511 87 40, kontakt@wenpas-e4k.ch, www.wenpas-e4k.ch

Kurstermin/e: Di., 28.1., 4.2., 11.2. und 18.2.2020
(weitere Daten finden sie auf unserer Homepage), 9.00 – 9.50 Uhr

Anmeldung: bis 10.1.2020

Kursort: English Center, Mühleweg 47, Pratteln

Kosten: Fr. 80.–, exkl. Material

Englischkurse

Privat

Leitung: Susan Madörin, dipl. Englischlehrerin
stc1@bluewin.ch, 061 873 97 00 oder 079 422 75 87

Anmeldung: bei der Kursleitung, das ganze Jahr hindurch möglich.

Kursort: Reformierte Kirche Pratteln, St. Jakobstrasse 1, Pratteln

Anfängerkurs: Einstieg in die englische Sprache und Kultur. Basiskurs mit Grammatik und Konversation für die Reise und den Alltag.

Beginn: Montag, 20. Januar 2020–22. Juni 2020
14.00 – 15.00 Uhr, 17 Lektionen à 60 Min.

Kosten: Fr. 20.–/Std. (17 x = Fr. 340.–), exkl. Kursbuch Network Starter

Anfängerkurs: Einstieg in die englische Sprache und Kultur. Basiskurs mit Grammatik und Konversation für die Reise und den Alltag.

Beginn: Montag, 20. Januar 2020–22. Juni 2020
18.00 – 19.00 Uhr, 17 Lektionen à 60 Min.

Kosten: Fr. 20.–/Std. (17 x = Fr. 340.–), exkl. Kursbuch Network Starter

Fortgeschrittener Anfängerkurs: Grundkurs mit Grammatik und Konversation für die Reise und den Alltag.

Beginn: Montag, 20. Januar 2020–22. Juni 2020
19.00–20.00 Uhr, 17 Lektionen à 60 Min.

Kosten: Fr. 20.–/Std. (17 x = Fr. 340.–), exkl. Kursbuch Network Now

Fortgeschrittener Kurs: Grundkurs mit Grammatik und Konversation für die Reise und den Alltag.

Beginn: Mittwoch, 22. Januar 2020–24. Juni 2020
8.30–9.30 Uhr, 18 Lektionen à 60 Min.

Kosten: Fr. 20.–/Std. (18 x = Fr. 360.–), exkl. Kursbuch New Headway Pre-Intermediate

Anfängerkurs: Einstieg in die englische Sprache und Kultur. Basiskurs mit Grammatik und Konversation für die Reise und den Alltag.

Beginn: Mittwoch, 22. Januar 2020–24. Juni 2020
19.00–20.00 Uhr, 18 Lektionen à 60 Min.

Kosten: Fr. 20.–/Std. (18 x = Fr. 360.–), exkl. Kursbuch Network Now

Die Villa des Antikenfreundes René Clavel

Stiftung

Hoch über Augusta Raurica thront inmitten einer gepflegten historischen Parkanlage der Landsitz des Chemikers, Piloten und Weltenbummlers René Clavel (1886 – 1969). Auf einem exklusiven Rundgang werden Sie durch die original erhaltenen Innenräume begleitet und erfahren dabei Geschichten rund um die Basler Familie Clavel. Als grosser Antikenliebhaber wollte der wohlhabende Mäzen die römische Kultur lebensnah vermittelt haben und hat deshalb 1955 «der Bevölkerung» das Römerhaus gestiftet.

Anmelden: www.augusta-raurica.ch, mail@augusta-raurica.ch, 061 552 22 22

Leitung: Augusta Raurica, Giebenacherstrasse 17, 4302 Augst

Kurstermin/e: Mo. 13.4.20, 14.00 – 15.15 Uhr

Anmeldung: empfehlenswert. Ab 16 Jahren.

Treffpunkt: Museumskasse

Kosten: Fr. 16.–/8.– (inkl. Museumseintritt)

Töpfern an der Töpferscheibe

Privat

Sie erlernen das Arbeiten an der elektrischen Töpferscheibe (zentrieren, aufdrehen und formen, abdrehen und vollenden). Nach dem Rohbrand glasieren Sie Ihre Werke selber an individuellen Terminen. Sie gelten als zusätzlichen Kurs-abend/resp. -nachmittag.

