



KURS-INFORMATIONEN

Datum: Samstag, 24. Oktober 2026
Zeit: 13.30 – 17.30 Uhr
Ort: Schulungsraum Wohnschule, Delsbergerallee 53, 4053 Basel
Kosten: 35.- CHF
Kursleitung: Rebekka Berchtold (AmBeWo), Kathrin Wyss (AmBeWo), Esther Egli (AmBeWo),
Gruppengrösse: mindestens 6 Personen; maximal 14 Personen
Anmeldefrist: Die Anmeldefrist läuft bis und mit dem 06.09.2026

BESCHREIBUNG

- Wir lernen Übungen, die uns guttun.
- Wir sammeln Ideen, die uns helfen, wenn es uns nicht gut geht.
- Wir stellen einen persönlichen Glücksbringer her oder mischen einen Wohlfühltee.

ZU BEACHTEN

- Dieser Kurs wird in einfacher Sprache durchgeführt.
- Der Veranstaltungsort ist nicht rollstuhlgängig.



KURS·INFORMATIONEN

Datum:	Donnerstag, 15. Oktober 2026
Zeit:	Einlaufzeit 17.45 Uhr, Beginn 18 Uhr bis 19.30 Uhr
Ort:	Stiftung Mosaik Hohenrainstrasse 12c, 4133 Pratteln
Kosten:	20.- CHF
Kursleitung:	Edita Aguado (INBES), Christin Kieslich (INBES), Melanie Nyfeler (INBES)
Gruppengrösse:	mindestens 6 Personen; maximal 14 Personen
Anmeldefrist:	Die Anmeldefrist läuft bis und mit dem 11.09.2026

BESCHREIBUNG

Freizeit ist mehr als Zeitvertreib – sie gehört dir! In diesem Kurs geht es darum, eigene Interessen zu entdecken, Entscheidungen zu treffen und Freizeit selbst zu gestalten.

Die Teilnehmenden:

- Was gibt es für Angebotsplattformen für die Freizeit und was kenne ich schon
- Was interessiert mich
- Wie kann ich eine Teilnahme organisieren und wer/was könnte mich dabei unterstützen

ZU BEACHTEN

- Dieser Kurs wird in einfacher Sprache durchgeführt.



KURS-INFORMATIONEN

Datum: Mittwoch, 2. September 2026
Zeit: 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Ort: Stiftung Mosaik, Hohenrainstrasse 12c, 4133 Pratteln
Kosten: 20.- CHF
Kursleitung: Barbara Diethelm (INBES), Cédric Will (INBES) und Solange Burmeister (AmBeWo)
Gruppengrösse: mindestens 4 Personen; maximal 14 Personen
Anmeldefrist: Die Anmeldefrist läuft bis und mit dem 24.08.2026

BESCHREIBUNG

Die Teilnehmenden:

- erfahren, was für Wohnangebote und Wohnmöglichkeiten es gibt;
- wissen, was es bedeutet, in den jeweiligen Wohnformen zu leben;
- kennen mögliche Herausforderungen und Unterstützungsangebote.

ZU BEACHTEN

- Der Kurs findet in einfacher Sprache statt. Der Kurs soll auch die Möglichkeit bieten, Erfahrungen zu Alltags- und Lebenssituationen zu besprechen.



KURS-INFORMATIONEN

Datum:	Freitag, 18. September 2026
Zeit:	18:30 Uhr bis 20:00 Uhr
Ort:	Schulungsraum Wohnschule, Delsbergerallee 53, 4053 Basel
Kosten:	25.- CHF
Kursleitung:	Fanny Le Béver (AmBeWo)
Gruppengrösse:	mindestens 2 Personen; maximal 8 Personen
Anmeldefrist:	Die Anmeldefrist läuft bis und mit dem 18.08.2026

BESCHREIBUNG

Die Teilnehmenden:

- lernen französische Wörter;
- verbessern ihre Aussprache;
- machen kleine Rollenspiele zum Üben.

ZU BEACHTEN

- Eine kleine Pausenverpflegung ist im Preis inklusive.
- Für die Teilnahme sind keine besonderen Vorkenntnisse notwendig.

Stopp, hani gseit!

Opferhilfe beider Basel

WEN  DO

KURS-INFORMATIONEN

Datum: Mittwoch, 21. Oktober 2026
Zeit: 14.00 – 16.30 Uhr
Ort: Wird noch bekannt gegeben
Kosten: 35.- CHF
Kursleitung: Ruth Bonhôte (Opferhilfe), Livia Boscardin (Wendo) und Nathalie Brüderli (Wohnschule Basel)
Gruppengrösse: mind. 6 Personen, max. 10 Personen
Anmeldefrist: Die Anmeldefrist läuft bis und mit dem 31.08.2026

BESCHREIBUNG

Die Teilnehmenden:

- lernen eigene Grenzen zu nennen und diese wahrzunehmen
- wissen, was sie tun können, wenn andere Menschen diese Grenzen verletzen
- wissen, wo sie Hilfe und Unterstützung finden
- trainieren Techniken ein, um sich zu wehren und verteidigen
- erfahren, wie gut es tut, NEIN und STOPP zu sagen!

ZU BEACHTEN

- Dieser Kurs richtet sich nur an Frauen.
- Bitte bequeme Kleider und Schuhe tragen.

Stiftung Mosaik

Hohenrainstrasse 12c, 4133 Pratteln

T 058 775 28 00

info@stiftungmosaik.ch

<https://www.stiftungmosaik.ch>

