Regio aktu

Die grösste Zeitschrift der Nordwestschweiz. Dezember 2023

Getestet

Mit unserem Autor beim Freestyle-Jodeln

Dominik Muheim …

…packt den (Salzburger) Stier bei den Hörnern

Basler Advents zauber 2023

Was die Weihnachtsstadt zu bieten hat



Eisprinzessin

Mit EM-Bronze ist die Baslerin Kimmy Repond mitten in die Eiskunstlauf-Elite gesprungen. Nun steht die Saison der Bewährung an. Doch das sind längst nicht ihre höchsten Ziele.

schappo

Für Engagement im Alltag



Jenny Hartmann, Michael Oswald, Bruno Steiger, Basel, Foto: Martin Friedli, Basel

Der 51. schappo geht an

«Begegnungszentrum CURA»

«CURA» bietet Menschen mit einer chronischen Erkrankung und ihren Angehörigen fachkundige Beratung und Begleitung, um eine Strategie zur Bewältigung ihrer Einschränkungen zu entwickeln. Das Begegnungszentrum kann sich dabei auf die Unterstützung von elf freiwilligen Helferinnen und Helfern verlassen.

Evi Bösch, Charles Cahans und Konstanze Pfirter stehen stellvertretend für alle freiwillig engagierten Menschen im Team des «Begegnungszentrum CURA».

schappo fördert und anerkennt Engagement im Alltag.

Jetzt anmelden! Infos und Unterlagen: www.schappo.bs.ch oder 061 267 91 31.

Kanton Basel-Stadt

Hauptpartner

helvetia Ihre Schweizer Versicherung

BLKB Was morgen zählt

Medienpartner

telebasel

THEATER BASEL

Regio aktuell

EDITORIAL



LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER

Die Wahlen sind entschieden. Die Empfehlungsschreiben von Kandidierenden, die Partei-Flyer, sie liegen längst im Altpapier. Im Briefkasten hat es Platz für anderes, für die Spendenaufrufe der Hilfsorganisationen zum Beispiel. Schweizerisches Rotes Kreuz, Lungenliga, Vogelwarte Sempach: Sie alle und viele mehr wenden sich an uns. In bester Absicht und in guter Hoffnung, dass der eine oder andere private Franken auch auf deren Konto geht.

Ein einig Volk von Spendern

Die Hoffnung ist berechtigt: Laut der Spendenstatistik der Stiftung Zewo sind Herr und Frau Schweizer trotz Krisenzeiten grosszügig. Im 2022 wurde die Marke von zwei Milliarden Franken zum dritten Mal in Folge deutlich übertroffen. 80 Prozent der Haushalte spenden mindestens einmal pro Jahr, durchschnittlich beträgt die Spendensumme 360 Franken. Die Gelder von den über 13000 gemeinnützigen Stiftungen in der Schweiz noch nicht einmal eingerechnet. Chapeau!

«schappo», so heisst auch der Preis, mit dem der Kanton Basel-Stadt zweimal jährlich unentgeltliches und ehrenamtliches Engagement würdigt – und den wir als Medienpartner übrigens unterstützen. Auch diese Art zu spenden, ist in der Schweiz verbreitet: Der Bund schätzt das Gesamtvolumen von institutionalisierter und informeller Freiwilligenarbeit auf 80 Millionen Arbeitstage.

Wer Kleider, Schuhe und konkrete Hilfsmittel wie Schulbücher oder Medikamente abgibt, leistet Sachspenden. Mehrere 1000 Tonnen Hilfsgüter erreichen so jedes Jahr eine neue Bestimmung, neue Empfänger. Hinzu kommen die ganz persönlichen Formen einer Blut- und Organspende wie auch Paten- oder Mitgliedschaften. Diese Zahlen sind eindrücklich und belegen: Wir sind ein einig Volk von Spendern.

Falls Sie sich in obiger Aufzählung tatsächlich nicht finden konnten oder auch nicht wollten: Wenn Ihnen die nächste Steuerrechnung ins Haus flattert, dann ändern Sie doch einfach kurz die Perspektive. Buchen Sie das ab als Ihre edle Spende für die Eidgenossenschaft.



Thomas Kramer, Chefredaktor
thomas.kramer@birsforum.ch



Möbel Roth
schön wohnen gesund schlafen

Kleine Wünsche erfüllen mit *Lifetime*

Grosse Auswahl an Kindermöbel

Nachhaltiges Holz aus Europa

Hergestellt in Dänemark



Besuchen Sie unseren Onlineshop für weitere attraktive Angebote



Kägenhofweg 8, 4153 Reinach
T 061 711 86 16, Gratis Parkplätze

Ein DANKESCHÖN an unsere Kunden...

Das ECKHIRSCH-Team
wünscht fröhliche
und besinnliche
Weihnachten!

Freuen wir uns auf ein
schönes, neues Jahr!



ECKHIRSCH
IMMOBILIEN

Verkauf | Bewirtschaftung | Vermarktung | Beratung | Sanierung | Entwicklung

www.eckhirsch-immobilien.ch

SVIT BEIDER BASEL · SVIT STWE SCHWEIZ · SVIT MAKLERKAMMER · ZERTIFIZIERT SCHWEIZERISCHE MAKLERKAMMER · i Punkt zertifiziert Arbeit für Menschen mit Behinderungen

putzART
LIEGENSCHAFTSPFLEGE

Privatreinigung | Umzugs- und Baureinigung | Hauswartung | Gewerbereinigung

www.eckhirsch-putzart.ch

Allpura
Verband Schweizer Reinigungs-Unternehmen.
Association des entreprises suisses en nettoyage.
Associazione delle imprese svizzere di pulizia.

i Punkt zertifiziert Arbeit für Menschen mit Behinderungen

ZUKUNFTS-TAG

BLICK IN DEN MEDIENALLTAG

Raus aus dem Klassenzimmer, rein in die Berufswelt! Der vergangene 9. November stand schweizweit im Zeichen des Nationalen Zukunftstags.

Auch bei uns in der Redaktion. Regio aktuell ermöglichte Schülerinnen und Schülern, einen Blick in den Medienalltag zu werfen. Nach einer kurzen Einführung ins Verlagswesen stand die praktische Arbeit im Vordergrund – journalistisches Handwerk und die Kunst, Text und Bild in ein attraktives Layout zu bringen, standen auf dem intensiven, aber kurzweiligen Tagesprogramm, das unsere Jungautorinnen Jonna und Samira in ihrem ersten Artikel zusammenfassten. *tok*

Fotos: zVg



Jungjournalistinnen auf ihrer ersten Mission: Samira (l.) und Jonna bei ihrem Premiereninterview.



Auf die Arbeit folgt der verdiente Lohn beim Pizzaessen im nahen Restaurant, gemeinsam mit den weiteren zwölf Zukunftskids.



Zurück in der Redaktion wird mit höchster Konzentration geschrieben.



Mit Grafikerin Denise Vanne (M.) gestalten die beiden Nachwuchs-Reporterinnen die Seite im Magazin.



Glücksfall: Vor dem Interviewtermin stolperten Samira und Jonna quasi über das Foto-Shooting mit unserem Santichlaus (siehe Beilage «Basler-Adventszauber»).

UNSER ZUKUNFTSTAG

Liebe Leser und Leserinnen

Wir sind Jonna und Samira aus der 5c. Wir sind in der Primarschule in Basel und berichten von unserem Zukunftstag. Wir waren zu Besuch bei der Regio aktuell-Redaktion. Wir bekamen eine Führung durch das Gebäude und es wurden Sachen dazu erklärt. Es war spannend und hat viel Spass gemacht. Dann hat uns der Chefredakteur erklärt, wie ein Magazin entsteht. Danach bekamen wir ein «Gipfeli» und haben den Mitarbeitern über die Schultern geschaut. Wir durften sogar jemanden interviewen. Er hiess Stefan Plattner. Er organisiert ein Weihnachtsessen für Leute, die allein oder arm sind. Zum Mittagessen gab es in einem Restaurant Pizza und Salat. Dann sind wir wieder zurück in die Redaktion gegangen und durften Bilder für ein Weihnachtsmagazin aussuchen. Als wir sie ausgewählt hatten, durften wir eine ganze Doppelseite dekorieren und gestalten. Das war super toll und wir fühlen uns geehrt, dass wir am Ende des Zukunftstages diesen Artikel schreiben durften.

Danke fürs Lesen und noch viel Spass mit dieser Ausgabe!

Jonna und Samira

INHALT



Foto: Pino Covino

14–19
KIMMY REPOND
EISPRINZESSIN ZWISCHEN OLYMPIATRAUM, INSTAFEED UND KUSCHELN MIT MARIE

66
BALOISE SESSION
GUTE MUSIK UND VIEL PROMINENZ AN DER LEGENDÄREN KONZERTREIHE



Foto: Mingo Muscio



Foto: Pino Covino

9
UELI MÄDER
WESHALB SICH DER SOZIOLOGE TROTZ ALLER UNSÄGLICHKEITEN UNVERZAGT AUF 2024 FREUT

INHALT

Editorial	Ein einig Volk von Spendern	3
Aufgelesen	News aus der Region	6
Sagen Sie doch mal	Wie bleiben Sie trotz allem zuversichtlich, Ueli Mäder?	9
Community	Auf Drogen: Leserführung durch die Ausstellung «Rausch – Extase – Rush»	12
Titelgeschichte	Kimmy Repond: Eine Baslerin erobert die Eiskunstlaufwelt	14
Sport	Der nächste Schweizer Motorradweltweister? Noah Dettwiler im Porträt	30
Menschen	Mehr als *homo sapiens*: Transhumanist Mike Schaffner ist magnetisch	34
Lifestyle	Zweitwohnsitz Segelschiff	38
Getestet	Jo-Looo: Es ist noch kein Meistlerjodler vom Himmel gefallen	52
Gesehen!	Menschen aus der Region	66
All das mag ich	Dominik Muheim, komischer Geschichtenerzähler	74
Kultur und Unterhaltung		
Auftakt	Das Basler Marionetten Theater wird 80	54
Events & Tipps	Rock, Pop, Club, Jazz, Klassik, Theater, Ausstellungen	56
Rätselspass	Knobeln mit der ganzen Familie	66
Empfehlungen		
Essen & Trinken	Höllisch scharf und ebenso lecker	22
Aufgespiesst	Neuigkeiten aus der Genusswelt	25
Gesundheit	Herpesviren: leben mit dem blinden Passagier	42
Impressum		64

Titelbild: Pino Covino. Editorialbild: Christian Jaeggi. Die nächste Ausgabe erscheint am 9. Januar 2024

Klinik Arlesheim
... weil Gesundheit mehr bedeutet.

Ganzheitlich individuell in Medizin, Pflege und Therapie.



So individuell wie Du, so ganzheitlich unser Angebot.

Innere Medizin
Onkologie
Psychiatrie

AUFGELESEN



Foto: Copyright SRF/Pascal Mora

Die Hauptdarsteller (stehend v.l.): Meryl Marty, Roeland Wiesnekker, Dardan Sadik, Joel Basman, Esther Gemsch und Martin Rapold
Regie (sitzend vorne): Michael Steiner und Timo von Gunten.

«Die Beschatter» zum Zweiten

Basel als Bühne für eine aufwendig produzierte SRF-Serie? Gibt's seit vergangenem Jahr, den Beschattern sei Dank. Noch bis im Februar erfolgen nun die Dreharbeiten für die zweite Staffel, die dann Anfang 2025 auf die Bildschirme kommt. Neu dabei ist mit Joel Basman nicht nur der Star der Schweizer Filmszene, sondern mit Silvana Synovia auch die Neuentdeckung aus Frenkendorf. Und mit Meryl Marty und Martin Vischer sind ausserdem zwei Basler an Bord. *luc*



Foto: zVg/SRF

Undatiert und kultig: Autogrammkarte von DRS3-Moderator François FM Mürner.

FM im Feiermodus

«Meine Initialen stehen auf jedem besseren Radio.» François Mürner (74) war als Moderator nicht nur ein guter Werber in eigener Sache, sondern während vieler Jahre auch die Identifikationsfigur des ehemals amtlichen Störsenders DRS 3. Dieser wurde am 1. November 1983 als Reaktion auf den Vormarsch der Privatradios aus der Taufe gehoben. Vor zwei Wochen wurde im Rahmen einer kurzweiligen Samstagabend-TV-Nostalgie-Kiste der 40. Geburtstag gefeiert – und FM nochmals aus dem Plattenkeller geholt. *tok*



Foto: zVg/mediamt.com

«Irgendeinisch fingt ds Glück eim...»: Ex-Bachelorette Adela Smajic zieht in Thailand in den nächsten Rosenkrieg.

Zurück ins Paradies

Sie ist unsere stärkste Waffe in Sachen Trash-TV. Auch dank ihrer inneren Überzeugung: «Ich liebe es, an Reality-TV-Formaten teilzunehmen», offenbarte Adela Smajic (30) unlängst in ihrer baz-Kolumne. Wegen der Herausforderung. Wegen des Geldes. Und ja, auch wegen der Liebe. Um das Single-Dasein hinter sich zu lassen, versucht die Baslerin unter gleichgesinnten «Ehemaligen» ihren Prinzen zu finden. Wer schauen will, ob Adela diese zweite Chance packt: «Bachelor in Paradise» wird jeweils freitags auf RTL+ ausgestrahlt. *tok*



SAGEN SIE DOCH MAL



Foto: Pino Covino

Trotz aller Spannungen: Soziologe Ueli Mäder sähe in einer superharmonischen Gesellschaft eine grosse Gefahr.

«MANCHMAL FRAGE ICH MICH SCHON, WOHER MEINE ZUVERSICHT KOMMT»

Sagen Sie doch mal ... in dieser Rubrik stellen sich Persönlichkeiten aus der Region den Fragen von Regio aktuell. In dieser Ausgabe blickt Soziologe Ueli Mäder aufs 2024 – und ist trotz grassierendem Konsumismus, Kriegen und Klimawandel unverzagter Optimist.

Kriege in Nahost und der Ukraine, und auf eine weisse Weihnacht wagen wir auch nicht mehr zu hoffen; Herr Mäder, auf was können wir uns noch verlassen?
Viele Gewissheiten nehmen wir als so selbstverständlich hin, dass wir sie gar nicht mehr wahrnehmen; denken Sie nur an all das, was unter uns im Boden ist: Wasser, Strom, Internet. Ich kippe den Schalter, und das Licht geht an, was für ein Segen. Der weissen Weihnacht indes trauere ich übrigens tatsächlich nach, und es tut mir leid für die Kinder von heute, die das nicht mehr erleben.

Haben Sie ein Rezept dafür, mit all diesen schlechten Nachrichten umzugehen, eine Anleitung, ein positives Mindset zu behalten?
Rezepte sind mir immer zu einfach. Wichtig ist, die Probleme ernst zu nehmen und uns mit ihnen auseinanderzusetzen. Wir dürfen aber den Blick nicht verlieren für das, was alles funktioniert. Vieles ist doch unverschämt schön bei uns. Ich war gestern wandern; von der Landschaft zehre ich die nächsten Tage noch. Abends brachte ich dann unseren Müll raus und lauschte den Kindern, die singend mit ihren Räbeliechtli unterwegs waren. Das sind nur kleine Dinge, aber sie zeugen davon, wie sich Menschen engagieren.

«Die Flasche der Aufklärung ist entkorkt.»

Aber?
Leider funktionieren wir in einer Art, in der wir das oft nicht mehr wahrnehmen. Stattdessen neigen wir dazu, über die Dinge zu stolpern, die schwierig sind, anstatt an das anzuknüpfen, das uns verbindet. Ich meine das nicht plakativ; einfach mehr zu lächeln bringt nichts. Es ist doch so: Viele Menschen wollen einfach ein gutes Leben

führen. Und sie verhalten sich sehr sozial, ohne sich damit zu brüsten. Anders würde unsere Gesellschaft gar nicht funktionieren. Das ist eine grosse Kraft. Allerdings spüre ich seit gut 30 Jahren einen Drive des immer Schneller und Höher und Mehr in unserer Gesellschaft …

… was uns direkt zu Ihrem Lebensthema führt, der sozialen Ungleichheit und Armut.
Der Armutsbetroffenheit gilt mein Herzblut. Mehr sozialer Ausgleich ist bitter nötig. Heute muss es jedoch von allem mehr sein, und das auch immer schneller. Ich schimpfe auf dieses Getriebene, Konsumistische. Doch obwohl das so stark im Vordergrund steht, gibt es viele Menschen, die erkennen, dass weniger mehr sein kann. Doch ich will nichts verklären: Die Realität ist auch bitter. Unsere Eltern meinten, uns würde es einmal besser gehen als ihnen. Junge Eltern heute sehen das nicht mehr so positiv.

Und trotzdem sind Sie optimistisch?
Natürlich könnte ich eine Stunde lang darüber berichten, dass alles schlimmer wird. Aber ich kann eben auch eine Stunde lang darüber berichten, dass alles besser wird. Manchmal frage ich mich schon, woher meine Zuversicht kommt. Ein Beispiel: Viele Länder wollen den aktuellen Ost-West-Konflikt befrieden, denn sie wissen: Wenn zwei Elefanten streiten, leidet das Gras. Und sie haben recht.

«Wenn zwei Elefanten streiten, leidet das Gras.»

Nun haben wir kürzlich gewählt, und obwohl nicht nur der Sommer 2023 als heissester je in die Geschichte eingeht, sondern auch der Herbst, sind die Grünen die grossen Wahlverlierer. Wie kann das sein?
Ich bedaure das. Wieso handeln wir nicht, wo wir es doch besser wüssten? Wir laufen Gefahr, mit denselben Mitteln zu handeln, mit denen wir die Probleme erst verursacht haben. Das ist übrigens ein häufiger Mechanismus. Selbst unter den Armutsbetroffenen gibt es viele, die populistisch wählen. Wenn ich verunsichert bin, geben mir komplizierte Sachverhalte keinen Halt; klar in Gut und Böse einzuteilen hingegen schon.