Leitung: Susanna Hostettler, Töpferin
Viaduktstrasse 9, 4133 Pratteln, 061 321 56 40, 079 650 11 75
shokaba@hotmail.com

Kurstermin/e: Kurs 1/20: jeweils Di. nachmittags, ab 5.5.–23.6.20, 14–17 Uhr
Kurs 2/20: jeweils Di. abends, ab 5.5.–23.6.20, 19.30–22.30 Uhr
Kurs 3/20: jeweils Mi. abends, ab 6.5.–24.6.20, 19.30–22.30 Uhr

Anmeldung: bis 30. April 2020

Kursort: Atelier V9, Viaduktstrasse 9, Pratteln

Kosten: Anf. Fr. 480.–/Fortgesch. Fr. 540.–

Silberkurs

Privat

Möchten Sie unter Anleitung Ihren eigenen Silberschmuck entwerfen und gestalten? Entdecken Sie Ihr Talent, ich freue mich auf Sie!

Leitung: Evelyne Chevillat-Gold, Vereinshausstrasse 18, 4133 Pratteln,
079 685 01 20, chevigold@bluemail.ch, www.atelier-art-gold.ch

Kurstermin/e: Samstag, 15.2.20; weitere Kurse sind nach Absprache möglich
9.00 – 15.00 Uhr (Mittagspause 1 Std)

Anmeldung: bis 11.2.2020;

Eintritt ist auch zu einem späteren Zeitpunkt möglich

Kursort: Atelier Art Gold, Vereinshausstrasse 18, Pratteln

Kosten: Fr. 18.– pro Lektion, exkl. Material

Porzellan Malkurs

Privat

Bemalen Sie individuelle Porzellanstücke und erlernen Sie dabei in kleinen Gruppen (max. 4–5 Personen) verschiedene moderne Techniken. Lassen Sie sich überraschen und entdecken Sie Ihr Talent, ich freue mich auf Sie!

Leitung: Evelyne Chevillat-Gold, Vereinshausstrasse 18, 4133 Pratteln,
079 685 01 20, chevigold@bluemail.ch, www.atelier-art-gold.ch

Kurstermin/e: Ab Montag, 20.1. oder Dienstag, 21.1. oder Mittwoch, 22.1.20
14.15–17.15 Uhr; fortlaufender Kurs

Anmeldung: bis 16.1.2020, Eintritt ist auch zu einem späterem
Zeitpunkt möglich

Kursort: Atelier Art Gold, Vereinshausstrasse 18, Pratteln

Kosten: Fr. 18.– pro Lektion, exkl. Material

1. Schnupperstunde gratis + ein Geschenk

Glasmalkurs

Privat

Bemalen Sie individuelle Glasobjekte und erlernen Sie dabei in kleinen Gruppen (max. 4–5 Personen) verschiedene moderne Techniken. Spezieller Weihnachtskurs 2019 noch möglich. Lassen Sie sich überraschen und entdecken Sie Ihr Talent, ich freue mich auf Sie!

Leitung: Evelyne Chevillat-Gold, Vereinshausstrasse 18, 4133 Pratteln,
079 685 01 20, chevigold@bluemail.ch, www.atelier-art-gold.ch

Kurstermin/e: Ab Montag, 20.1. oder Dienstag, 21.1. oder Mittwoch, 22.1.20
14.15–17.15 Uhr; fortlaufender Kurs

Anmeldung: Spezieller Weihnachtskurs 2019 hat noch Plätze frei.
Eintritt ist auch zu einem späterem Zeitpunkt
möglich für die Kurse im 2020.

Kursort: Atelier Art Gold, Vereinshausstrasse 18, Pratteln

Kosten: Fr. 18.– pro Lektion, exkl. Material,

1. Schnupperstunde gratis + ein Geschenk

Acrylmalkurs

Privat

Bemalen Sie Leinwände nach Ihrem Wunsch und erlernen Sie dabei in kleinen Gruppen (max. 4–5 Personen) verschiedene Techniken. Lassen Sie sich überraschen und entdecken Sie Ihr Talent, ich freue mich auf Sie! Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Leitung: Evelyne Chevillat-Gold, Vereinshausstrasse 18, 4133 Pratteln,
079 685 01 20, chevigold@bluemail.ch, www.atelier-art-gold.ch

Kurstermin/e: Ab Samstag, 1.2.20; fortlaufender Kurs
9.00 – 16.00 Uhr (Mittagspause 1 Std)

Anmeldung: bis 28.1.2020, Eintritt ist auch zu einem späterem
Zeitpunkt nach Absprache möglich.

Kursort: Atelier Art Gold, Vereinshausstrasse 18, Pratteln

Kosten: Fr. 18.– pro Lektion, exkl. Material,

Keramikkurs

Privat

Du erlernst verschiedene Aufbautechniken in der Keramik.

Farbgebung von eingefärbtem Ton, Engobenbemalung und Glasieren ist möglich.
Serielle Herstellung erhältst du durch Porzellangiessen.

Leitung: Bingesser Gabriela, Augsterstrasse 30, 4133 Pratteln
078 764 96 11, bingfish@breitband.ch, www.werk-station.ch

Kurstermin/e: 3. März, 14. März, 21. März, 28. März 2020, 9 bis 13 Uhr

Anmeldung: bis 29. Februar 2020

Kursort: werk-station, Augsterstrasse 30, Pratteln

Kosten: Fr. 240.–, exkl. Material

Betonkurs

Privat

Mit Beton lassen sich wunderschöne Gebrauchsgegenstände und Dekor für drinnen und draussen giessen. Die Gegenstände kann man in der rohen Form belassen oder weiterverarbeiten.

Leitung: Bingesser Gabriela, Augsterstrasse 30, 4133 Pratteln
078 764 96 11, bingfish@breitband.ch, www.werk-station.ch

Kurstermin/e: 30. Mai, 6. Juni, 13. Juni, 20. Juni 2020, 9 bis 13 Uhr

Anmeldung: bis 23. Mai 2020

Kursort: werk-station, Augsterstrasse 30, Pratteln

Kosten: Fr. 120.–, exkl. Material

Handlettering

Privat

Interessierst du dich für die Kunst der Schönschrift? Dann bist du bei mir genau richtig. Schritt für Schritt und mit wertvollen Tipps zeige ich dir die vielen Möglichkeiten. Individuell und mit Herz.

Leitung: Helen Solano, Muttenzerstrasse 26, 4133 Pratteln, 078 791 50 46,
h.solano@gmx.ch, www.instagram.com/helen.lettering.and.more
www.helenletteringandmore.jimdosite.com

Kurstermin/e: individuelle und flexible Kursdaten

Kursort: Muttenzerstrasse 26, Pratteln

Kosten: Kinder und Jugendliche von 10 Jahren bis 16 Jahren:
2 Std. à Fr. 40.–, Geschwisterrabatt statt Fr. 80.– nur Fr. 70.–
Erwachsene 2 Stunden à 60.–

«Experimentelles Zeichnen»

Privat

Wir befreien uns von der Vorstellung, wie ein Bild auszusehen hat. Nicht das Ergebnis allein ist das Ziel, sondern der zeichnerische Prozess. Den Stift tanzen lassend, losgelöst von «richtig oder falsch», begeben wir uns auf eine Entdeckungsreise, lassen wir uns überraschen, von dem was auf dem Papier entsteht.

Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger/-innen wie Fortgeschrittene. Mitbringen: Skizzen-/Zeichenblock A4- und A3, Bleistifte B3–6, Kohle, Kugelschreiber, Fineliner, Pinsel (Nr. 10) und wasserlösliche Neocolor (bei Migros erhältlich).

Leitung: Ellen Schneider, dipl. Lehrerin Bildnerisches Gestalten,
Erwachsenenbildnerin, Kunstschaffende
079 470 54 63/061 901 14 33
ellen.schneider@teleport.ch, www.ellenschneider.ch

Kurstermine: 7., 14., 21., 28. Jan., 4., 11., 18. Feb., 10., 17., 24. März 2020.
Fortsetzung bei mind. 3 Kursteilnehmer/-innen
Dienstag, 9.00 – 11.00 Uhr.

Anmeldung: bis 24 Std. vor Kursbeginn

Kursort: Café LeO, an der Schlosstrasse 28 (beim Gemeindehaus Pratteln)

Kosten: 10 x 2 Std. Fr. 400.– (der Kursbeitrag ist bei Antritt mitzubringen),
exkl. Material

Wing Chun Chuan Kung Fu

Verein

Wing Chun Chuan – Wing Tsun – Young Chun Chuan ist eine über Hunderte von Jahren entwickelte Kampfkunst und soll seine Wurzeln im berühmten Shaolin-Kloster haben. Dieser Kampfstil bedarf wenig Kraft und keiner besonderen körperlichen Voraussetzung, deshalb ist sie für eine jede Person erlernbar. Weitere Informationen auf unserer Website/auf Anfrage.