Und trotzdem dieser Optimismus.
Ich habe unsere Gesellschaft früher viel autoritärer erlebt, weniger vielfältig. Diese Vielfalt, die die junge Generation heute quasi mit der Muttermilch aufnimmt, lässt sie differenzierter denken. Wir Alten schütteln oft den Kopf über die Jungen, dabei entwickeln viele neue Fähigkeiten, ich staune immer wieder. Sie nehmen teilweise anders wahr als wir. Natürlich gibt es eine gewisse Beliebigkeit, dieses Konsumistische, und natürlich nervt mich das. Ich wünsche mir eine von innen geleitete Motivation, aber letztlich sind es doch wir, die dieses Boni-System etabliert haben. Widersprüche gehören jedoch zum Leben. Und stellen Sie sich eine superharmonische Gesellschaft einmal vor. Ich sähe darin eine grosse Gefahr. Eine Gesellschaft der respektvollen Auseinandersetzung ist mir viel lieber.

Stattdessen sprechen die Medien von der Spaltung dieser Gesellschaft. Einverstanden?
Ich stimme nicht ein in dieses Lamento – trotz vorhandenen Spannungen. Wenn ich daran denke, wie früher die Fetzen flogen, dann sind wir heute nicht unkultivierter. Aber wenn wir verunsichert sind, verkriechen wir uns oft entweder ins Schneckenhaus, oder wir treten die Flucht nach vorne an. Aber Konflikte können auch verbinden. Sie mobilisieren ja auch wieder neue Kräfte. Die Flasche der Aufklärung ist entkorkt. Wenn wir Freiheiten für alle anstreben – und ich meine nicht diese egomanische Art der Freiheit –, dann hat das doch etwas Beflügelndes. Diese Kraft ist nicht gut fassbar, aber sie ist da. Und ich will fast meine Hand dafür ins Feuer legen, dass sie stärker ist als bornierte Spaltungen.

Keine Angst, sich zu verbrennen?
Nein. Wir müssen merken, dass wir alle verlieren, wenn wir so weitermachen. Darum müssen wir über die Bücher: Wir müssen mehr für die Umwelt tun und bescheidener, einfacher leben, darin sind sich auch viele Mächtige einig. Nur ist das noch nicht Mainstream.

Sie sagen «noch» nicht.
Wer weiss! Wie gesagt: Ich bin eher Optimist. Die Chancen, Lebensqualität zu verwirklichen, standen wohl noch nie so gut wie heute. Vielleicht waren sie aber noch selten so bedroht. Das ist brisant. Aber jeder noch so kleine Schritt ist doch immerhin ein Schritt.



Foto: Pino Covino

Immer in Bewegung: Ueli Mäder macht sich nicht nur unentwegt Gedanken zu Weltenlauf und Gesellschaft; er ist auch begeisterter Sportler.

Schritte können auch für Distanz sorgen; wie legitim ist Abgrenzung vom Weltgeschehen? Müssten wir als Gesellschaft nicht ein schlechtes Gewissen haben, gerade zur Weihnachtszeit?
Abstand ist legitim. Ich verstehe, wenn Menschen zu sich schauen und gewisse Nachrichten kaum mehr sehen mögen. Wir leben in einer Gesellschaft der vielen Möglichkeiten, aber auch der hohen Erwartungen. Wollen wir diese Erwartungen alle erfüllen, kommen wir in Stress, und wer gestresst ist, kann weniger helfen. Darum ist es wichtig, Grenzen abzustecken. Das schafft Kapazitäten, sich an anderer Stelle zu engagieren.

Als Friedens- und Konfliktforscher haben Sie sich immer wieder in Kriegshotspots der Welt engagiert. Inwiefern betrifft Sie der Konflikt in Nahost persönlich?
Sehr – wie uns alle. Für Vorträge war ich selber mehrfach in Tel Aviv und Jerusalem. Es beeindruckte mich dabei sehr, wie offen Orthodoxe und Linke Debatten führten. Da flogen zwar auch oft die Fetzen, aber das waren recht konstruktive Gespräche. Dieser Austausch stimmt mich hoffnungsvoll – auch wenn mich die mangelnde Bereitschaft, Friedensgespräche zu führen, erschreckt.

Apropos Hoffnung: Feiern Sie Weihnachten?
Ich mag die Weihnachtszeit sehr, schon als Kind. Für mich ist es eine Zeit der Ruhe und Einkehr. Wir feiern in der Familie, die Kinder kommen und die Enkel, wir musizieren, machen vielleicht einen Waldspaziergang, und das Essen steht nicht im Vordergrund.

Und die Geschenke?
Jeder bringt ein kleines Geschenk, und die losen wir dann jeweils zu. Ich sage nicht, dass das andere auch so machen müssten, aber für uns ist es eine gute Form. Weihnachten ist für uns kein Kommerz, sondern stimmige Gelassenheit.

Interview: Lucas Huber

ZUR PERSON

Ueli Mäder (72) ist emeritierter Professor für Soziologie, während zehn Jahren leitete er auch den Studiengang Friedens- und Konfliktforschung an der Universität Basel. Sein Lebensthema ist die soziale Ungleichheit. Er war Mitbegründer der linken Partei POCH und hätte wohl auch Handballprofi werden können. Fussball spielt er bis heute. Mäder ist in Rheinfelden zuhause.

SCAN ME
SCHRÄNKE | KÜCHEN | BADMÖBEL | ALUOFFICE
MÖBEL SO INDIVIDUELL WIE SIE.
WWW.BARD.CH
BARDAG® INDIVIDUELLER MÖBELBAU MÜNCHENSTEIN
BARD AG | Dammstrasse 56 | 4142 Münchenstein | T. +41 61 416 90 00 | bard@bardag.ch | www.bard.ch



Fotos: zVg

JETZT BRENNT'S EDEL

Wie funktionieren eigentlich Destilliergeräte? Ein Rundgang durch die Brennerei Zuber wird Klarheit schaffen.

Baselland ist das Reich der blühenden Kirschbäume. Im Frühjahr. Jetzt aber befinden sich die Hochstämmer im Winterschlaf, an deren letzte Bluescht erinnert allenfalls noch ein Selfie von der Familienwanderung oder ein Schluck Kirsch – destilliert, abgefüllt und gelagert zum Beispiel von der Ernst Zuber AG in Arisdorf. Hinter dieser Firma verbirgt sich eine der traditionsreichsten wie auch modernsten Spezialitätenbrennereien in der Schweiz. Dort hat sich am Abend des 10. Januars Regio aktuell zu einem Besuch angemeldet. Brennmeister Andreas Gerber wird eine exklusive Gruppe von Leserinnen und Lesern durch den Betrieb führen und sein Handwerk erläutern. Was passiert eigentlich im Gärtank? Wie funktionieren die Destilliergeräte? Worauf muss man beim Brennen besonders achten? Diese Fragen und noch viele mehr wird uns Andreas Gerber fachkundig beantworten. Und weil er auch zu den ganz wenigen Edelbrand-Sommeliers zählt, dürfen wir uns auch auf eine lehr- und genussreiche Verköstigung diverser Hauspezialitäten freuen. tok

Plätze für Führung zu gewinnen

Regio aktuell nimmt zehn Leserinnen und Leser inkl. Begleitperson mit auf eine Führung durch die Ernst Zuber AG in Arisdorf mit. Der Anlass findet statt am Mittwoch, 10. Januar 2024, von 18 bis 20 Uhr. Mitmachen unter regioaktuell.com/wettbewerb. Teilnahmeschluss ist der Sonntag, 10. Dezember. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden im Anschluss benachrichtigt. Viel Glück!

Glückliche Gewinner

Regelmässig verlosen wir Konzerttickets, Bücher und vieles mehr. Die Redaktion bedankt sich bei allen Leserinnen und Lesern für die rege Teilnahme an unseren Aktionen und Wettbewerben und gratuliert den glücklichen Gewinnerinnen und Gewinnern.

Baschi
Julia Asch, Niederdorf

Bligg
Sabrina Bolliger, Riehen
Nelson Correia, Aesch

BuchBasel
Sandrine Oberli, Pfeffingen
Henriette Zaugg, Basel

Sexy – Triebfeder des Lebens
Sandro Comini, Basel
Rosmarie Fehr, Oberwil
Aurellia Galliot, Basel
Therese Haefele, Breitenbach
Denise Meister, Reinach
Claudia Mutschler, Basel
Eva Rajman, Basel
Heidi Rebmann, Witterswil
Tanja Roth, Rheinfelden
Chris Tree, Reinach

Schreiben Sie uns

Liebe Leserin, lieber Leser. Was gefällt Ihnen an Regio aktuell, worüber haben Sie sich gefreut, was vermissen Sie und was können wir noch besser machen? Gerne lassen wir uns inspirieren, damit diese Zeitschrift noch lesenswerter wird. Ihre Meinung ist uns wichtig! Wir freuen uns über Ihre Anregungen per Post oder E-Mail. Bitte beachten Sie, dass Zuschriften ohne genaue Namens- und Adressangaben nicht berücksichtigt werden können. BirsForum Medien GmbH, Regio aktuell, Malsmattenweg 1, 4144 Arlesheim, redaktion@regioaktuell.com

RAUSCH IM MUSEUM

«Rausch – Extase-Rush» bis am 30.6.2024 im Historischen Museum Basel. hmb.ch



Fotos: Mimmo Muscio

«Je nach Gemütslage, Umgebung und Rauschmittel wird der Zustand des Rausches positiv oder negativ bewertet», erläutert Wanja Gerber vom Historischen Museum Basel.

Seit jeher hat der Mensch das Bedürfnis, sich zu berauschen. Was fasziniert uns an diesem veränderten Bewusstseinszustand? Und welche Risiken bringt er mit sich? Mit diesen Fragen beschäftigten sich Leserinnen und Leser von Regio aktuell während einer Führung durch die aktuelle Ausstellung des Historischen Museums Basel.

Basel, ein Abend Anfang November. Während sich Jugendliche auf dem Barfüsserplatz an der Herbstmesse dem Geschwindigkeitsrausch hingeben, gehen Leserinnen und Leser von Regio aktuell in der Barfüsserkirche der Frage nach, was Rausch eigentlich ist und weshalb sich der Mensch seit jeher gerne in diesen erweiterten Bewusstseinszustand versetzt. Die Antwort, das zeigt die Ausstellung «Rausch» im

«Diese Ausstellung verändert deine Wahrnehmung.»

Historischen Museum, liegt in unserem Gehirn: Es verfügt über ein Belohnungssystem, das beispielsweise durch Zucker, Bewegung oder Körperkontakt, aber auch durch Substanzen wie Alkohol, Nikotin und andere Drogen aktiviert wird. Das ist einerseits angenehm, kann andererseits aber auch zu Abhängigkeiten führen, wenn unser Gehirn nach immer mehr Belohnung verlangt.

Ambivalentes Verhältnis

Unser Verhältnis zum Rausch, das zeigt auch eine kurze Umfrage von Museumsmitarbeiter Wanja Gerber unter den Leserinnen und Lesern, ist ambivalent: Je nach Gemütslage, Umgebung und Rauschmittel wird der Zustand positiv oder negativ bewertet. «Tatsache ist aber», so Gerber, «dass der Mensch den Rausch schon immer gesucht hat.» Die multimediale Ausstellung verdeutlicht, dass in allen Kulturen der Welt pflanzliche Rauschmittel für religiöse und gesellschaftliche Rituale verwendet wurden. Eine Theorie besagt sogar, dass der Mensch nur sesshaft wurde, um Wein und Bier produzieren zu können.

Die in drei Sprachen gehaltene Ausstellung selbst wertet den Umgang des Menschen mit Rauschmitteln nicht. Vielmehr zeigt sie, dass die Akzeptanz bestimmter Substanzen einem sozialen Wandel unterliegt: So wurde LSD einst als Heilmittel in der Psychotherapie eingesetzt, bis der Missbrauch der Droge durch die Hippiekultur zu einem Verbot führte. Heute wird LSD von der Psychotherapie wiederentdeckt. Wie sich LSD-Entdecker Albert Hofmann auf seiner berühmten Velofahrt durch Basel gefühlt hatte, kann man in der Ausstellung übrigens selbst auf einem alten Fahrrad nachempfinden. Der Rundgang lässt die Besucherinnen und Besucher auch die eigene Haltung zu Rauschmitteln hinterfragen: Warum ist beispielsweise Alkohol an Partys weit verbreitet und akzeptiert, am Arbeitsplatz aber verpönt? Bewerten wir denjenigen, der in der Gartenwirtschaft ein Bier trinkt, anders als den, der es vor dem Supermarkt aus der Dose trinkt? «Diese Ausstellung verändert deine Wahrnehmung», warnt ein Schild die Besucher. Auf jeden Fall erweitert sie die Sichtweise auf ein urmenschliches Bedürfnis.



Trip auf dem Fahrrad: Pedalend lässt sich LSD-Entdecker Albert Hofmanns berühmte Velofahrt durch Basel nachempfinden.

Béatrice Koch



Was ist ein Rausch? Warum ist der Zustand beim Menschen so beliebt? Die Antwort liegt in unserem Gehirn.



Kimmy Repond

...und in diesem Winter die ganze Welt

Die Basler Eiskunstläuferin Kimmy Repond hat vor einem Jahr mit EM-Bronze die Schweiz verzückt. Heute ist sie ein international gefeierter Star – und trotz all des Rummels und der Ehren immer noch «die gleiche Kimmy». Doch ihre Ziele sind hochgesteckt.

Text: Tobias Gfeller, Fotos: Pino Covino

Mit 17 fokussiert sich Kimmy Repond voll aufs Eiskunstlaufen. Ihr Bronzelauf an der Europameisterschaft 2023 in Finnland (im Bild) soll dabei nur der Anfang sein.



Wenn Kimmy Repond unterwegs ist, fehlt ihr ihre Birmakatze Marie am meisten. Bei der Rückkehr sind ausgiebige Kuscheleinheiten obligatorisch.



Ernährung im Spitzensport ist zentral; Kimmy Repond setzt auf selbstgemachte Smoothies.

Entspannt sitzt Kimmy Repond im Wohnzimmer im Haus ihrer Eltern im Gellert-Quartier. Die 17-jährige Baslerin erzählt von den vergangenen Monaten, in denen sich in ihrem Leben so vieles verändert hat. Denn quasi über Nacht wurde aus der vielversprechenden Nachwuchshoffnung der jüngste Stern am Eiskunstlaufhimmel. An den Europameisterschaften in Finnland war sie im vergangenen Januar als Aussenseiterin gestartet – und kehrte mit Bronze nach Hause.

Irgendwo fläzt Chihuahua Miyu, Birmakatze Marie schläft in der Küche. Repond mag Tiere, und wenn sie für ihren Beruf durch die Welt jettet – und das ist ziemlich oft der Fall –, vermisse sie Marie am allermeisten. «Wenn ich dann nach Hause komme, wird erst einmal gekuschelt.» Und auch wenn die junge Sportlerin gern unterwegs ist, so bedeutet ihr doch jede Heimkehr ein grosses Glück: «Ich bin wirklich gern zuhause, hier fühle ich mich wohl.»

Kimmy Reponds Erfolg an der EM kam selbst für Eiskunstlauf-Insider überraschend, entsprechend gross war der Rummel danach. «Die zwei Wochen nach der EM waren wirklich intensiv und aufregend, aber auch anstrengend», sagt sie – «gerade weil ich mich zeitgleich noch für die Maturaprüfungen vorbereiten musste.»

«Früher krachte es öfter im Training»

Voller Fokus auf den Sport

Mit zwei weiteren Top-Ten-Ergebnissen an der Juniorinnen-Weltmeisterschaft in Kanada und der Weltmeisterschaft der Elite in Japan bewies sie, dass die Bronzemedaille kein Zufall war. Und das mit nahezu fehlerfreien Läufen, obwohl sie erst drei Monate vor ihrem Medaillencoup in Finnland ihren ersten Wettkampf bei den Profis überhaupt absolviert hatte. Ganz nebenbei bestand sie übrigens auch die Matura, und zwar souverän. «Trotzdem bin ich noch die gleiche Kimmy wie zuvor; das alles hat mich gar nicht verändert.»



Hiphop-Kurs mit Schwester Caline: Das Tanzen fördert die Beweglichkeit und beugt Verletzungen vor.

Die «gleiche Kimmy» bedeutet: leidenschaftliche Eiskunstläuferin, Familienmensch, Katzenliebhaberin. Alles andere hat im Prinzip auch gar keine Zeit. Denn nach der Matura im vergangenen Sommer an einer britischen Privatschule in Basel – notabene komplett auf Englisch – konzentriert sich Kimmy Repond voll auf den Sport. Und das soll in den kommenden Jahren auch so bleiben.

Neu im Team: Olympiasiegermacher

Schliesslich will sie nicht nur ihren Erfolg an der kommenden EM im Januar in Litauen bestätigen, sondern eines Tages auch an Weltmeisterschaften auf dem Podest stehen. Dort ist die Konkurrenz mit den Nordamerikanerinnen und Asiatinnen weitaus grösser. Nach dem achten Rang an der vergangenen WM sagt sie dennoch selbstbewusst: «Natürlich wäre es ein Traum, irgendwann eine WM-Medaille zu gewinnen.» Erst einmal stehen nun aber die Schweizermeisterschaften auf dem Kalender, an denen Kimmy Repond erstmals bei der Elite um Gold laufen wird. Und genau das ist natürlich auch ihr Ziel: Gold. Ihre sportliche Planung reicht derweil bis zu den Olympischen Spielen 2026 in Italien.

Dass sich Kimmy Repond einen respektablen Status in der Szene erarbeitet hat, zeigt sich nicht nur am Neuzugang, der ihr Team seit dieser Saison verstärkt. David Wilson hat schon Choreografien für Olympiasiegerinnen und Weltmeisterinnen entworfen. Der Kanadier verbrachte im September eine Woche in Basel, um mit Repond an den neuen Programmen zu feilen.

Beleg für ihre Reputation ist auch die Einladung ans diesjährige «Japan Open» Anfang Oktober. Am exklusiven Wettbewerb treten jeweils zwei Athletinnen aus Japan, Nordamerika und Europa gegeneinander an, allein die Teilnahme ist eine grosse Ehre.

Schon als Kind frei von Lampenfieber

Zurück zu Wilson und dem neuen Programm, an dessen Ursprung stets die Musik stehe, wie Repond erklärt. Sie, die schon als Kind Klavier spielte, hat Musik und Bewegung quasi im Blut. «Dann versuchen wir, die Elemente passend zur Musik, den Takten und den Akkorden einzubauen. Den Einstieg ins Programm studieren wir jeweils erst am Schluss ein.» Ihr Ziel dabei sei immer, auf dem Eis eine Geschichte zu erzählen.

Ihre neue Kür etwa beginne langsam und werde musikalisch und von den Abläufen her immer schneller. «Im letzten Drittel kann ich meine volle Energie ausleben und damit das Publikum und die Preisrichter hoffentlich abholen.» Was belegt: Kimmy Repond liebt den grossen Auftritt: Während anderen vor Publikum die Knie zittern, blüht sie erst richtig auf. Sie sei schon als kleines Kind gern im Mittelpunkt gestanden und habe von der grossen Bühne geträumt.

Diese erlebte sie erstmals mit 13 Jahren, als sie zum ersten Mal bei «Art on Ice» im Zürcher Hallenstadion mit den Besten der Welt zu Livemusik übers Eis glitt. Von Lampenfieber keine Spur: «Ich war gar nicht nervös, obwohl 10 000 Zuschauer in der Halle waren. Ich konnte den Moment richtig geniessen.»

Mittlerweile sind einige erfüllte Träume hinzugekommen. Gleichwohl weiss Kimmy Repond ganz genau, woran sie noch arbeiten muss. Es sind Details, wie der Einsatz der Kanten auf dem Eis, bei Elementen noch tiefer in die Knie zu gehen oder das



Im Kraftraum: Eiskunstlauf basiert nicht nur auf Talent, Beweglichkeit und viel Training; fast ebenso wichtig ist die Kraft.



Kimmy Repond mit ihrem langjährigen Choreografen David Vincour.



Nicht ohne Maske, Handschuhe und Socken: In der Cryo-Kammer herrschen minus 110 Grad Celsius.



Kimmy Reponds ältere Schwester Jérômie ist seit acht Jahren auch ihre Trainerin.



Mit Schwung und einem Lächeln zu den nächsten Erfolgen – im Januar an der EM in Litauen, im März an der WM in Kanada und 2026 an den Olympischen Spielen in Italien.

Spiel mit den Preisrichtern und dem Publikum. Ihre Läufe sollen ruhiger werden, ihr Ausdruck femininer.

In all diesen Belangen kann sie auf ihre ältere Schwester Jérômie zählen, die seit acht Jahren ihre Haupttrainerin ist. Auch sie war bis zu einem Unfall ambitionierte Eiskunstläuferin. Dass die grosse Schwester auch Trainerin ist, sei nicht immer einfach, sagt Kimmy Repond. Ihre Beziehung habe darunter aber nie gelitten.

Bis sechs Stunden Training am Tag

«Früher kam es allerdings öfter vor, dass es im Training krachte. Zu Beginn sah ich in ihr vor allem meine Schwester und weniger meine Trainerin. Aber heute funktioniert das super.» Sie könne es mittlerweile sehr gut akzeptieren, wenn die Schwester sie als Trainerin kritisiere. «Ich bin ihr auch sehr dankbar, dass sie mich so unterstützt.» Und abseits vom Eis seien sie ohnehin ganz gewöhnliche Geschwister.

... und nach der Sportkarriere Chirurgin?

Auch Sidonie, die älteste der vier Repond-Schwestern, ist als selbstständige Mentaltrainerin und Sportpsychologin Teil des Teams Kimmy. Es wäre allerdings falsch zu denken, Kimmy sei eine Art Familienprojekt, das von frühauf gefördert wurde, wie es etwa im Tennis oft vorkommt. «Wir haben einfach einen sehr starken Zusammenhalt und teilen die Liebe zum Eiskunstlauf», erklärt Repond die besondere Konstellation innerhalb der Familie.

Darin spielt auch die jüngste Schwester Caline (10) eine Rolle, schliesslich wird sie ab und zu von Kimmy trainiert. Mutter und Vater Repond mischen sich derweil in sportliche Belange nicht ein. Doch ohne Mami Claudia, die Kimmy vor allem als Fahrerin und mentale Stütze zur Seite steht, wäre der Aufwand, den der Profialltag fordert, nicht zu stemmen.

Kimmy Reponds Trainingseinheiten dauern bis zu sechs Stunden am Tag und bestehen neben dem Eistraining auch aus Physiotherapie, Fitnesstraining und neu auch Hiphop-Tanz. Dieser dient der Verletzungsprävention und fördert die Beweglichkeit. Zum Tanzen hat sie Jérômie überredet, den Tanzkurs besucht sie nun einmal in der Woche mit Caline.

Zentrales Element in Reponds Verletzungsprävention ist aber die Cryo-Therapie, bei der sie während gut drei Minuten in einem Raum bei minus 110 Grad verweilt. «Das stärkt das Immunsystem, die Muskulatur und schützt allgemein vor Verletzungen», sagt sie. Und das ist auch nötig, schliesslich geht sie für den Erfolg bisweilen an ihre Grenzen.

Für ihr jugendliches Alter weiss Kimmy Repond sehr genau, was sie will. Dass sie dabei bereits heute über die Sportkarriere hinausblickt, überrascht darum nicht. Irgendwann möchte sie nämlich Medizin studieren. In welche Richtung es dann konkret gehen soll? Das sei noch weit weg. «Chirurgie interessiert mich. Aber es ist Vieles möglich.»

Am liebsten einfach zuhause

Studieren würde sie auf jeden Fall in Basel. Sie hänge an ihrer Heimat, auch wenn sie mittlerweile viele schöne Städte gesehen habe. Ihre rare Freizeit verbringt sie gern zuhause, ohne gross unterwegs zu sein. «Natürlich bin ich ab und zu in Basel unterwegs, um essen zu gehen etwa. Aber ich bin gerne einfach zuhause, lese, schaue einen Film oder gehe in die Sauna. Ich mag es gemütlich, gerade weil ich sonst so viel unterwegs bin.» Und weil mittlerweile auch ihre Social-Media-Kanäle einiges an Zuwendung benötigen. Auf Instagram zählt sie über 180 000 Follower, und ihre Clips auf Tiktok zeigen nicht nur Grazie; sie sind auch genauso witzig wie frech.

Kimmy Repond braucht nicht viel, um glücklich zu sein: das Eis, ihre Schlittschuhe, die Familie, Katze Marie – und ab und zu etwas Ruhe im sonst vollgepackten Sportalltag.

Publireportage



EIN UNVERGESSLICHES ROOFDECK-JAHR FÜR UPTOWNBASEL

Der Dachgarten auf dem Pioneer-Gebäude 44B im Innovationscampus von uptownBasel wurde dieses Jahr bis spät in den Herbst hinein intensiv genutzt. Nun sind die Sonnenschirme geschlossen. Die Roofdeck-Saison ist definitv vorbei und die Menschen ziehen sich wieder in das spektakuläre Gebäude zurück.



In den beiden oberen Stockwerken hinter dem spektakulären Fassadenträger verbergen sich 10000 m² attraktive Büroflächen für 400 Arbeitsplätze mit vielen Treffpunktzonen und lauschigen Innenatrien.

Mitarbeiter von im Innovationscampus uptownBasel niedergelassenen Firmen können jeweils am Samstag das Roofdeck auch für private Zwecke nutzen.



Fotos: zVg

Auf dem Dachgarten werden die Schatten sichtbar länger. Die Sonne steht bereits schon tief am südlichen Horizont und verursacht schöne Lichtspiele. Es ist offensichtlich: Der Herbst ist da.





Architekt Hans-Jörg Fankhauser ist mächtig stolz auf das von ihm entworfene Pioneer-Gebäude 44B auf dem Innovationscampus von uptownBasel.

Das mehrheitlich weibliche Planungsteam von Fankhauser Architektur ist sichtbar zufrieden über das architektonische Gesamtkunstwerk des spektakulären Pioneer-Gebäudes.





Ein Highlight auf dem Roofdeck ist der 30 m² LED-Bildschirm in höchster Qualität für Präsentationen und Filmabende.

Die Temperaturen werden merklich kühler, der grosse LED-Bildschirm ist abgestellt, die Sonnenschirme sind geschlossen. Nur noch die leise Musik fasziniert die Besucher und bringt sie zum Staunen.





Eine geniesst noch die letzten Sonnenstrahlen: Dorina Birsanu, Master of Science in Biomedical Engineering und Innovation Scout bei Fankhauser Arealentwicklungen.

FANKHAUSER
architektur &
arealentwicklungen

uptown
Basel

uptownBasel AG
Schorenweg 10, 4144 Arlesheim

Für Feinschmecker
mit Appetit auf mehr

«Farbe und Schärfe entscheiden sich erst am Schluss.»



In Indien werden Currys vor allem im Sommer genossen. Die scharfen Gerichte fördern die Schweissbildung und senken die Körpertemperatur.

SCHARFMACHER

Wir sprechen nicht von Politikern, die man auf einer Skala von links bis rechts einordnet. Unseren Scharfmacher misst man in Scoville: die Schärfe der Früchte der Paprikapflanze, die wir in der Schweiz Peperoncini nennen.



Fotos: Cédric Bloch

Jasdeep «Jassy» Singh, Herr und Meister im Restaurant Cardamom in Basel.

Die Verwirrung beginnt bereits bei der Begrifflichkeit. Eigentlich heissen die Früchte Chili, abgeleitet vom Wort Chilli der Nahuatl-Sprachfamilie, die von Teilen der aztekischen Ureinwohner in Mexiko gesprochen wurde. Damit ist mindestens schon mal geklärt, woher die Kultivierung dieser scharfen Frucht und ihre Verwendung in den Speisen ihren Anfang nahm. Im Tal von Tehuacán im Hochland von Mittelmexiko wurde schon vor knapp 9000 Jahren «Chile» angebaut. Von dort haben sie sich durch Vögel und sehr viel später auch durch Menschen weiter ausgebreitet. Mit Chili meint man in der Tex-Mex-Küche aber vor allem das Gericht Chili con carne und bezeichnet die Frucht als Chili Pepper. Im deutschsprachigen Raum wird die Frucht als Paprika bezeichnet, den Begriff hat man aus Ungarn übernommen, mit welchem man sich früher mindestens auf kulinarischer Ebene gut verstanden hat. In der Schweiz sind uns diesbezüglich die Italiener näher und wir nennen die Frucht hier Peperoncini.

Für die Schärfe in Chili ist das Capsaicin verantwortlich, ein Öl, das von an der Samenwand befindlichen Drüsenzellen gebildet wird. Im Gegensatz zu Stoffen, die die Geschmacksnerven auf der Zunge reizen und damit für die Geschmacksempfindungen süss, sauer, salzig, bitter und umami verantwortlich sind, verursacht Capsaicin einen Hitze- respektive Schmerzreiz, vergleichbar dem Kältereiz durch Menthol.

Nicht nur Südamerika, auch Asien ist für scharfe Kochstile bekannt. So unter anderem die chinesische, indonesische, thailändische, koreanische und indische Küche. Um mehr über die Art des scharfen Genusses zu erfahren, haben wir uns mit Jasdeep «Jassy» Singh, Herr und Meister im Restaurant Cardamom am Basler Barfüsserplatz, unterhalten. Als erstes mussten wir erfahren, dass wir Zentraleuropäer scharfe Gerichte zur völlig falschen Jahreszeit essen. Hier erfreuen wir uns vor allem in der kalten Jahreszeit beim «Inder» an den exotischen Gerichten, die wir dann gerne extra scharf bestellen. Die scharfen Chili-Sorten werden aber in Asien vor allem in warmen Regionen während des Sommers geschätzt. Die durch das Capsaicin verursachte Hitzeempfindung fördert die Schweissbildung, was die Körpertemperatur senkt. So erklärt uns Jassy, dass südindische Gerichte auch deutlich schärfer sind als die, welche im Norden genossen werden.

Jassy spricht, wenn er von indischen Kochgewohnheiten erzählt, auch viel häufiger von warmen und kalten Gewürzen und nicht von scharf oder mild. Diese Unterscheidung hat ihren Ursprung in der ayurvedischen Heilkunde. Zu den wärmenden Gewürzen zählen unter anderem schwarzer Kardamom, Zimt, Gewürznelken, schwarzer Pfeffer und Kreuzkümmel.

Diese Gewürze sind alle Bestandteile von «Garam Masala». Garam heisst «heisses Gewürz» und Masala heisst Mischung. Fast jeder Koch und jede indische Familie schwört auf ihr eigenes Rezept. Jassy erzählt uns, dass er Garam Masala den vier Jahreszeiten anpasst. Im Hochsommer,

Indisches Butter Chicken

600 g Pouletbrust gewürfelt

Für die Fleisch-Marinade

- 4 Knoblauchzehen, gepresst
- 2 EL Joghurt 3,5% Fett
- 3 EL Olivenöl
- ½ Zitrone, Saft
- ½ TL Kurkuma
- 1 TL Chili- und Paprikapulver, Garam Masala, Salz & Pfeffer nach Geschmack

Für die Sauce (Masala)

- ca. 60 ml Öl zum Anbraten z.B. Sonnenblumenöl
- 4 Knoblauchzehen
- ca. 15 g Ingwer
- 1 grosse Zwiebel, gewürfelt
- 80 g Butter
- 60 g Cashewnüsse
- 500 ml passierte Tomaten oder 5 frische Tomaten (gewürfelt)
- 200 ml Halbrahm

Gewürze

- ½ TL Kurkuma
- 1 TL Paprika-, Chili-, Korianderpulver, Garam Masala, Kreuzkümmel, Salz & Pfeffer nach Geschmack
- ¼ TL Zucker
- frische gehackte Kräuter für Deko, z.B. Petersilie oder Koriander
- 1 TL Chiliflocken (hot), optional

Zubereitung

Fleisch und alle Zutaten für die Marinade in einer Schüssel mischen, zugedeckt ca. 20–30 Minuten ziehen lassen. Knoblauch und Ingwer schälen und in einem Mörser zu einer Paste stampfen. Öl in Pfanne erhitzen und Zwiebeln darin anschwitzen. Die Hälfte der Butter darin schmelzen lassen. Knoblauch-Ingwer-Paste, Gewürze und Cashewnüsse dazugeben und weitere 30–40 Sekunden mit anschwitzen. Mit passierten Tomaten ablöschen. Rundherum schön anbraten. Einmal alles aufkochen, Hitze reduzieren. Mit geschlossenem Deckel für ca. 6 Minuten köcheln lassen.

Die Pfanne mit der Sauce vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Währenddessen das Fleisch beidseitig scharf anbraten und zur Seite legen. Das Fleisch muss nicht ganz durchgebraten sein, da es später nochmals in der Sauce köchelt. Die abgekühlte Sauce mit dem Mixer oder Pürierstab cremig mixen. Zurück in die Pfanne geben, Rahm dazugeben und nochmals kochen lassen. Mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. Falls nötig mit etwas Wasser verdünnen, dann nochmals köcheln lassen.

Fleisch vorsichtig in die köchelnde Sauce geben, die andere Hälfte der Butter zugeben. Alles nochmals für 3–5 Minuten mit geschlossenem Deckel köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Optional: Etwas Chiliflocken darüber verteilen. Mit frischem Koriander oder flacher Petersilie toppen und geniessen.



Fast jeder Koch schwört auf sein eigenes Rezept – auch Jassy.

Fotos: Cédric Bloch

wenn der Körper Kühlung braucht, ersetzt er die warmen Gewürze des Winters mit Fenchel und grünem Kardamom, die eine kühlende Wirkung haben.

«Garam Masala» ist quasi die Basis fast jedes indischen Gerichts mit Sauce. Die Farbe und Schärfe entscheiden sich erst am Schluss. Kurkuma macht ein Gericht gelblich, Paprikapulver rötlich. Süsse kommt von Kurma und Cashew-Nüssen, die Schärfe von frisch (!) gemahlenem Pfeffer und Ingwer. Chili wird in Indien übrigens tendenziell weniger verwendet, als wir hier meinen und manchmal aus Übermut bestellen.

Und wenn, dann eben vor allem im Sommer, wenn man etwas mehr schwitzen möchte, um sich abzukühlen. Hitzige Politiker sollten also immer wieder mal ein bisschen Peperoncini geniessen, um sich abzukühlen.

Tom Wiederkehr



AUFGESPIESST

Neuigkeiten aus der Genusswelt



Sandwiches, Snacks, Kuchen usw.: Das Backwerk kommt am 30. November an die Streitgasse in Basel.

Foto: z/g

FRISCHE SNACKS UND FRISCHER WIND

Am 30. November eröffnet BackWerk, der renommierte Snack-Anbieter aus Deutschland, seine erste Filiale in Basel als Teil der Valora Food Service Schweiz AG. Der neue Laden befindet sich an der Streitgasse 4 im Herzen der Stadt. BackWerk offeriert täglich frisch zubereitete, hausgemachte Snacks und Getränke. Das Angebot erstreckt sich von Säften und Smoothies über Sandwiches, Snacks, Kuchen und Gebäck bis hin zu Kaffee und anderen Getränken. **BackWerk Basel, Streitgasse 4, 4051 Basel, 041 289 64 64, back-werk.ch**



Das legendäre Ristorante Da Roberto zieht von der Küchengasse an den Barfüsserplatz.