Anmelden: office@tian-long-guan.com, https://tian-long-guan.com

Leitung: Shifu Dominik Müller, Zong Shi Damian Mohler
Gallenweg 8, Bau 22, 3. OG, 4133 Pratteln, 079 411 11 55,

Kurstermin/e: Wöchentlich jeweils Mi. 19.30–21.00 Uhr
1. Dezember 2019–29. Februar 2020, Anzahl Lektionen: 5

Anmeldung: Anmeldung laufend möglich, min. 1 Woche im Voraus

Kursort: Tian Long Guan Baselland, Zentrale Pratteln, Gallenweg 8, Pratteln

Kosten: Fr. 75.–

Selbstverteidigungskurs speziell nur für Frauen/Mädchen ab 15 Jahren; Be your own bodyguard

Verein

Sei es beim Joggen im Wald, im Bus oder Tram, vielleicht beim Arbeitsplatz oder in der Schule: Es gibt spezifische Selbstverteidigungssituationen! Diese, wie auch andere Einflüsse zu dieser Thematik in unserem Alltag, stehen ganz im Zentrum dieser Angebotslinie für Frauen/Mädchen ab 15 Jahren. Praktische Anwendungen und ein umsichtiges «Aufmerksamkeitstraining» machen diesen Kurs zu einem wertvollen und hilfreichen Kurserlebnis. Weitere Informationen auf unserer Website/auf Anfrage.

Anmelden: office@tian-long-guan.com, https://tian-long-guan.com

Leitung: Shifu Dominik Müller, Zong Shi Damian Mohler
Gallenweg 8, Bau 22, 3. OG, 4133 Pratteln, 079 411 11 55,

Kurstermin/e: 18. April 2020

Anmeldung: bis 13. März 2020

Kursort: Tian Long Guan Baselland, Zentrale Pratteln, Gallenweg 8, Pratteln

Kosten: Fr. 100.–/125.– (Mitglied/Nichtmitglied)

House (Fortgeschrittene)

Verein

House Music wurde in Chicago im «Warehouse» geboren und stammt von der Disco-Musik ab. Der Tanzstil entwickelte sich in den frühen 1980er Jahren parallel dazu in Chicago und New York. Die Haupteigenschaft des Stils nennt sich «Jacking». Eine Oberkörper-Bewegung, welche die Variationen der Musik interpretiert. House Dance wird von vielen anderen Styles wie afrikanischen und lateinamerikanischen Tänzen, Tap, Jazz, HipHop und Kampfsportarten wie Capoeira beeinflusst.

Anmelden: Clara Fasse, clara@themovement.ch

Leitung: Chantal Sieber, Tänzerin

Adresse: the movement spot/Zentrale Pratteln, Gallenweg 8 (6. OG),
4133 Pratteln, 061 823 71 46, info@themovement.ch,
www.themovement.ch

Kurstermin/e: Montag Abend (ausser in den Schulferien)

Kurszeit: gemäss Stundenplan www.themovementspot.ch

Contemporary (Fortgeschrittene)

Verein

Contemporary, auch Zeitgenössischer Tanz genannt, wird heute als Modern Dance bezeichnet und vereint verschiedenen Stilrichtungen. Contemporary entstand als Abgrenzung zum Ballett – im Tanzunterricht bewegt man sich am Boden, im Stehen und teilweise auch in der Luft.

Anmelden: Clara Fasse, clara@themovement.ch

Leitung: Marco Volta, Tänzer

Adresse: the movement spot/Zentrale Pratteln, Gallenweg 8 (6. OG),
4133 Pratteln, 061 823 71 46, info@themovement.ch,
www.themovement.ch

Kurstermin/e: Montag Abend (ausser in den Schulferien)

Kurszeit: gemäss Stundenplan www.themovementspot.ch

KlangYoga – Yoga in Verbindung mit Klangschalen

Privat

Im KlangYoga verbinden wir Klang und Yoga miteinander. Yoga kräftigt und dehnt den Körper, schult unsere Körperwahrnehmung und lässt uns achtsam sein. Klang besänftigt unseren Geist und hilft uns loszulassen auf allen Ebenen. Ruhe, Gelassenheit und Entspannung können sich ausbreiten. Eine wohltuende und kraftvolle Verbindung: Ankommen im Klang – Yoga im Klang – Entspannen im Klang.