Foto: z/g

Da Roberto bald am Barfi

Im April 2024 verlegt das Ristorante Da Roberto, seit 1968 in Basel in der Küchengasse ansässig, seinen Standort an den Barfüsserplatz, genauer gesagt in das ehemalige Kohlmanns. Nach der Fasnacht 2024 schliesst das Restaurant Kohlmanns. Das komplette Team von Da Roberto wird übernommen und ab April 2024 im neuen Restaurant am Barfüsserplatz tätig sein. Geschäftsführer Leonardo Tavormina bleibt dem Da Roberto erhalten. **Ristorante Da Roberto, Steinenberg 14, 4051 Basel, 061 205 85 50, da-roberto.ch**

Neuzugang am Voltaplatz

Am 9. Oktober feierte das Libelle Café Bar Restaurant Premiere. In einer einladenden Atmosphäre präsentiert das Lokal am Voltaplatz eine vielfältige Auswahl an Speisen und Getränken. Das gesamte Angebot ist auch als Lieferservice erhältlich. Die kulinarische Palette reicht von italienischen Klassikern wie Pizza und Pasta bis hin zu hausgemachten Fleischspezialitäten. Das Restaurant eignet sich sowohl für einen kurzen Lunch als auch für gesellige Abende mit Freunden. **Libelle Café Bar Restaurant, 4056 Basel, 061 482 11 11**



Kulinarische Bereicherung für den Voltaplatz: Am 9. Oktober hat das Libelle eröffnet.

Foto: z/g



Kunstvoll dekorierte Gipfeli sind die Spezialität im Le Croissant.

Foto: z/g

VERLOCKENDE NASCHEREIEN

Die neue Konditorei Le Croissant öffnete am 28. Oktober ihre Türen. Das kleine Lokal hat sich auf süsse, kunstvoll verzierte Gipfeli spezialisiert, die in den sozialen Medien grosse Beliebtheit geniessen. Die Croissants sind in zehn verschiedenen Geschmacksrichtungen erhältlich, darunter Pistazie, Erdbeere und Karamell. Die Füllungen werden kunstvoll auf den Gipfeli platziert und mit verschiedenen Toppings wie Nüssen, Früchten und Schokolade veredelt. **Le Croissant, Elisabethenstrasse 39, 4051 Basel, Instagram: @lecroissant_basel**

Texte: Jessica Manurung, Instagram: basel_eats

Publireportage

VIELFALT FÜR INDIVIDUELLE ENTFALTUNG

Die Eingliederungsstätte Baselland ESB bietet Menschen mit Unterstützungsbedarf die Chance, ihre Fähigkeiten zu entwickeln und Eigenverantwortung zu steigern.

«Ich war so klein, als ich hier vor viereinhalb Jahren meine Arbeit aufgenommen habe», sagt Nadja Raffl-Döbeli und zeigt auf den Boden. 16 Jahre zuvor hatte sie ihre Lehre als Büroassistentin EBA abgeschlossen, und nach zwölf Jahren in ihrer Rolle als Mutter erhielt sie die Möglichkeit, dank ihrer Tätigkeit in der Administration am Hauptsitz der Eingliederungsstätte Baselland ESB in Liestal neue Energie zu tanken und Mut zu schöpfen. Schritt für Schritt wurde sie an die verschiedenen Tätigkeiten herangeführt und übernahm mehr und mehr Verantwortung in der Buchhaltung. «Neu bin ich jeweils am Donnerstagvormittag für den Empfang mitverantwortlich und bediene Kunden am Schalter sowie am Telefon», sagt sie. Man spürt, wie sehr der Kontakt mit den Menschen ihren Alltag bereichert.

Schritt für Schritt

Bereits seit zehn Jahren ist Alessio Di Salvo für die ESB tätig. Er sitzt allerdings nicht am Laptop und setzt sich mit Excel-Tabellen und eingehenden Telefonaten und Mails auseinander: Sein Reich ist die Grossküche der ESB an der Schauenburgerstrasse. «Wir bereiten hier an den Wochentagen 400 Mahlzeiten für die verschiedenen Standorte vor. Wir meiden Fertigprodukte und arbeiten mit frischen Zutaten. Für unser Essen erhalten wir viel Lob», sagt Di Salvo. Auch er lernte das Handwerk in der Küche Schritt für Schritt und übernahm Woche für Woche mehr Selbstverantwortung. Seine Erfahrung, seine Motivation und seinen spürbaren Stolz gibt er heute in der Küche an weitere Mitarbeitende mit Unterstützungsbedarf weiter.

Mehr Selbstständigkeit

«Ob in der Produktion, in der Gastronomie, in der Administration oder im Verkauf: Die ESB bietet eine wachsende Vielfalt an Tätigkeiten, damit jede und jeder ganz nach den individuellen Bedürfnissen gefördert werden kann», freut sich Daniel Seeholzer, Vorsitzender der Geschäftsleitung der ESB. Und das Angebot wächst laufend weiter: Neu kommt die Flexor GmbH unter das Firmendach der ESB und wird die Möglichkeiten an Tätigkeiten weiter bereichern.

Das Ziel, eine möglichst breite Auswahl an Möglichkeiten bieten zu können, verfolgt die ESB aber nicht nur im Segment Arbeit, sondern auch in den weiteren Tätigkeitsfeldern Tagesgestaltung, Ausbildung und Wohnen.


Foto: zVg

Mechanische Betriebe sind Teil der ESB-Vielfalt

Über 100 Menschen finden bei der ESB einen Ort zum Wohnen an verschiedenen Adressen zwischen Oberbaselbiet und Basel. Je nach Unterstützungsbedarf und persönlicher Situation wird hier der Grad an Begleitung und Gemeinschaft angepasst. Einige ziehen das Wohnen im städtischen Umfeld vor, andere fühlen sich auf dem Land deutlich wohler. «Sei es nun bei der Arbeit, bei der Tagesgestaltung oder beim Wohnen: Unser Ziel ist schlussendlich immer, die Selbstständigkeit der Menschen Schritt für Schritt zu fördern», sagt Daniel Seeholzer.


Foto: Nimmo Muscio

Daniel Seeholzer, Alessio Di Salvo und Nadja Raffl-Döbeli stehen für die Vielfalt.

Eingliederungsstätte Baselland ESB

Eingliederungsstätte Baselland ESB
Schauenburgerstrasse 16
4410 Liestal
T 061 905 14 84
esb@esb-bl.ch, esb-bl.ch


Fotos: zVg

Im Restaurant Lerchenstube kann man sich in schöner Atmosphäre kulinarisch verwöhnen lassen.

HÜTTENFEELING HINTER DEN GLEISEN

Das Restaurant Lerchenstube im Bredella Village direkt beim Prattler Bahnhof entführt die Gäste in eine Winterlandschaft, die weit über Weihnachten hinaus verzaubert.

Rotweiss karierte Vorhänge, Felle auf den Stühlen, Pflanzen zwischen den Tischen und ein Davoser Schlitten an der Decke – im Restaurant Lerchenstube ist Hüttenfeeling garantiert. Das öffentliche Restaurant mitsamt Barbetrieb, Feuerschalen und Tipi nebenan lädt zum gemütlichen Nachtessen im Kleinen und zum Fest im Grossen ein. Wirt Felix Bielser und seinem Team ist es gelungen, direkt beim Bahnhof Pratteln ein liebevoll eingerichtetes Gastronomieangebot mit den stets zur Jahreszeit passenden Köstlichkeiten zu erschaffen. Hörnli mit Gehacktem, Entrecôte, Fondue oder Raclette – um nur eine Auswahl zu nennen – aktuell herrscht in der Lerchenstube im Bredella Village Winterzeit. Das zeigt sich auch vor der Stube. Das Areal ist zurzeit mit Tannenbäumen in Weihnachtsstimmung gehüllt.

Während die Lerchenstube als klassisches Restaurant mit gemütlichem Hüttenfeeling daherkommt, bietet das Tipi mit Feuerschale und Grillring eine Prise Abenteuer, bei dem auch mal ein DJ auflegt oder eine Stubete abgehalten wird. Hinzu kommen der Salzbohrturm als Buvette, den im Vorfeld des Eidgenössischen Schwing- und Älplerfests in Pratteln im Eventdorf viele Menschen liebgewonnen haben, und das Lerchenstübli für das kleine Grüppchen. Im Frühling wird dann wieder der Swimmingpool aufgestellt.

Mitte August eröffnet, sind die Rückmeldungen für das Restaurant Lerchenstube bisher hervorragend. Das Ambiente wurde von Gästen schon mehrfach als «heimelig» beschrieben, verrät Felix Bielser. «Das Ambiente in der Lerchenstube und im Tipi kommt sehr gut an. Es wird auch geschätzt, dass wir mit der Buvette und dem Tipi Zusätzliches anbieten können, was ein normales Restaurant nicht hat.»

Optimal für unvergessliche Feste

Vom Apéro draussen am Feuer über das Mehrgangmenü in der Lerchenstube bis zum Absacker im Tipi – Felix Bielser und sein Team bieten alles, was einen unvergesslichen Anlass mit der Firma, zum Geburtstag oder Hochzeit ausmacht. «Unser Angebot hat sich schon bei mehreren Anlässen von Gruppen und Gesellschaften bewährt», betont Bielser. «Die Lerchenstube bietet weit über Weihnachten hinaus den perfekten Rahmen für ein schönes Essen und ein tolles Fest.»

Der Name «Bredella Village» als Überbegriff leitet sich von der gleichnamigen räumlichen Entwicklung im Gebiet rund um den Bahnhof ab. Direkt am Bahnhof Pratteln gelegen, ist bei der Lerchenstube dafür gesorgt, dass jede und jeder mit dem öffentlichen Verkehr bestens nach Hause kommt. «Wir haben hier Zugverbindungen nach Basel, ins Laufental, ins Ergolztal und ins Fricktal. Dazu kommen das Tram und mehrere Buslinien», erklärt Felix Bielser. Es habe aber auch kostenlose Parkplätze.



Bredella Village
Wasenstrasse 10, 4133 Pratteln
Felix Bielser
079 242 70 50
info@bredella-village.ch
bredella-village.ch

Publireportage

EXKLUSIVER SCHLAFKOMFORT

Ihr Schlaf, Ihre Regeln! Bei Actiroom Swiss AG in Reinach können Sie aktiv an der Herstellung Ihrer Schlafausstattung teilnehmen. Von der Matratze über den Lattenrost bis zum Bettrahmen – alles wird in Ihren gewünschten Grössen und Materialien gefertigt. Die Neueröffnung des Fachgeschäfts ermöglicht es Ihnen, direkt ab der Manufaktur zu kaufen. Tauchen Sie ein in eine Welt des exklusiven Schlafkomforts, die ganz Ihren Vorstellungen entspricht. Machen Sie Ihr Schlafzimmer zu Ihrem persönlichen Rückzugsort!



Alles beginnt mit einer präzisen Abstimmung Ihrer Präferenzen und Körpergegebenheiten. Mithilfe einer Sensorliege analysieren wir Ihren Körperbau am Computer. Unser erfahrenes Team steht bereit, basierend auf diesen Erkenntnissen die optimale Schlafkombination zu gestalten.



Gemeinsam mit den Kunden wird entschieden, aus welchem Material der Überzug bestehen soll. Je nach Stoff wirkt die Matratze wärmer oder kälter. Ist die Auswahl getroffen, kann die Produktion beginnen. Die Matratzenmanufaktur befindet sich gleich hinter dem Showroom und kann auf Wunsch besichtigt werden.



Das motivierte Actiroom-Team erwartet Sie gern an der Kägenstrasse 10 in Reinach.

Das Schlafberaterteam erklärt präzise die Stützen und Einlagen in Ihrer massgeschneiderten Matratze. Zusätzliche Komfortelemente wie Schurwolle und andere edle Materialien werden sorgfältig ausgewählt, um Ihren Schlafkomfort perfekt zu machen. Gemeinsam gestalten wir jedes Detail Ihrer individuellen Schlafwelt.





Marko, der Meister des Schaumstoffs mit 25 Jahren Erfahrung, steuert präzise die CNC-Maschine. Hier werden die Schichten Ihrer Matratze millimetergenau zugeschnitten. Qualität, die sich bewährt und auf die Sie sich verlassen können.





Konfektionsexperte Geng fügt die einzelnen Module aus der Maschine präzise zur fertigen Matratze zusammen. Danach folgt der vom Kunden gewählte Überzug, und voilà – die individuell auf den Körperbau zugeschnittene Schlafunterlage ist bereit. Bei Veränderungen am Körper sind spätere Anpassungen problemlos möglich. Qualität, die mit Ihnen wächst.



Willkommens-Gutschein CHF 200.– beim Kauf einer Matratze

gültig bis am 31.3.2024

ACTIROOM
SWISS FOAM MANUFACTORY

Actiroom Swiss AG
Kägenstrasse 10, 4153 Reinach
T 061 733 08 50
actiroom@acticom.ch
actiroom.ch
Mo–Fr 8.00–17.00 Uhr
oder Termin



«Ich lerne die Strecken unter anderem an der Playstation kennen.»

Noah Dettwiler in voller Fahrt: Im August schnupperte er beim Österreich Grand Prix zum ersten Mal WM-Luft und fuhr gleich als 20. ins Ziel.

AUF DER ÜBERHOLSPUR

Noah Dettwiler aus Hofstetten-Flüh fährt in der kommenden Saison in der Motorrad-Weltmeisterschaft. Neben Fahrkünsten braucht der 18-Jährige dann auch seine Ellbogen.

«Daran muss ich sicher noch arbeiten», sagt Noah Dettwiler wenige Tage nach seinem zweiten Einsatz in der Moto3-WM in Indonesien. Der 18-Jährige meint die Aggressivität auf der Rennstrecke. «Ich muss lernen, noch mehr meine Ellbogen auszufahren.» Nötig sei dies vor allem beim Start und in den ersten Runden, wenn das Feld jeweils noch dicht beisammen ist. Das Sympathische und Offene, das den vielsprachigen Flüher charakterlich auszeichnet, muss er auf der Strecke zur Seite legen. «Geht das Helmvisier runter, kennt man niemanden mehr.»



Die ersten Pokale gewann der kleine Noah im Motocross.

In den kommenden zwei Saisons fährt Noah Dettwiler für das CIP Green Power GP-Moto3-Team des Franzosen Alain Bronec. Für dieses durfte er kurzfristig bereits in der abgelaufenen Saison in Indonesien als Ersatz für den verletzten Stammfahrer starten. Im August schnupperte Dettwiler mit einer Wildcard ausgestattet beim Österreich Grand Prix zum ersten Mal WM-Luft. Er habe schon gespürt, dass in einem WM-Rennen mit härteren Bandagen gefahren wird. Noah Dettwiler kennt von den 22 WM-Strecken, die in der kommenden Saison gefahren werden, nur die wenigsten. Was abenteuerlich tönt, ist im Motorsport dank der rasanten Entwicklung der Spielkonsolen längst Realität. «Ja, ich lerne die Strecken unter anderem an der Play Station kennen.»

Für den WM-Traum ausgewandert

Für die Karriere zog Noah Dettwiler vor vier Jahren nach Spanien, dem Mekka des Motorradsports. Weil es hierzulande keine Rennstrecke gibt, seien die Voraussetzungen für Schweizer Fahrer schwierig, gibt Dettwiler zu bedenken. An das Reisen hat sich der neue Schweizer Töff-Star längst gewöhnt. In der kommenden Saison sind neun der insgesamt 22 WM-Rennen in Übersee.

Ein Weltmeister als Manager

Mit dem Rennfieber infiziert wurde der kleine Noah in jungen Jahren von seinem Vater. Knapp drei Wochen nach dem ersten Besuch eines Motocross-Rennens stand eine kleine Rennmaschine im Kinderzimmer. Von da an war es um den Flüher geschehen. Doch erst vor fünf Jahren wechselte Noah Dettwiler vom Motocross in den Strassenrennsport. In gewissen Rennsituationen merke er, dass er gegenüber anderen Fahrern einen Lernrückstand hat. «Dafür bin ich besser, wenn es zu regnen beginnt», sagt Dettwiler selbstbewusst. Dass der Schritt in die Moto3 schon so früh klappt, hat Noah Dettwiler auch seinem Manager Tom Lüthi (37) zu verdanken. Der Berner wurde als bislang letzter Schweizer Weltmeister. Er könne viel von Lüthi lernen, betont Dettwiler. Eine Karriere wie der Berner, der rund 20 Jahre in der Weltmeisterschaft fuhr, würde der Flüher sofort unterschreiben. Inklusiv dem Weltmeistertitel natürlich.

Tobias Gfeller



Ist er neuer Schweizer Töff-Star? Nach seinem ersten WM-Einsatz nimmt Noah Dettwiler Glückwünsche entgegen.

Fotos: zVg



Das Nachwuchstalent ist immer gefragter – auch für Interviews.

Für alle, die Hilfe zuhause brauchen



Rundum-Betreuung ab CHF 6200 pro Monat

Von wenigen bis 24 Stunden. Respektvoll, von Krankenkassen anerkannt.

Tel 061 205 55 77
www.homeinstead.ch

Home Instead
Zuhause umsorgt

Zur Person

Als gebürtige Baslerin mit Tessiner Wurzeln verbrachte Carole Zumsteg-Sacher ihre Kindheit bis hin zur Maturität auf dem Basler Bruderholz. Das anschliessende Jurastudium in Freiburg absolvierte sie zweisprachig und schloss dieses 2009 mit dem Titel Master of Law ab. Sie spricht fünf Sprachen: deutsch, italienisch, französisch, englisch und spanisch. Bereits während des Studiums sammelte sie erste Erfahrungen im Immobilienbereich. Mittlerweile ist Carole Zumsteg-Sacher seit 14 Jahren in der Branche tätig.



Foto: zVg

DER RICHTIGE ZEITPUNKT FÜR DEN HAUSVERKAUF

Die Inhouse Immobilien GmbH gehört zu den Top-Adressen auf dem Immobilienmarkt. Inhaberin Carole Zumsteg-Sacher erklärt den richtigen Zeitpunkt eines Hausverkaufs.

Sie sind seit 15 Jahren als Immobilienmaklerin tätig und mit Ihrer Firma, der Inhouse Immobilien GmbH, helfen Sie nun seit 9 Jahren Haus- und Wohnungseigentümern, ihre Liegenschaften zu verkaufen. Wie lautet Ihre Erfolgsformel?

Carole Zumsteg: Dass wir so gut auf dem Markt aufgestellt sind, ist der Beweis dafür, dass man mit Transparenz, Fachwissen, Fleiss und ehrlicher Arbeit weit kommt. 90 Prozent der Liegenschaftsverkäufer nehmen dank Weiterempfehlungen Kontakt mit der Inhouse Immobilien GmbH auf. Ein grösseres Lob gibt es nicht.

Was zeichnet einen guten Makler aus?

Jeder Kunde und jede Liegenschaft sind anders. Man muss die Situation gut und schnell einschätzen können. Unsere Aufgabe ist, das Haus oder die Wohnung rasch und zu einem guten Preis zu verkaufen. Bei der Inhouse Immobilien GmbH sind ein gesunder Ehrgeiz und der nötige Elan an der Tagesordnung. Dabei darf die menschliche Komponente natürlich nicht fehlen.

Wer sind Ihre Kunden?

Ob es nun um eine kleine Wohnung oder eine grosse Villa geht – wir setzen uns für jede Liegenschaft mit vollem Engagement ein. Das bedeutet, wir müssen anpassungsfähig sein und uns in verschiedenen Welten zurechtfinden.

Wie arbeiten Sie konkret?

Wir entlasten die Verkäufer, indem wir sie vom ersten unverbindlichen Gespräch und der Besichtigung bis hin zum Vertragsabschluss beim Notar unterstützen. Dank unserer Erfahrung sind wir in der Lage, massgeschneiderte Lösungen für jede Immobilie zu erarbeiten und mögliche Stolpersteine aus dem Weg zu räumen. Da helfen mir auch mein Hintergrund als Juristin und die eidgenössische Ausbildung als Immobilienvermarkterin.

Wie beraten Sie Ihre Kunden?

Ich begegne unseren Kunden auf Augenhöhe, mache keine Versprechungen, die ich nicht halten kann und spiele keine Spiele, nur um ein Mandat zu bekommen. Das alles merkt der Kunde. Wir sind ein Team und haben dasselbe Ziel. Die Kunden sind bei der Inhouse Immobilien GmbH keine Nummern. Ausserdem ist uns Transparenz und Diskretion sehr wichtig.

Macht es Sinn, die Liegenschaft vor dem Verkauf noch zu renovieren?

Eine Liegenschaft ist wie eine Visitenkarte – der erste Eindruck bei potentiellen Käufern ist entscheidend. Um den Grundeindruck zu optimieren, lohnt es sich, gewisse Dinge mit geringem Aufwand optisch aufzuwerten. Einen Teppich entfernen, ein Möbelstück umstellen, den Garten zurechtstutzen. Einrichten ist meine Leidenschaft, weshalb ich ein Auge für Details habe. Renovieren im klassischen Sinne würde ich aber vor einem Verkauf nicht.

Wie gut sind Sie vernetzt?

Wer in dieser Branche Erfolg haben will, muss über ein grosses Netzwerk verfügen und sowohl den regionalen als auch den überregionalen Markt kennen. Wir können auf diverse Fachkräfte zurückgreifen – seien dies nun Anwälte, Notare, Banken, Investoren, Architekten oder Handwerker.

Wann ist ein guter Zeitpunkt, sich von seinem Haus zu trennen?

Grundsätzlich sollte man sich aus freien Stücken entscheiden – und nicht, weil einen vielleicht die Gesundheit dazu drängt. Wer das Ganze früh genug an die Hand nimmt, kann alles nach seinen Bedingungen und Wünschen regeln. Da momentan die Hypothekarzinsen stetig steigen, die Liegenschaftspreise in der Region jedoch immer noch auf einem hohen Niveau sind, ist es wirtschaftlich betrachtet sicherlich ein guter Zeitpunkt, wenn man ohnehin mit dem Gedanken spielt, sich zu verändern. Wir stehen bei diesem Schritt gerne beratend zur Seite.

IIII INHOUSE IMMOBILIEN

Inhouse Immobilien GmbH
Gundeldingerstrasse 180A, 4053 Basel
T 061 271 71 10
inhouse-immobilien.ch



Während der Adventszeit gibt es in Basel 18 versteckte Weihnachtsoasen zu entdecken.

Fotos: zVg

ES WERDE LICHT IN DEN BASLER INNENHÖFEN

Vom 23.11. bis zum 23.12.2023 verwandeln sich auserwählte Basler Innenhöfe in idyllische Weihnachtsoasen. Die versteckten Höfe laden dazu ein, die Adventszeit stressfrei und in magischer Atmosphäre zu geniessen.

Die traditionsreichste Weihnachtsstadt der Schweiz glänzt dieses Jahr mit einer Neuheit: Wer sich in der Adventszeit dem Trubel der Weihnachtshektik für einen Moment entziehen möchte, kann in ganz besondere Welten eintauchen. «Zauberhöfe in Basel» lautet die diesjährige Weihnachtskampagne von Basel Tourismus und lädt Besucher*innen aus aller Welt ein, in besinnlichen Weihnachtsoasen zu verweilen.

Rein in die Zauberwelten

Während der Adventszeit sind viele damit beschäftigt, den Verpflichtungen für das Jahresende nachzugehen. Die Weihnachtsatmosphäre wird oftmals nicht vollumfänglich genossen. Um dort anzusetzen, sollen die Besucher*innen in diesem Jahr die Möglichkeit erhalten, in Zauberhöfe einzutauchen und für einen Moment innezuhalten. Letizia Elia, Direktorin von Basel Tourismus, berichtet über die Kampagne: «Unsere schönen Basler Innenhöfe verlieren im Winter viel zu sehr an Magie. Oftmals sind die geschichtsträchtigen Höfe während der Weihnachtszeit dunkel und verlassen. Mit den Zauberhöfen möchten wir Akzente der Entschleunigung und der Besinnlichkeit setzen und den Zauber auch im Winter in die Innenhöfe bringen. Die Weihnachtsoasen garantieren eine wohlverdiente Auszeit fernab vom hektischen Alltag.»

Lichtermeere und kulinarische Höhepunkte

Die Kampagne wurde zusammen mit dem Basler Original Johann Wanner ins Leben gerufen. Der stadtbekannte Hersteller und Händler von handgefertigtem Weihnachtsschmuck begeistert jährlich zahlreiche Besucher*innen mit seinem prachtvoll geschmückten Weihnachtsbaum auf dem Münsterplatz. In diesem Jahr hat Basels «Père Noël» aber gleich einen ganzen Innenhof festlich dekoriert. Der Spalenhof, direkt neben Johann Wanners Weihnachtshaus gelegen, erstrahlt seit dem 23. November in weihnachtlichem Glanz und sorgt für Besinnlichkeit und ruhige Momente. Der «Zauberhof by Johann Wanner» ist jedoch nur einer von insgesamt 18 versteckten Zauberhöfen in Basel.

Wer sich bei Abenddämmerung auf einen Spaziergang durch die Stadt begibt, erlebt eine Entdeckungstour durch wunderschöne, magische Innenhöfe. Es lohnt sich, gleich mehrere Höfe zu besuchen, denn alle haben ihren ganz einzigartigen Charme. Ob Lichtermeer, Weindegustation, Ugly-Christmas-Sweater-Contest oder Pop-up-Bars – die Zauberhöfe der Restaurant-, Hotel- und Kulturbetriebe überzeugen mit ihrer Kreativität! Auch Innenhöfe für architektonisch und geschichtlich Interessierte erheitern die Gemüter.

Wer sich von strahlenden Lichtern und üppigem Weihnachtsschmuck in den Bann ziehen lassen möchte, kann noch bis am 23. Dezember 2023 in die Zauberwelten eintauchen. Für Auswärtige lohnt sich der Besuch des weihnachtlichen Basels in diesem Jahr besonders: Mit dem Pauschalangebot «Winter-Special» erhalten Gäste bei der Übernachtung eine BaselCard pro Person sowie einen StadtBonBasel im Wert von CHF 50 pro Zimmer.

Zauberhöfe

Jetzt die 18 Zauberhöfe und ihre Öffnungszeiten ausfindig machen unter basel.com/zauberhoefe
Highlights der Basler Weihnacht entdecken unter baslerweihnacht.ch
Das Pauschalangebot «Winter-Special» buchen unter basel.com/winter-special



Fotos: Cédric Bloch

ÜBER DAS MENSCHLICHE HINAUS

Der Basler Transhumanist Mike Schaffner (32) hat schon einige Chips und Magnete im Körper. Bald will er mit einer Linse seine Sehschärfe um ein Vielfaches verbessern.

Vor zehn Jahren, mit 22, hat Mike Schaffner am Küchentisch den ersten Chip implantiert. «Natürlich unter sterilen Bedingungen und mit Hilfe einer Pflegefachfrau.» Mit dem Chip, der seither in der Mulde zwischen Daumen und Zeigefinger sitzt, kann er das Handy freischalten, Kontakte speichern und Türen öffnen. Zudem hat er seit 2018 je ein Implantat in den Ringfingern beider Hände. Die implantierten Magnete haben etwa die Grösse eines Reiskorns. «Wenn ich in die Nähe eines Magnetfeldes komme, spüre ich leichte Vibrationen», erzählt Schaffner. Dank den Magneten hat er neben den fünf Sinnen Sehen, Schmecken, Hören, Tasten und Riechen eine Art sechsten Sinn für magnetische Felder. «So kann ich mehr die Realität, in welcher wir leben, wahrnehmen, was für mich absolut faszinierend ist.»

Mike Schaffner ist ein Transhumanist. Der Begriff stammt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie «über das Menschliche hinaus». Figuren wie Superman, Batman oder Ironman haben ihn von klein auf in ihren Bann gezogen. «Schon als Kind faszinierten mich Superkräfte und die Verschmelzung von Mensch und Maschine.» Als er die Chips einsetzte, habe es schon Menschen gegeben, die sich fragten, ob er schizophren sei. «Aber ich war schon immer ein spezieller Typ», sagt der 32-Jährige, der als Lehrer und Berater für künstliche Intelligenz arbeitet.

Eine Notoperation

Für seine Idee, mit Technologie den Menschen zu verbessern, riskiert er einiges. Einmal hat, Monate nach einer Implantation, sich eine Wunde entzündet, so dass er ins Spital musste, wo das Implantat in einer Notoperation wieder entfernt wurde. Und er muss drauf schauen, wo die Implantate hinkommen, damit sie ihn beim Sport (er klettert und macht Kampfsport) nicht behindern.

Seinen Traum von implantierbaren Kopfhörern konnte er bisher nicht realisieren. «Ich wollte Musik über Vibrationen hören.» Obwohl er Schönheitschirurgen und sogar Tierärzte angefragt hat, fand er niemanden, der ihm die Implantate einsetzen wollte. Für Schaffner unverständlich: «Grössere Brüste sind möglich, einen Magneten an der Schädeldecke anbringen aber nicht?» Dafür dürfte sein nächster Traum bald wahr werden – bionische Linsen, welche die Tiefenschärfe beim Sehen um Faktor drei des Menschenmöglichen verbessern. Die Linsen, die wie bei der Operation des Grauen Stars eingesetzt werden, sind bisher nicht zugelassen. 2025 sollte es soweit sein, sagt Schaffner. Er freut sich, zum Beispiel das Gefieder eines Vogels im Flug wunderbar scharf am Himmel sehen zu können – «eine faszinierende Vorstellung». Weitere Möglichkeiten wären zum Beispiel Hirnimplantate, mit denen ein Computer gesteuert werden könnte – als Ersatz für Maus oder Touchpad. Allerdings, betont Mike Schaffner immer wieder, sei es wichtig, dass der Mensch selbst bestimmen kann, wie man solche Dinge nutzt. «Ich habe





meine Chips selbst programmiert.» Den technologischen Fortschritt zu unterbinden, sei überhaupt keine Lösung. «Jeder muss sich aber kritisch damit auseinandersetzen.» Messer seien ja auch nicht verboten worden, weil man damit nicht nur schneiden, sondern auch töten könne.

«Sonst gibt es nur Superreiche und unsterbliche Sklaven.»

Schaffner spricht auch von der Unsterblichkeit. «Die menschliche Biologie ist schwach. Es braucht so wenig, bis der Körper kollabiert», sagt Schaffner und möchte, dass der Mensch robuster wird. Zum Beispiel dank der Beschleunigung der Zellerneuerung. Wie alle Transhumanisten ist Mike Schaffner überzeugt, dass der Mensch sein Schicksal, die Evolution, selbst in die Hand nehmen muss. Mit dem Ziel, das menschliche Wesen zu verbessern, ohne die Kontrolle über sich selbst zu verlieren. «Sonst gibt es nur Superreiche und unsterbliche Sklaven.»

Rolf Zenklusen



Rotkreuz-Notruf:
Für ein sicheres Gefühl

Wenig Aufwand – grosse Wirkung

Der Rotkreuz-Notruf ist ein verlässlicher Helfer in der Not und einfach in der Bedienung.

Der Rotkreuz-Notruf ist sinnvoll wenn:

- Sie oft alleine zuhause sind
- Sie bereits Erfahrungen mit Stürzen oder Verletzungen haben und dadurch verunsichert sind
- Sie nicht mehr gut sehen oder hören
- Sie Ihren Angehörigen ein sicheres Gefühl geben möchten, gerade wenn Sie alleine leben
- Sie darauf vertrauen möchten, dass in einer kritischen Situation die Notrufzentrale 24 Stunden für Sie da ist

Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne:
Rotkreuz-Notruf: Tel. 061 905 82 01
notruf@srk-baselland.ch

Besuchen Sie uns auf www.srk-baselland.ch.

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Baselland



Cornelia und Martin Omlin vor den beiden Wärmepumpen, die das Fünf-Familien-Haus in Bottmingen versorgen.

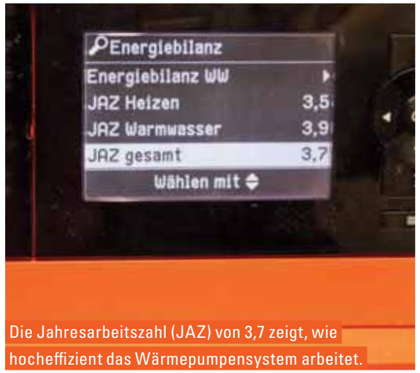


Cornelia Omlin freut sich über die hervorragenden Werte auf dem Memographen.



Fotos: Rolf Zenklusen





Die Jahresarbeitszahl (JAZ) von 3,7 zeigt, wie hocheffizient das Wärmepumpensystem arbeitet.

Die flüsterleisen, runden Wärmepumpen geben hinter dem Haus ein gutes Bild ab.

HEIZUNGEN VON OMLIN SYSTEMS SIND SUPERLEISE – UND EINFACH SPITZE

Mit einem hocheffizienten Wärmepumpensystem von Omlin Systems stellt man die Energieversorgung sicher. Jetzt im Winter ist die beste Zeit für eine Heizungssanierung.

Basel dreht den Gashahn zu. Anwohner des Mooswegs in Riehen waren entsetzt, als der Energiedienstleister IWB ihnen mitteilte, ab 2025 werde das Gas abgestellt. Inzwischen ist die IWB zurückgekrebst, doch die Verunsicherung bleibt gross. Gemäss neusten Informationen sollen ab 2028 pro Jahr etwa tausend Gasanschlüsse stillgelegt werden; ab 2037 wird die Erdgasversorgung in Basel-Stadt vollständig gestoppt. Wärmequellen werden künftig nicht mehr Öl oder Gas sein, sondern erneuerbare Energien.

Viermal weniger Energie

Das Beispiel eines Einfamilienhauses mit einem Einpersonenhaushalt ist eindrücklich. Das Haus in Birsfelden verbrauchte mit der Gasheizung vorher rund 12 000 kWh Energie pro Jahr. Seit eine Luft-/Wasser-Wärmepumpe das Haus versorgt, ist der Energieverbrauch auf 2740 kWh und damit fast um das Vierfache gesunken.

«Rasches Handeln ist angesagt», betont der Heizungsspezialist Martin Omlin und empfiehlt Hauseigentümerinnen und Hauseigentümern, schon jetzt auf ein Wärmepumpensystem umzusteigen. «Bei uns gibt es keine Wartezeiten. Wir können innert kürzester Frist hocheffiziente und superleise Luft-/Wasser-Wärmepumpen von Viessmann liefern», sagt Martin Omlin, der die Firma Omlin Systems AG mit seiner Frau Cornelia führt.

Jetzt im Winter eine Heizung zu ersetzen, macht Sinn: In der kalten Jahreszeit kann das neue Heizungssystem 1:1 einreguliert und optimiert werden. «Allfällige theoretische Abweichungen werden vor der Inbetriebnahme erkannt und können nachjustiert werden. So erreichen wir die bestmögliche Energieeffizienz», weiss Martin Omlin. Auch bei Hauseigentümerinnen und Hauseigentümern steigt im Winter das Bewusstsein für die Heizung. «In der kälteren Jahreszeit beschäftigt man sich viel stärker mit der Heizung. Wenn man in T-Shirts und Shorts rumläuft, hat man andere Sorgen.»

Intelligente Steuerung

Wenn Cornelia und Martin Omlin von der bestmöglichen Energieeffizienz sprechen, meinen sie das auch so. Im Vergleich zur früheren Gasheizung sank bei einem Einfamilienhaus in Birsfelden der Energieverbrauch des Wärmepumpensystems um bis das Vierfache (siehe Box links).

Damit das gelingt, braucht es nicht nur hocheffiziente Luft-/Wasser-Wärmpumpen von Viessmann, sondern auch ein entsprechendes Betriebssystem mit der richtigen Verschaltung aus dem Hause Omlin sowie Energie- und Warmwasserspeicher in der richtigen Grösse.

Den Beweis für die hohe Energieeffizienz liefert der Memograph, ein Aufzeichnungs- und Diagnosesystem von Endress+Hauser (Schweiz) AG. Auf dem Gerät ist jederzeit ablesbar, wie viel Energie die Anlage braucht, wie lange die Wärmepumpen sich in Betrieb befinden usw. In einem Mehrfamilienhaus mit fünf grossen Wohnungen in Bottmingen zeigt der Memograph, dass die Wärmepumpen pro Tag rund drei Stunden am Stück in Betrieb sind. «Je länger die Wärmepumpe läuft, umso weniger Energie verbraucht sie. Das verlängert ihre Lebensdauer und verringert den Wartungsaufwand», erklärt Martin Omlin. Längere Laufzeiten benötigen viel weniger Energie als mehrmalige Ein- und Abschaltphasen. Die ausgewiesene Jahresarbeitszahl von 3,7 ist ein weiterer Beweis für die hohe Energieeffizienz der Anlage, die übrigens im Januar 2023 gebaut und in Betrieb gesetzt wurde.