Leitung: Daniela Hägler, Massage/Klang/Yoga/Pilates
079 341 33 00, daniela.haegler@me.com

Kurstermin/e: Donnerstag, fortlaufender Kurs, 18.00 bis 19.30 Uhr

Anmeldung: Einstieg jederzeit möglich – auch ohne Vorkenntnisse

Kursort: Mehrzweckraum, Hauptstrasse 50, Pratteln

Kosten: Fr. 25.– pro Lektion

Gyrokinesis®

Privat

Ein Training nach dem man sich frisch und belebt fühlt. Es mobilisiert alle Gelenke, löst Blockaden und schafft Platz in allen Gelenken. Die Übungen finden sitzend auf dem Hocker, stehend oder auf der Matte statt und sind für jedermann und -frau geeignet.

Leitung: Claudia Perretta, dipl. Physiotherapeutin
077 204 40 58, training@claudia-bewegt.ch

Kurszeiten: Einstieg jederzeit möglich,
Mo. 17.30 – 18.30 Uhr, Di. 11.30 – 12.30 Uhr, Mi. 10.00 – 11.00 Uhr

Kursort: Medical Health Therapie Center GmbH,
Schmiedestrasse 1, Pratteln

Kosten: Fr. 22.–/Einzeleintritt, Fr. 200.–/10erAbo

**Stolpern, Unsicherheit beim Gehen?
Eurythmie entdecken als Sturzprophylaxe**

Privat

Mit spannenden kleinen Übungen wird ein Verhältnis zum eigenen Körper entwickelt. Dadurch entsteht Sicherheit im Stand. Das Gleichgewicht wird gefördert und die Verbindung zum Erdboden wird spürbar deutlicher. Sicherheit und Stabilität für den Alltags ist das erwünschte Ziel.

Leitung: Barbara Ramp, Kunstpädagogin, Malerei und Eurythmie
079 504 00 64, info@rampart.ch, www.rampart.ch

Kurstermin/e: jeweils am Montag und Donnerstag-Morgen
13. Januar bzw. 16. Januar bis 30. März bzw. 2. April 2020,
9.00 – 10.30 Uhr
(Ausser Sport- und Fasnachtsferien: 22.2. bis 7.3.2020)

Anmelden: bis 19. Dezember 2019

Kursort: Kunststatt, Mittlerestrasse 25, Pratteln

Kosten: 400.–/10x

Zeit für dich – Meditation und Achtsamkeit

Privat

Stehst Du unter Stress und kannst schlecht abschalten? Möchtest Du lernen, wie Du Deine Gedanken zur Ruhe bringst? Möchtest Du die Kraft der Meditation als tägliche Energiequelle nutzen? An 5 Abenden zeige ich Dir in Theorie und Praxis verschiedene Möglichkeiten, wie Du zu Deinen Kraftquellen findest. Dabei begleiten und unterstützen uns auch immer die Klänge der tibetischen Klangschalen. Und damit Du das Gelernte einfacher im Alltag integrieren kannst, erhältst Du am Schluss eine CD mit nachhause.

Leitung: Ursula Imhof, dipl. Klangtherapeutin
061 821 90 88/076 675 82 55, info@im-einklang-leben.ch

Kurstermin/e: Donnerstag, 6.2./13.2./20.2./12.3./19.3.2020,
19.30 – ca. 21.00 Uhr

Anmeldung: bis 31. Januar 2020

Kursort: Mehrzweckraum, Hauptstr. 50, Pratteln

Kosten: 5 Abende: Fr. 175.–, max. 8 Teilnehmer

Klang und Stille in der Fastenzeit

Privat

Verzicht in der Fastenzeit schafft Raum für Neues. Beim Fasten regenerieren Körper, Geist und Seele. Möchtest Du diesen Prozess bewusst unterstützen? Möchtest Du einen Impuls setzen, um zum eigenen Rhythmus zurück zu finden? Wir tauschen einen Nachmittag Hektik und Stress gegen Stille und Besinnung, nehmen uns Zeit für uns selber und erleben die tiefgehende Wirkung der tibet. Klangschalen. Die Energie Deines Körpers darf aufladen, Deine Sinne werden geschärft und ein Glücksgefühl erfüllt Deine Seele.