Hier fliesst kein Gas mehr. Der Energiedienstleister hat den Gasanschluss stillgelegt.

«Bei uns gibt es keine Wartezeiten.»

Martin Omlin, Omlin Systems AG

Mobile Heizung sorgt für Wärme

Während der Sanierungsdauer im Winter musste natürlich niemand frieren; auch für warmes Wasser war stets gesorgt. Während der Sanierungsphase, die maximal zwei Wochen dauert, liefert eine mobile Heizung die nötige Energie. «Alles wird genau geplant, wir koordinieren alle beteiligten Handwerker», erklärt Cornelia Omlin.

Es lohnt sich also, jetzt auf ein nachhaltiges Wärmepumpensystem umzustellen, bevor man von einer unerwarteten Gasabschaltung oder überteuerten Gaspreisen überrascht wird. Auch die Kostenentwicklung ist nicht zu bremsen. Abwarten kostet am Ende mehr als jetzt die Heizung zu sanieren und damit die Wärmeversorgung sicherzustellen. Dass dabei der Energieverbrauch massiv sinkt, ist ein sehr angenehmer Nebeneffekt. In besagtem Mehrfamilienhaus in Bottmingen hat sich seit dem Einbau der Luft-/Wasser-Wärmpumpe der Energieverbrauch von 120 000 kWh auf 7000 kWh reduziert.

OMLINSYSTEMS

Omlin Systems AG
Salinenstrasse 3, 4127 Birsfelden
T 061 378 85 00
info@omlin.com, omlin.com



Foto: Cédric Bloch

Wo Schiffe sind, fühlen sie sich wohl – so auch beim Fotoshooting im Basler Hafen.

Patricia Büeler und David Horstmann berichten regelmässig in ihrem Blog auf milagros.ch/de über ihr Abenteuer auf dem Schiff, wunderschöne Sonnenuntergänge und Delfine als Begleiter, aber auch über Defekte und Frusterlebnisse.

DER TRAUM VOM SEGELABENTEUER

Patricia Büeler (34) und David Horstmann (35) leben seit zweieinhalb Jahren zeitweise auf einem Segelschiff in Mexiko. Dafür pendeln sie zwischen gegensätzlichen Welten.

Angenommen, man kauft sich ohne Segelerfahrung ein 14 Meter langes hochseetaugliches Schiff und will die Weltmeere besegeln. «Eigentlich wahnsinnig», lacht David Horstmann (35). Genau das haben er und seine Partnerin Patricia Büeler (34) getan. Anfang 2021 sind sie nach Mexiko aufgebrochen, um ihren Traum vom Segelabenteuer zu leben. Zwischen dem Kauf des Schiffs 2019 und dem Beginn des Abenteuers nahmen sie noch Segelstunden auf dem Thunersee.

Den Sommer verbringen Patricia Büeler und David Horstmann jeweils hier. Das Nachhausekommen habe sich schon im vergangenen Jahr bewährt. Die Hitze in der mexikanischen Wüste sei dann fast unerträglich. «Wir kommen immer wieder gerne nach Hause», betont Patricia Büeler. Während David Horstmann seine 30 Stellenprozente bei seinem alten Arbeitgeber in der Zeit in der Schweiz erbringt, arbeitet Patricia Büeler im Marketing auch im «Homeoffice» vom Schiff aus.

Das Leben auf dem Schiff – ob auf dem offenen Meer, vor Anker in einer Bucht oder im Hafen – und in der Schweiz könnte gegensätzlicher nicht sein. «In der Schweiz weiss ich genau, was ich an diesem und jenem Tag machen werde. Auf dem Schiff ist jeder Tag anders», beschreibt Patricia Büeler. «Wir wissen nie, was der Tag bringen wird», ergänzt David Horstmann. Die Arbeit auf dem Schiff gehe nie aus, im Gegenteil. Sie seien bei anderen Seglerinnen und Seglern bekannt für ihren Schweizer Perfektionismus, schmunzeln beide. «Uns wird nachgesagt, wir arbeiten mehr am Schiff, als dass wir segeln.»

Schweren Herzens umgekehrt

Ursprünglich wollte das Paar von Mexiko aus in die Südsee in Richtung Australien, Neuseeland oder Japan stechen. Die Instandsetzung ihres Schiffs «Milagros» verlief aber schwieriger als erwartet. Auch deshalb änderten sie ihre Pläne. Ihr erster grösserer Segeltörn führte sie in den Golf von Kalifornien (Sea of Cortez). In der vergangenen Saison wollten sie mit Freunden nach Panama segeln. Nach mehreren Defekten am Schiff mussten sie schweren Herzens umkehren. Die 3500 Kilometer lange Reise wollen sie in der kommenden Saison nachholen. Die 3500 Kilometer lange Reise wollen sie in dieser Saison nachholen.

«Wir wissen nie, was der Tag bringt.»

David Horstmann



Fotos: zVg

Patricia Büeler und David Horstmann auf ihrer «Milagros».



Auf dem Schiff geht die Arbeit nie aus.

Patricia Büeler und David Horstmann sind nicht nur als Paar, sondern auch als Segelteam in den zweieinhalb Jahren noch enger zusammengewachsen und haben unzählige Herausforderungen gemeinsam gemeistert. Sie seien nicht naiv an ihr Abenteuer herangegangen, versichern beide. Das gilt auch für ihren Trip nach Panama – und all die anderen Abenteuer, die auf sie warten. Aber erst einmal freuen sie sich nun auf «Palmen statt Wüste», wie Patricia Büeler frohlockt.

Tobias Gfeller



menge malt schöner

menge mooler ist seit über 100 Jahren ein Basler Traditionsunternehmen. Unsere Leidenschaft für unser Malerhandwerk kommt aus tiefster Überzeugung, das von Generation zu Generation weitergegeben wurde. Auf unser Wissen und innovative Ideen können Sie jederzeit bauen. Mit kleinen Änderungen können wir Grosses bewirken

Menge AG
Auf dem Wolf 1, 4052 Basel
T 061 319 94 94
info@menge.ch, www.menge.ch





Foto: CHI Classics Basel/Katja Stuppia

Publireportage

Faszinierender Pferdesport und die Show des Circus Knie locken im Januar in die St. Jakobshalle.

PFERDESPORT DER EXTRAKLASSE

Die LONGINES CHI CLASSICS BASEL vom 11. bis 14. Januar 2024 in der St. Jakobshalle sind DER Treffpunkt für Pferdefreunde. Die Besten im Springreiten, der Dressur und im Voltigieren sind am Start. In der täglichen Show begeistert unser National-Circus Knie.

Mit den drei Disziplinen Springreiten, Dressur und erstmals Voltige ist das Sportprogramm so abwechslungsreich wie noch nie, und jeder der vier Turniertage bietet herausragende sportliche Höhepunkte. Die anspruchsvollen Prüfungen, der gute Ruf des Basler Turniers und das Preisgeld von über einer Million Franken locken die Weltelite des Pferdesports ans Rheinknie. Da verwundert es nicht, dass beide Weltnummern 1 – Jessica von Bredow-Werndl in der Dressur und Henrik von Eckermann im Springreiten – ihre Teilnahme bereits zugesagt haben. Auch im Voltigieren werden die Allerbesten am Start sein, denn es geht darum, wer sich Weltcupfinalsieger 2024 nennen darf.

Pferde, Akrobatik und Artistik

In der täglichen Show verzaubert die achte Generation der Zirkusfamilie Knie mit Ivan, Chanel sowie Maycol jun. das Publikum mit ihren unvergleichlichen Pferdedarbietungen. Dazu sorgen Akrobatinnen an den Strapaten, begleitet von sinnlichen Wassereffekten, für atemberaubende, noch nie gesehene Momente. Artisten in LED-Kostümen runden das unvergessliche Spektakel mit einer mitreissenden Symbiose aus Licht, Musik und Tanz ab.

Erleben auch Sie faszinierenden Pferdesport und die spektakuläre Show! Mehr Infos und Tickets unter chi-classics-basel.com oder über diesen Code:

LONGINES
CHI CLASSICS
BASEL

REGIO FENSTER
Fenster ▪ Türen ▪ Service ▪ Beratung





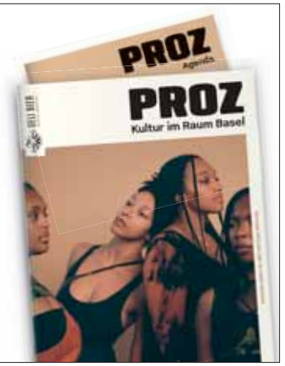
Beratung ist unsere **Leidenschaft**
Persönliche Betreuung unsere **Stärke**
Kundenzufriedenheit unser **Antrieb**
Alexander Schild und Roland Kiefer (r.)

REGIO FENSTER AG
Altenmatteweg 2
CH–4144 Arlesheim
T +41 61 713 72 81
info@regiofenster.ch
www.regiofenster.ch

Wissen, was läuft

Redaktioneller Einblick in das Kulturleben von Basel und Region: Menschen, Events, Hintergründe
Über 20 Seiten exklusive Veranstalterbeiträge
Umfassende, separate Monatsagenda

täglich informiert und inspiriert
proz.online



Claraspital
In besten Händen.

Kantonal subventioniert *

Wiedereinstieg Pflege

Bildungsangebot für dipl. Pflegefachpersonen nach einer Arbeitspause
- Sie möchten Theorie und pflegetechnisches Handling wieder auffrischen oder vertiefen?
- Sie möchten Pflegedokumentation und E-Learning kennenlernen?

Informationsabend Kurs 2024
04.01.2024, 18.00–19.30 Uhr

* Mehr Informationen:
www.claraspital.ch/wiedereinstieg





Publireportage

Die Harley-Chläuse besuchen am 9. Dezember das Shopping Center St. Jakob-Park.



Foto: zVg

Am 6. Dezember ist natürlich der Santiklaus überall unterwegs – auch im St. Jakob-Park.

DER UMBAU HAT SICH MEHR ALS GELOHNT

Die Umbauarbeiten im St. Jakob-Park sind seit einem Jahr abgeschlossen. Seither lockt das grösste Shopping Center im Raum Basel mit diversen neuen Angeboten, die keinen Wunsch offenlassen. Zeit für ein erstes Fazit.

Daniel Zimmermann kann zufrieden sein. Der Centerleiter des St. Jakob-Parks hat auch allen Grund dazu. Seit dem Umbau verzeichnet das Center deutlich höhere Besucherzahlen. «Der Umbau hat sich mehr als gelohnt. Unsere Strategie mit dem neuen Mietermix ist aufgegangen», resümiert Zimmermann. Dieser Umstand ist nicht zuletzt dem ausgewogenen Angebot dank den Zuzügen Coop Supermarkt, Coop Restaurant, Aldi und Weltbild zu verdanken. Bücherkompetenz kombiniert mit einer Riesenauswahl an Lebensmitteln und regionalen Produkten.

Seit einem Jahr kommen auch die Burgerfans im St. Jakob-Park auf ihre Kosten. Der Burger King zieht Fans des gepflegten Fastfoods an – bis spätabends und auch am Sonntag.

Herr Vrenezi, Filialleiter Burger King: «Es freut uns natürlich sehr, dass wir mit unserem Angebot hier im St. Jakob-Park so gut ankommen.» Als Konkurrenten gegenüber den anderen Food-Anbietern Sams Pizza oder Subway sieht er sich nicht. Im Gegenteil: Man ergänze das bereits gute Angebot. Das gleiche gilt für das Coop Restaurant und Da Graziella. Nun kann man an mehreren Orten im Center von morgens bis abends schlemmen.

Schon bald kommt das Christkind

Auf Weihnachten freut sich der Detailhandel natürlich ganz besonders. Auch dieses Jahr dürfen sich die Besucher*innen auf ein besonderes Ambiente und spannende Highlights wie die Harley-Chläuse und den Santiklaus freuen.

Hoch im Kurs steht zudem die beliebte Geschenkkarte, welche sich perfekt für Weihnachten eignet. Sie ist in rund 50 Geschäften einlösbar und bietet somit für alle etwas Passendes. Erhältlich ist die Karte im Center Management, 2. OG oder via Webshop (www. sjp.ch).



Weihnachtsprogramm:

Mittwoch, 6. Dezember
Santiklaus, 13–18 Uhr

Samstag, 9. Dezember
Harley-Chläuse, ca. 13.45 Uhr

Sonntag, 10. Dezember
Sonntagsverkauf, 13–18 Uhr
(Restaurants ab 11 Uhr)

Sonntag, 17. Dezember
Sonntagsverkauf, 13–18 Uhr
(Restaurants ab 11 Uhr)

Shopping Center St. Jakob-Park

Unser Rubrikpartner:

Kantonsspital Baselland
genau für Sie



Foto: shutterstock.com

Fieberblasen kommen meist im falschen Moment, sind jedoch harmlos.

HERPESVIREN

DAS VIRUS AN MEINER SEITE

Fast jeder hat sie und das ein Leben lang. Herpesviren sind weitverbreitet und kommen in unterschiedlichen Formen vor. Sie sind zwar lästig, aber in den meisten Fällen ungefährlich, weil unser Körper gelernt hat, mit ihnen umzugehen.

Wenn die Lippe kribbelt, anschwillt und sich kleine Bläschen bilden, sind Herpesviren am Werk. Der allgemein als Fieberblasen bekannte Herpes Simplex Typ 1 ist der bekannteste Vertreter der Herpesfamilie. Das an den Nervenenden in der Mundregion sitzende Virus bricht oft bei einer Erkältungserkrankung aus. Es nutzt die Gunst der Stunde, wenn das Immunsystem geschwächt ist und holt zum Angriff aus. Intensive Sonnenbestrahlung, Hormonschwankungen, lokale Verletzungen oder Stress können ebenfalls als Auslöser wirken. «Auch bei fiebrigen Erkrankungen, wie etwa einer bakteriellen Lungenentzündung, kann es vorkommen, dass unser Immunsystem so stark beschäftigt ist, dass es weniger Aufmerksamkeit für die Unterdrückung des Herpesvirus einsetzen kann», sagt Prof. Dr. med. Philip Tarr, Co-Chefarzt und Leiter Infektiologie am Kantonsspital Baselland (KSBL).

Rund 20% der Bevölkerung tragen das Herpes Simplex Virus in sich. Bei Frauen ist der Anteil etwas höher als bei Männern. «Lippenherpes wird oft schon in der frühen Kindheit übertragen, manchmal erst später, und zwar über Speichel, zum Beispiel, wenn Kinder mit dem gleichen Teddybären spielen.»

Eine Eigenart der Herpesviren ist es, dass sie nach der Erstinfizierung im Körper latent bleiben und sich gelegentlich reaktivieren können. Andere Erreger, wie etwa Chlamydien oder Syphilis, lassen sich mit Antibiotika aus dem Körper entfernen. «Herpes bleibt lebenslang, also quasi ‹chronisch› im Körper. Das mag dramatisch klingen, aber viele Leute können sich gut damit arrangieren.» Diese Form von Co-Existenz gibt es auch bei anderen Viren, wie etwa demjenigen des Pfeifferschen Drüsenfiebers (EBV) oder HIV. Letzteres muss behandelt werden, weil es zu schweren Krankheiten führen kann. «Das EBV-Virus hingegen wird nicht behandelt, weil unser Körper es von sich aus gut in den Griff kriegt», so Infektiologe Tarr.

Bei den meisten klingen die Symptome nach einem Herpesausbruch von alleine wieder ab und es kommt zu keinen Folgekrankheiten. Treten die Episoden jedoch häufig auf oder sind stark belastend, so gibt es die Behandlungsmöglichkeiten. «Die Medikamente Valaciclovir oder Famciclovir sind sehr wirksam und werden auch langfristig fast immer gut vertragen.» Ein positiver Effekt davon sei, dass so die Ansteckung anderer reduziert werde. «Kommt bei einer Herpesepisode nur eine Herpessalbe oder Herpestablettentherapie zum Einsatz, so hat das keinen Einfluss auf die Häufigkeit, den Schweregrad der Episoden und auch nicht auf die Ansteckung. Einzig die Länge der Episode wird so leicht abgekürzt.» Virologe Tarr rät, sich bei Fragen zu den Behandlungsmöglichkeiten oder Ansteckungswahrscheinlichkeit ärztlich beraten zu lassen. «Den meisten Herpes-Betroffenen können wir eine gute Therapie oder Prävention anbieten.»

> *«Herpes bleibt lebenslang, also quasi ‹chronisch› im Körper.»*
>
> Prof. Philip Tarr, Co-Chefarzt und Leiter Infektiologie am Kantonsspital Baselland (KSBL).

Nicht nur an den Lippen

In der Regel infiziert man sich zuerst mit dem Herpes Simplex Typ 1. Der Typ 2 gesellt sich – wenn überhaupt – erst später hinzu. Dieses sexuell übertragene Virus treibt sein Unwesen meist im Intimbereich, was nicht nur unangenehm, sondern auch schmerzhaft sein kann. Die Häufigkeit des sogenannten Anogenitalherpes, also Herpes um den Anus oder genital, hängt stark vom Risikoverhalten ab. Bei häufig wechselnden Sexpartnern steigt das Ansteckungsrisiko.

GESUNDHEITS-TIPP

Fieberblasen bekämpfen

- Aufgeplatzte Bläschen möglichst nicht berühren, Hände danach waschen.
- Wenn früh genug aufgetragen, können virenhemmende Salben den Verlauf verkürzen.
- Im Netz finden sich etliche Hausmittel, wie Zink, Teebaumöl, Aloe Vera und Co.
- Körperkontakt wie Küssen (Lippenherpes) und Sex (Genitalherpes) während der aktiven Phase vermeiden.
- Immunsystem stärken, Stress vermeiden, genügend schlafen und gesund leben.
- Sich vor Triggern wie extremer UV-Strahlung, Hitze oder Kälte, Stress oder lokalen Traumata wie Lippenverletzungen schützen.