Leitung: Ursula Imhof, dipl. Klangtherapeutin
061 821 90 88/076 675 82 55, info@im-einklang-leben.ch

Kurstermin/e: Samstag, 28.3.2020, 15.00 – ca. 18.00 Uhr

Anmeldung: bis 21. März 2020

Kursort: Mehrzweckraum, Hauptstr. 50, Pratteln

Kosten: Fr. 90.– (TN des Kurses «Zeit für Dich» Fr. 80.–) max. 8 Teilnehmer
Die Einnahmen gehen vollumfänglich als Spende zu Gunsten des ROKPA Kinderhaus in Nepal.

Meditationen zur Aktivierung der Chakren (Energiezentren)

Privat

Kursbeschreibung: In der geführten Meditation begleite ich die Gruppe mit bildhaften Worten und untermalt mit Musik in einen Zustand tiefster Entspannung wie der Traumzustand. Die Bildsprache der Seele wird mit phantasievollen Bildern & inneren Vorstellungen aktiviert. Die Chakren können so zur Aktivierung & Heilung gereinigt, harmonisiert & durchlichtet werden.

Details: <http://www.claudevoellmy.ch/Meditation.aspx>

Leitung: Claude Voellmy, Meditationslehrer + medialer Heiler,
061 821 04 61, info@claudevoellmy.ch

Daten: wöchentlich, 6x, 20.00–22.00 Uhr, Wochentag gem. Anmeldungen

Anmeldung: mit Wochentag bis 15.1.20, Beginn Woche 4 (ab 20.1.20)

Lokal: Pratteln, Schützenweg 20,

Eingang Erdgeschoss rechts, kleineres Haus

Kosten: Fr. 30.– pro Abend (nur besuchte Abende)

Seniorenwandergruppe Pratteln

Gruppe

Unsere Monatswanderungen finden in der Regel in der 3. Monatswoche jeweils Donnerstags statt.

Wanderdaten 2019: 12. Dezember

Wanderdaten 2020: 16. Januar, 20. Februar, 19. März, 16. April,

14. Mai, 18. Juni, 16. Juli, 20. August, 17. September, 15. Oktober,

19. November, 10. Dezember

Kontakt: Hansjörg Hürzeler, 061 821 11 18, huerzeler@teleport.ch,
www.ps-wandern.ch

Kosten: Fr. 4.– pro Wanderung

Wir suchen neue Wanderleitung.

Gedächtnisübungen für Seniorinnen und Senioren in Pratteln

Privat

In Pratteln findet neu jeden Mittwoch von 15.00 bis 16.00 Uhr das Senioren Brain-Gym statt.

Die Gymnastik zur Unterstützung der Hirnleistung wird von Rosa Calicchio durchgeführt. Sie schreibt auf ihrer Webseite: «Bewegung verhilft unserem Gehirn zur nötigen Vernetzung. «Use it or lose it». Unser Gehirn ist wie ein Muskel, sobald er nicht trainiert wird, lassen seine Fähigkeiten nach.»

Anmelden: Rosa Calicchio, 079 376 63 64 oder einfach vorbeikommen

Weitere Informationen:

www.senioren-brain-gym.com/senioren-brain-gym

Kurstermin/e: Mittwoch, 15.00 bis 16.00 Uhr

Kursort: Schlossschulhaus 56

Kosten: Fr. 10.– pro Stunde

KONTAKT / VORSTAND

freizeit + familie pratteln

Postfach 1018

4133 Pratteln 1

Präsidentin

Sylvie Anderrüti, Tel. 061 821 20 08,
praesidium@ffpratteln.ch

Kassier

Michael Blättler, Tel. 061 821 26 27,
kasse@ffpratteln.ch

Sekretariat

Monika Blättler, Tel. 061 821 26 27,
sekretariat@ffpratteln.ch

Ressort Freizeit

Petra Siegrist, Tel. 061 821 75 89,
freizeit@ffpratteln.ch

Ressort Bildung

Nathalie Drexler, Tel. 061 599 27 66,
bildung@ffpratteln.ch

Publikationen / Homepage

Beatrice Jäggi Fluck, Tel. 061 821 07 87,
kommunikation@ffpratteln.ch

Auflage: 9100 Ex

Erscheinungsdatum: Dezember 2019

Druck: Grempel AG, Pratteln

Fotos: Brigitte Demenga, themovement.ch, ps-wandern.ch,
werk-station.ch, Einwohnergemeinde Pratteln, Beatrice Jäggi.
Druck und Versand werden durch die Gemeinde Pratteln ermöglicht.

www.ffpratteln.ch



Postfach 1018
4133 Pratteln 1