Ein weiterer wichtiger Vertreter der Herpesviren ist Herpes Zoster, weithin als Gürtelrose bekannt. Diese wird durch die Reaktivierung des Windpockenvirus ausgelöst und bringt einen schmerzhaften Ausschlag mit sich, oft gürtelförmig auf einer Körperhälfte. Die Gürtelrose tritt typischerweise bei älteren Menschen auf. «Bei etwa 10 – 30% von uns wacht das Windpockenvirus meist ab Alter 50 wieder auf, in seltenen Fällen vorher», erklärt Prof. Tarr. Passieren kann dies, wenn die Immunität gegen das Virus abnimmt, was mit dem normalen Alterungsprozess zu tun habe. Auch ungünstige Ernährung, Stress oder immunschwächende Medikamente können eine Gürtelrose fördern.

Gegen die Gürtelrose gibt es eine Impfung, welche die Abwehr gegen das Windpockenvirus stärkt und das Aufwachen des Virus reduziert. Die Impfung mit dem Namen Shingrix wird vom Bundesamt für Gesundheit allen Leuten ab 65 empfohlen, sowie ab 50 für Menschen mit Erkrankungen wie Diabetes, Nieren- oder Herz- oder Immunschwäche. «Die Schutzwirkung von Shingrix gegen Gürtelrose liegt bei 70 – 85%. Somit ist es eine gute Impfung, aber keine Wunderwaffe», betont Tarr.

Stephanie Weiss

Kantonsspital
Baselland
genau für Sie



Die 86-jährige Erna aus Hofstetten hält sich im MTT fit.



Muskelerhalt im Alter ist wichtig; daran arbeitet Heinz.

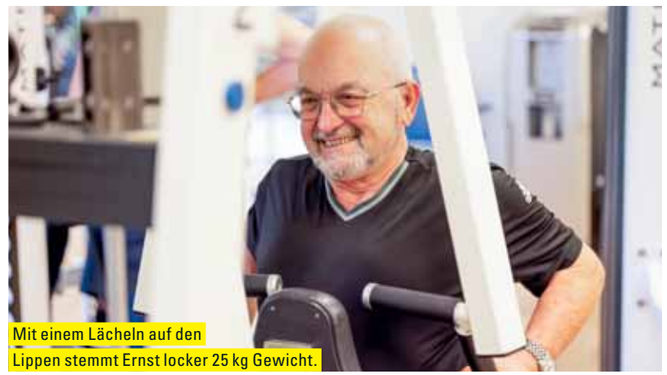


Fotos: zVg

René und Heinz (im roten T-Shirt) gehören zur regelmässig trainierenden Dienstagsgruppe.



Ursula, (76), verbessert mit Übungen am Balance Board «Sypoba» ihr Gleichgewicht und somit ihre Gangsicherheit.



Mit einem Lächeln auf den Lippen stemmt Ernst locker 25 kg Gewicht.

MEDIZINISCHE TRAININGSTHERAPIE – MTT

FIT BIS INS HOHE ALTER

Im fortgeschrittenen Alter die Muskeln und das Gleichgewicht zu trainieren, hilft nicht nur länger fit zu bleiben, sondern auch Stürzen vorzubeugen. Das KSBL bietet an den Standorten Liestal und Bruderholz Medizinische Trainingstherapie an.

Es ist ein ungewohntes Bild: In einem Trainingsraum mühen sich Menschen gesetzten Alters an unterschiedlichen Kraft- und Fitnessgeräten ab. Mit von der Partie ist die 92-jährige Verena. Als sie nach einer gebrochenen Schulter Physiotherapie brauchte, entdeckte sie die Medizinische Trainingstherapie (MTT) des Kantonsspitals Baselland (KSBL). Das war vor über 20 Jahren. Seither trainiert sie eisern zweimal in der Woche. «So kann ich meine Muskelkraft erhalten und sogar verbessern. Ich kann das nur empfehlen, denn es verleiht einem mehr Sicherheit im Alltag.» Dass die fitte Dame dabei auch noch einen schönen Ausblick in den Garten, nette Leute und hilfsbereite Physiotherapeuten um sich herum hat, freut sie zusätzlich.

> ***«Man kann und soll jederzeit mit dem Training beginnen, denn wer rastet, der rostet.»***
>
> Marcel Eschbach, Physiotherapeut am Kantonsspital Baselland

Physiotherapeut Marcel Eschbach ist seit sieben Jahren verantwortlich für die MTT am Standort Bruderholz. Er freut sich über die Beliebtheit dieses Angebots. «Viele sind ehemalige Patientinnen oder Patienten, die seit vielen Jahren regelmässig trainieren.»

Wie zum Beweis steigt die 76-jährige Ursula auf ein Airpad, um sich in Balance zu üben. Nachdem das klappt, geht sie noch einen Schritt weiter. Sorgfältig platziert sie ihre Füsse auf einem Sypoba, also einem Balance Board, und rollt damit hin und her. «Als ich das bei jemandem zum ersten Mal sah, hätte ich nie für möglich gehalten, das hinzukriegen. Ich wagte es aber und habe heute eine Riesenfreude daran», berichtet sie stolz. Das Erfolgserlebnis ist das eine; Ursula betont, dass sie dank dieses Trainings mehr Gangsicherheit gewonnen hat. «Was ist wichtiger im Alter, als nicht umzufallen?» Früher habe sie Probleme mit der Schulter und Hüfte gehabt, aber seit sie regelmässig trainiere, gehe es dem ganzen Körper besser. Entdeckt hat dieses Angebot ihre 86-jährige Schwester nach einer Hüftoperation vor 13 Jahren. Mit der Zeit gesellten sich Partner und weitere Bekannte dazu. Sie alle reisen in einer Fahrgemeinschaft von Hofstetten ins Training.



Marcel Eschbach ist seit 13 Jahren im KSBL als Physiotherapeut tätig.

Familiär und kompetent begleitet

Jeden Dienstag trifft sich eine verschworene Gruppe älterer Bewegungsfreudiger. «Die meisten der Dienstagsgruppe haben sich hier kennengelernt und organisierten sich während Corona selber, da sie nur zu zehnt trainieren durften.» Daraus entstand eine enge Seilschaft. Die Stimmung ist locker, man duzt sich und tauscht sich aus.

Mit von der Partie ist Ernst, der nach einer gravierenden Krankheitsepisode, in der sein Leben an einem dünnen Faden hing, auf den Geschmack kam. Dass er heute so fit sei, komme einem Wunder gleich. «Ich bleibe eisern dran. Für mich ist es ein Must, regelmässig zu trainieren.» Sagt es und zieht wacker 25 Kilo Gewicht in die Horizontale.

Die Vielfalt im MTT ist gross. Nebst etlichen Kraftgeräten stehen mehrere Möglichkeiten für das Balancetraining zur Verfügung. Im hinteren Bereich des Fitnessraums steht ein Re-Dance-Gerät, mit dem zu Musik getanzt und so die Koordination und Standsicherheit gefördert werden kann. Ein sogenannter Sensopro bietet weitere Varianten für Gleichgewichtsübungen.

Auf die Frage, ob jemand sportlich sein müsse, um mitmachen zu können, winkt der Physiotherapeut ab. «Nein, man kann und soll jederzeit mit dem Training beginnen, denn wer rastet, der rostet.» Aus Erfahrung weiss er, dass viele Betagte denken, nichts mehr bewirken zu können. Das Gegenteil sei der Fall: «Ohne Training wird es schlimmer. Der Muskelerhalt und die Koordination sind das A und O im Alter, denn so können Stürze verhindert werden.» Das sei ein Riesenthema, weil die Gesellschaft immer älter werde, und die Folge davon seien mehr Stürze. «Deshalb ist es wichtig, Senioren davon zu überzeugen, dass man auch im höheren Alter etwas bewirken und Erfolgserlebnisse haben kann.»

Ein zweimaliges Training pro Woche sei ideal und am Anfang solle man sachte beginnen. «Ideal ist ein abwechslungsreiches Training, bei dem nicht nur Gewichte gestemmt, sondern auch Gleichgewicht und Koordination trainiert werden.» Diese könne man auch gut zuhause machen, beispielsweise, indem man beim Zähneputzen auf einem Bein balanciere.

Der erfahrene Physiotherapeut staunt immer wieder, wie sich auch über Achtzigjährige auf neue Herausforderungen einlassen. «Es ist ein Genuss zu erleben, wie sich beim Training sichtliche Veränderungen zeigen.»

Selbst wenn jemand unter starker Arthrose leide, sei gezieltes Training wichtig. Dafür bietet das KSBL das Spezialprogramm GLAD an. Diese spezifischen Übungen sind insbesondere bei Kniearthrose erfolgreich. Studien zeigen: Wird konsequent Stabilität und Kraft aufgebaut, können Operationen hinausgezögert werden. «Mit dieser Prävention können massiv Folgekosten eingespart werden», betont Marcel.

Fit bleiben & Stürzen vorbeugen

Das MTT-Angebot des KSBL bietet ein vielfältiges Trainingsprogramm unter Aufsicht von Physiotherapeutinnen und -therapeuten an. Die Variation der Geräte ist auf die Bedürfnisse von Senior/innen ausgerichtet und es herrscht eine familiäre Atmosphäre. Nebst der Erhaltung der Gesundheit spielt der soziale Aspekt eine grosse Rolle. Das Jahresabo kostet 650 Franken.

Kantonsspital Baselland
ksbl.ch/mtt

GEMEINSAM MEHR CHANCEN Tumorzentrum

UNTERSTÜTZUNG IN SCHWIERIGEN LEBENSLAGEN

Zur optimalen Betreuung am Universitätsspital Basel gehört auch der Sozialdienst. Er unterstützt Patient*innen und deren Angehörige bei sozialen, rechtlichen und beruflichen Problemen.



«Probleme lösen und den Betroffenen wieder Perspektiven bieten»: Der Sozialdienst des Universitätsspitals Basel unter der Leitung von Jerry Lavorgna (r.).

Fotos: Nanno Muscio

Eine Frau kommt für eine Routineoperation ins Universitätsspital Basel. Es stellt sich heraus, dass der Patientin im Vorfeld die Wohnung gekündigt wurde und sie kurz nach dem Spitalaufenthalt obdachlos wäre. Die Patientin hat weder Verwandte noch ein soziales Netz und ist mit der täglichen Administration seit längerem überfordert.

«Solche und ähnliche Fragen beschäftigen uns tagein, tagaus», erzählt Jerry Lavorgna, Leiter des Sozialdienstes am Unispital. Schicksalsschläge und Erkrankungen führen oft zu gravierenden Veränderungen für Patient*innen und deren Angehörige, wie Lavorgna berichtet. Eine alleinerziehende Person ist lebensbedrohlich an einem Tumor erkrankt und deshalb arbeitsunfähig. Was passiert mit den Kindern, wer ist in der finanziellen Unterstützungspflicht? Eine suchtmittelabhängige Frau gebärt ein Kind. Kann sie der elterlichen Sorge nachkommen? Welche Massnahmen der Schutzbedürftigkeit müssen veranlasst werden?



Sozialarbeiterin Claudia Schär im Beratungsgespräch.

Vielfältige Herausforderungen

«Wir sind ein polyvalenter Sozialdienst und versuchen stets die Lebenslagen der Menschen in deren Ganzheitlichkeit zu berücksichtigen», erklärt Jerry Lavorgna. Die Aufgaben des Sozialdienstes sind vielfältig und die Herausforderungen oft komplex.

«Wir schauen, wie wir die verschiedenen Probleme lösen und den betroffenen Personen wieder Perspektiven bieten können. So können wir auch das Behandlungsteam entlasten, das verständlicherweise nebst seiner Tätigkeit auch emotional beteiligt und froh ist, wenn wir uns um die Menschen weitgehender kümmern», erklärt Lavorgna. In anderen Fällen hilft der Sozialdienst etwa bei der IV-Anmeldung oder anderen versicherungstechnischen Fragen, bei Pflegebeiträgen, bei Budget- und Suchtthemen, bei Massnahmen der Schutzbedürftigkeit im Kindes- und Erwachsenenschutz. «Ist jemand im Spital, tauchen manchmal Schwierigkeiten auf, die vorher nicht sichtbar waren. Daraus ergeben sich oft auch neue Chancen für die Betroffenen», erklärt Jerry Lavorgna. Um die optimale Unterstützung bieten zu können, pflegt der Sozialdienst einen engen Austausch mit Pflegenden, Ärztinnen und Ärzten, aber auch mit der Psychoonkologie, dem Palliative-Care-Team und der Seelsorge. Regelmässig nimmt der Sozialdienst an Rapporten auf den Abteilungen und interdisziplinären Besprechungen teil.

Eine breite Beratungspalette

Das Angebot des Sozialdienstes umfasst insbesondere die Bereiche

- Psychosoziale Beratung
- Sozialrechtliche Beratung
- Beratung und Vorsorge bei Schutzbedürftigkeit
- Nachsorgeorganisation

«Wir sind ein polyvalenter Sozialdienst.»

In enger Zusammenarbeit mit dem Case Management kümmert sich der Sozialdienst auch um die Nachsorge – also um die Frage, was geschieht, wenn Patient*innen aus dem Spital austreten. «Nebst der Organisation von Rehabilitationsmassnahmen muss gerade bei älteren Menschen auch geschaut werden, ob sie zuhause weiterhin pflegerisch gut unterstützt sind», erklärt Jerry Lavorgna. Zur Nachsorge gehören die Beratung und Organisation von Rehabilitationen und Kuren, die Vermittlung von diversen betreuten Wohnformen, Entlastungsaufenthalten und Notunterkünften, die Planung und Anmeldung von Unterstützungsangeboten zuhause und Vernetzung mit externen Kooperationspartnern. Der Sozialdienst ist auf die gute Zusammenarbeit mit externen Fachstellen angewiesen. «Um den unterschiedlichen Bedürfnissen der Patient*innen Rechnung zu tragen, ist ein tragfähiges Netzwerk unabdingbar.»

Patientinnen und Patienten des Universitätsspitals dürfen sich ungeniert beim Sozialdienst melden. «Wir bieten auch präventive Unterstützung an und gehen jederzeit gerne auf die Anliegen der Patientinnen und Patienten ein», erklärt Jerry Lavorgna. Die acht Mitarbeiterinnen und vier Mitarbeiter des Sozialdienstes sind Persönlichkeiten mit viel Lebens- und Berufserfahrung. Alle sind professionelle Sozialarbeiter*innen, die sich regelmässig weiterbilden.

Universitätsspital Basel

Tumorzentrum Universitätsspital Basel
Petersgraben 4, 4031 Basel
unispital-basel.ch/tumorzentrum

Sinfonieorchester Basel

TICKETS

FANNY & FELIX

20.12.2023
19.30 UHR
STADTCASINO BASEL

Werke von Hensel, Mendelssohn Bartholdy und Farrenc

Sinfonieorchester Basel
María Dueñas, Violine
Ivor Bolton, Leitung

www.sinfonieorchesterbasel.ch

Illustration: Janine Wiget

Die jüngste Medizin fürs Alter.

ZENTRUM ALTERSMEDIZIN & REHABILITATION

Kantonsspital Baselland
genau für Sie



Verkauf
Schätzung
Vermietung
Verwaltung
Renovation

20 JAHRE SIGNUM – RUND UM IMMOBILIEN

SIGNUM AG • Hauptstrasse 50 • 4102 Binningen
061 426 96 96 • www.signum.ch

20 JAHRE SIGNUM





Die Empfangsdamen der ABA Aeschenplatz Zahnklinik sind freundlich und einfühlsam.



Fotos: zVg

Nur noch kurze Zeit!
40% Eröffnungsrabatt im Jubiläumsjahr 2023
Für Implantatkronen, Veneers, Kronen, Brücken.
Röntgenaufnahmen sind kostenpflichtig (SSO-Tarif, TPW 1.1 Fr.).



Erfolgreich: PRGF®-Technik für den Knochenaufbau bei Patienten mit wenig Eigenknochen.

NEUE ZAHNIMPLANTATE UND NEUE TECHNIK

ZAHNIMPLANTATE OHNE KNOCHENAUFBAU

Die Zahnärzte der ABA Aeschenplatz Zahnklinik können Implantate auch setzen, wenn nur noch wenig Knochen vorhanden ist. Damit bleibt den Patienten ein oft monatelanger Knochenaufbau erspart.

Neue spezielle Implantate

Die neuen BLX-Implantate ermöglichen einerseits einen schnelleren und einfacheren Halt. Andererseits kommt bei der Implantation die bewährte All-On-Four-Technik und in gewissen Fällen zusätzlich die PRGF-Technik zum Tragen. Das Zusammenspiel und die Handhabung dieser Techniken ermöglicht oft das Setzen der Implantate auch ohne Knochenaufbau und ohne Kieferhöhlen-Operation (Sinuslift) oder zumindest eine Reduktion zu einem Mini-Knochenaufbau.

PRGF-Knochenaufbau

Die erfahrenen Zahnärzte können auf sehr viele Implantate in verschiedenen Längen und Dicken zurückgreifen und finden so in den meisten Fällen eine Lösung auch bei wenig Knochenvolumen. Sollte ein Knochenaufbau wirklich nötig sein, setzt die ABA Zahnklinik eine neuartige biotechnologische PRGF-Methode mit körpereigenen Wachstumsfaktoren zur Unterstützung des Knochenaufbaus ein.

In der ABA Aeschenplatz Zahnklinik stehen die neuesten Geräte und Hilfsmittel. So können Patientinnen und Patienten auf grossen Bildschirmen mitverfolgen, wie der Zahnarzt plant. Über allfällige Schmerzen beim Zahnersatz sollte man sich keine allzu grossen Sorgen machen. «Wir haben grosse Erfahrung mit schmerzstillenden Massnahmen», sagt Dr. med. dent. Daniel Marschall, Msc, Msc, Msc. Bei Angstpatienten kommt eine Behandlung unter Medikation, Lachgas-Analgesie oder Totalnarkose in Frage.

Erstberatungen kostenlos

Sorgen über hohe Kosten für ein Zahnimplantat sind oft ebenfalls unbegründet. Die ABA Zahnklinik bietet ein Abzahlungsmodell ab 200 Fr. pro Monat an. Gegenwärtig gibt es 40% Rabatt auf Implantatkronen, Kronen und Brücken aus hochwertigem Zirkon, welche in der Schweiz produziert werden. Bis Ende 2023 sind die Erstberatungen für Kronen, Brücken, Implantate und Prothesen auf Implantaten kostenlos. Nur das oft nötige Röntgen muss bezahlt werden.

ABA Zahnklinik
Aeschenplatz Zahnklinik

ABA Aeschenplatz Zahnklinik
Aeschengraben 26, 4051 Basel
T 061 226 60 00
aba-zahnklinik.ch
Mo – Sa 7.45 – 21 Uhr



Dr. Marschall , Dr. med. dent. M. Hickl , Dr. med. dent. R. Pirwerdjan und med. dent. T. M. Burger (v.l.n.r.) haben grosse Implantologie-Erfahrungen.



Die neuen BLX-Implantate ermöglichen einen schnelleren und einfacheren Halt.



Ein klar definiertes Ablaufschema bringt Ruhe ins Geschehen.



Im 24-Stunden-Notfall des Claraspitals werden jährlich ca. 17 000 Patientinnen und Patienten betreut.

Fotos: zVg

«Wir begleiten unsere Patientinnen und Patienten vom Eintritt bis zur Entlassung sehr eng und mit viel Empathie.»

Dr. med. Stephan Steuer,
Chefarzt Notfallstation Claraspital

24 STUNDEN, 7 TAGE DIE WOCHE FÜR SIE DA: DIE NOTFALLSTATION

Das Claraspital Basel ist bekannt dafür, dass hier der Mensch im Mittelpunkt steht. Dieser Anspruch gilt ebenfalls für die Notfallstation – auch in hektischen Situationen sind hier neben fachlicher Kompetenz Empathie und Herzlichkeit spürbar.

Ein Durcheinander lauter Stimmen, Ärzt/-innen und Pflegenden im Laufschritt, das Piepsen von EKG- und anderen Gerätschaften – Hektik überall. «TV-Serien wie Emergency Room haben fast ausschliesslich das Bewältigen lebensbedrohlicher Situationen zum Inhalt, die für den Film zusätzlich dramatisch zugespitzt sind. Natürlich erleben auch wir brenzlige Situationen, in denen höchste Eile geboten ist und die Belastung steigt – aber nicht in einem solchen Ausmass», sagt Dr. Stephan Steuer, Chefarzt der Notfallstation des Claraspitals Basel. An sieben Tagen, rund um die Uhr, sind Stephan Steuer und sein rund 40-köpfiges Team für Patient/-innen da. Wie angespannt die Situation aber auch immer sein mag: Auf der Notfallstation des Claraspitals läuft alles nach einem klar definierten Schema ab, um Patientensicherheit zu gewährleisten, bestmögliche Versorgung und Behandlungen zu bieten und gleichzeitig möglichst viel Ruhe in das Geschehen zu bringen. «Auch bei uns auf der Notfallstation herrscht die Atmosphäre des Claraspitals: Wir begleiten unsere Patientinnen und Patienten vom Eintritt bis zur Entlassung sehr eng und mit viel Empathie. Die Themen Zuwendung und Wertschätzung haben einen sehr hohen Stellenwert bei uns – auch innerhalb des Teams», so Stephan Steuer.

Zuwendung und Wertschätzung

Das Claraspital ist auf Bauch, Tumor und die inneren Organe spezialisiert, aber auf der 24-Stunden-Notfallstation erhalten alle Patient/innen eine Erstbeurteilung. Jede Patientin und jeder Patient wird von einer erfahrenen und spezialisierten Pflegefachperson empfangen, die eine Ersteinschätzung vornimmt. Danach richtet sich die anschliessende Behandlung. Es folgen je nach Notfallsituation gründliche Untersuchungen, Diagnostik und Gespräche mit den Ärzt/innen und Pflegefachpersonen sowie gegebenenfalls eine Überweisung an Fachspezialist/innen.

Dr. Stephan Steuer skizziert einen Fall, wie ihn die Notfallstation im Claraspital fast täglich erlebt: Eine Patientin wird von ihrem Hausarzt als Notfall angemeldet. Sie leidet unter starken Schmerzen im Oberbauchbereich und weist hohe Entzündungswerte auf. Die Dame wird von einer Pflegefachperson in Empfang genommen und ihr aktueller Zustand mit einer Befragung abgeklärt. Schnellstmöglich wird sie zu einem Untersuchungszimmer der Notfallstation begleitet, wo sie von Notfallpflege und Notfallärzt/innen betreut und untersucht wird. Weitere diagnostische Massnahmen werden angeordnet. Im geschilderten Beispiel erfolgen eine Blutentnahme und eine Ultraschalluntersuchung, bei der eine Entzündung der Gallenblase festgestellt wird. Ein Chirurg wird beigezogen, die Patientin muss operiert werden. Der Eingriff findet so bald wie möglich im OP ein Stockwerk höher statt.



Zuwendung und Wertschätzung haben einen hohen Stellenwert im Claraspital – auch auf der Notfallstation.

Einstufung der Dringlichkeit

Die Einstufung der Dringlichkeit von Eingriffen ist ein bestimmendes Thema im Notfall. Im Claraspital findet eine eingespielte Triage nach Dringlichkeit und Schwere der Erkrankung statt. Die Eintrittszeit ist zweitrangig; entsprechend kann es zu Wartezeiten kommen. Für die Einstufung der Dringlichkeit geht das Team des Claraspitals nach dem Emergency Severity Index (ESI) vor, einer international angewandten Systematik zur Einstufung von Prioritäten bei Notfällen. Die gründlichen Untersuchungen, die Diagnostik und der Dialog mit den Patient/innen benötigen Zeit. «Wir sind sehr bestrebt, die Wartezeiten kurz zu halten und möglichst angenehm zu gestalten», sagt Stephan Steuer. Der neugestaltete und gerade frisch eröffnete Wartebereich trägt das seinige dazu bei.

DIE NOTFALLSTATION DES CLARASPITAL BASEL

Die 24-Stunden-Notfallstation verfügt über 15 helle und freundliche Patientenräume mit insgesamt 21 Behandlungsplätzen inklusive eines multifunktionalen Interventionsraums. Alle Räumlichkeiten sind mit aktueller Medizintechnik und patientenorientiert eingerichtet. Von der Notfallstation aus besteht ein schneller und unkomplizierter Zugang zu den diagnostischen Abteilungen Radiologie und Nuklearmedizin, zu den Operationssälen, der Intensivmedizin sowie zum Herzkatheterlabor.

Das Team der Notfallstation des Claraspital Basel behandelt ambulant und unabhängig vom Versichertenstatus. Alle Notfallpatient/innen erfahren eine Erstversorgung und werden falls angezeigt an die entsprechenden Spezialisten weiterverwiesen.

In der Regel erfolgt die Zuweisung in die Notfallstation durch den Hausarzt oder durch die Sanität, die Patient/innen können sich aber auch direkt auf der Notfallstation melden.

Claraspital
In besten Händen.

claraspital.ch

GETESTET



Das Jodeln könnte dem jungen, urbanen Tester kaum ferner sein; Spass mach's trotzdem.

Fotos: Cédric Bloch

IN DEN WIRREN DES «JO-LOOO»

Dass der frühere Ruf von Berg zu Berg noch heute wichtiger Bestandteil des musikalischen Kulturerbes der Schweizer ist, war bekannt. Dass mich das Jodeln ganz schön – nun ja: überfordert, nun auch. Ein Besuch beim Jugendjodelchor des Nordwestschweizerischen Jodlerverbands.

Die Jodel-Klischees meiner urbanen Bubble bezeugen meine Ahnungslosigkeit ob dieser nach wie vor verbreiteten Tradition. Zugegeben: Das Jodeln könnte mir kaum ferner sein. Berührungspunkte geschweige denn Talent konvergieren gegen Null, und allein das Vorsingen im Musikunterricht löste bei mir eher Alpträume aus.

«Sich voll darauf einlassen und Freude haben», gibt uns Chorleiterin Corinne Utzinger mit auf den Weg, während 35 Jugendliche durch ihre Notenblätter blättern, von der angehenden Informatikerin bis zum Junglandwirt – und eben ein testender Grünschnabel.

Bei schiefen Tönen lachen wir gemeinsam.

Ohren zu und durch

Zwischen Atmungs- und Zungenübungen trainieren wir das schnelle Wechseln zwischen Kopf- und Bruststimme. Spätestens als Utzinger dann die Stimmgabel zückt und wir ein Do-Re-Mi-Fa-Sooo nach dem anderen hoch und runter trällern, fühle ich mich in den Musikunterricht zurückversetzt. Das Credo: «einfach selbstbewusst ussesinge!».

Eingesungen wird mit Kindermundartklassikern wie «Dört äne am Bärgli». Das Klavier stimmt an, wir singen mehr oder minder inbrünstig mit. Dann geht es ans Eingemachte: Ich überwinde die Startschwierigkeiten im Notenlesen und habe bald auch den Appenzeller Dialekt im Griff. Dann wird frei drauflosgejodelt, wo ich vor lauter «Jo-Lo» und «Dü» allerdings kaum die Übersicht behalte.

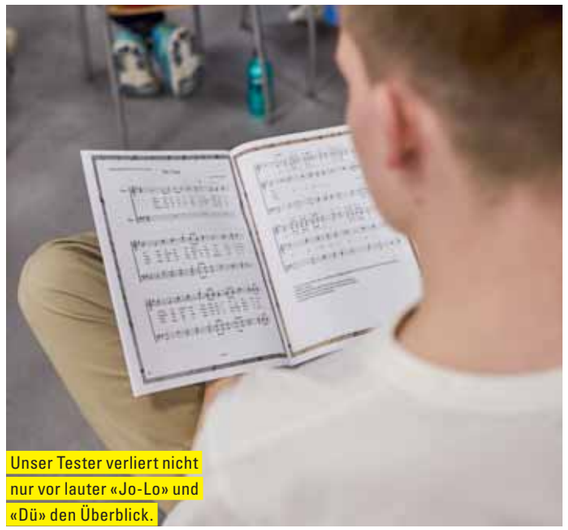
Bei schiefen Tönen und verpassten Einsätzen wird zusammen gelacht und gegenseitig in die Bresche gesprungen. Dazwischen erlebe ich meine Feuertaufe im Naturjodel – der Urform des Jodels. Das Plenum summt vierstimmig im Hintergrund. Die Jodel-Stimme improvisiert und jodelt zum Beispiel mit einem Appenzeller «Zäuerli» passend dazu.

Jodel-Freestyle mit Backgroundsummen

Nun wird es urchig, und tatsächlich scheint eine Brise Alpenluft durch die Aula zu wabern; bei Kuhglocken und Schwyzerörgeli sind die Edelweiss zum Greifen nah. Gleichzeitig machen mir die Atmung bei den nicht enden wollenden Tönen und meine durchzogene Trefferquote zu schaffen. Ein Glück, übertönt mich mein Nachbar, wenn es besonders bedrohlich wird.

Corinne Utzinger resümiert lobend: «richtig stimmig und besser als erwartet». Es gebe aber noch viel zu tun, denn im Juni soll der erste Jodelfest-Auftritt folgen. Dann aber ohne die schiefen Töne des Testers. Zum Ausklingen heisst es «no ein go zieh» - in erster Linie soll das Jodeln ja bekanntlich Freude machen.

Matti Kopp



Unser Tester verliert nicht nur vor lauter «Jo-Lo» und «Dü» den Überblick.

DAS HABEN WIR GETESTET

Schnupperkurs Jodeln

Facts:

- Jodeln als Gesang auf Silben ohne Wortbedeutung entstand im 18. Jahrhundert und diente vorwiegend der Kommunikation und dem Eintreiben der Kühe.
- Der Nachwuchskurs findet jährlich zwischen Oktober und April statt. An sieben Nachmittagen wird alternierend in der ganzen Region geprobt. nwsjv.ch

Testumgebung: Aula Schulanlage Frenke in Liestal

Tester: Matti Kopp

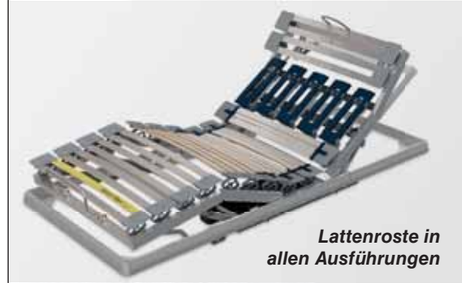
Spassfaktor:	★★★★☆
Tontrefferquote:	★☆☆☆☆
Überforderungslevel:	★★★★☆

Grosse Auswahl für einen guten Schlaf

Betten-Haus Bettina



Matratzen, Duvets, Kissen und Bettwäsche



Lattenroste in allen Ausführungen



Schweizer Qualitätsbetten

Willkommen in unserer aktuellen Ausstellung des schönen Schlafens in Therwil.

Betten-Haus Bettina AG
Wilmattstrasse 41, 4106 Therwil
Telefon 061 401 39 90
www.bettenhaus-bettina.ch
Parkplätze vorhanden

Fotos: Dominik Plüss



Der Klassiker: Der Bebbi, Hauptfigur der «Mondladäärne», ist die bekannteste Figur aus dem Fundus des Basler Marionetten Theaters.

PUPPET SHOW

Vor 80 Jahren wurde das Basler Marionetten Theater gegründet, seit bald sieben Jahrzehnten empfängt es sein Publikum im historischen Zehntenkeller am Münsterplatz. Sein Erfolg zeigt: Die Faszination fürs Figurentheater ist bis heute ungebrochen.

Der Weg in die Welt der Illusion beginnt beim Münsterplatz und führt Treppenstufe um Treppenstufe hinunter in den Zehntenkeller. In diesem Gebäude aus dem 16. Jahrhundert hat sich seit 1956 das Basler Marionetten Theater eingerichtet. Gegründet wurde es bereits 1943, sodass es dieses Jahr sein 80-jähriges Bestehen feiern kann. Das BMT sei für viele Menschen die erste Begegnung mit der Theaterwelt, sagt der künstlerische Leiter Markus Blättler: «Sie besuchen als Kinder mit ihren Eltern, Grosseltern oder mit der Schule hier ihre erste Vorstellung. Später kommen sie dann mit den eigenen Kindern wieder.» Dabei war das BMT zu seinen Anfängen ausschliesslich auf ein erwachsenes Publikum ausgerichtet. Erst als man im historischen Gewölbekeller am Münsterplatz eine feste Bühne eingerichtet hatte, begann man, auch Stücke für Kinder anzubieten.

Heute beinhaltet das Programm des BMT je zur Hälfte Stücke für Erwachsene, darunter die beliebte Vorfasnachtsveranstaltung «Källerstraich», und für Kinder. Die Kunst sei es, sagt Blättler, ein Stück zu finden, das sowohl die Kinder als auch die erwachsenen Begleitpersonen amüsiere.



Die Neuzugänge im Basler Marionetten Theater: Die grossnasige Hella aus dem Kurzstück «Zirkus Häxeschuss» und Schneehase Muffel aus «D Frau Holle macht Wienacht.»

Traditionelle und neue Stücke

Das Programm des Basler Marionetten Theaters ist eine Mischung aus traditionellen und neuen Stücken. Die längste Tradition hat das «Triptychon», das seit 1945 jeweils vor Weihnachten aufgeführt wird, mit den Originalfiguren und den Originalstimmen ab Band (dieses Jahr vom 16. bis 22. Dezember). «Das Triptychon ist jedes Jahr genau gleich, da dürfen wir gar nichts verändern», schmunzelt BMT-Geschäftsführer Daniel Jansen. «Wenn eine Figur nur ein klein wenig anders steht, bekommen wir Reaktionen aus dem Publikum.» Zu den Klassikern gehört auch die «Mondladäärne», die seit 1951 auf dem Programm steht; die Hauptfigur, der Bebbi, ist die wohl bekannteste Figur aus dem BMT-Fundus. Ebenfalls zum festen Vorweihnachtsprogramm gehört seit ein paar Jahren «D Frau Holle macht Wienacht» (29. November bis 13. Dezember). Daneben nimmt das Theater auch neue Stücke auf. So war Yasmina Rezas Kammerspiel «Der Gott des Gemetzels» im Zehntenkeller erstmals als Figurentheater zu sehen. Bei der Stückauswahl achtet Blättler auch darauf, dass die Handlung zur historischen Umgebung passt. In Franz Hohlers «Das junge Gespenst» etwa mutiert der Bühnensaal zum schottischen Spukschloss.

Eintauchen in eine Wunderwelt

Zwischen Illusion und Realität

Das Basler Marionetten Theater ist gemäss Daniel Jansen eines von etwa zehn Figurentheatern in der Schweiz mit einem fixen Lokal. Daneben gibt es noch zahlreiche mobile Figurentheater, die teilweise auch Gastauftritte im Zehntenkeller haben. Die Marionetten des BMT steigen ihrerseits in der Adventszeit hinauf zum Münsterplatz, wo sie am Weihnachtsmarkt das Familienstück «Dr Santiglaus bruucht frischi Luft» spielen. Dass die Tradition des Puppenspiels noch längst nicht ausgedient hat, zeigt die Auslastung des BMT, die laut Jansen in der vergangenen Saison bei 85 Prozent lag. Die Faszination des Figurentheaters bestehe im Bruch zwischen Illusion und Realität, im Eintauchen in eine Wunderwelt, erklärt Markus Blättler: «Die Puppen sind ja eigentlich tote Materie. Auf der Bühne und in den Köpfen der Zuschauer werden sie aber lebendig.»

Béatrice Koch

Familien-Eintritt gewinnen

Für eine mehrköpfige Familie verlost Regio aktuell ein Ticket-Package für eine Vorstellung nach Wahl im Basler Marionetten Theater. Mitmachen unter regioaktuell.com/wettbewerb. Teilnahmeschluss ist der Sonntag, 10. Dezember. Die Gewinnerin oder der Gewinner wird im Anschluss benachrichtigt. Viel Glück!

EVENTS & TIPPS



Foto: David Smerth

Gekonnte Umklammerung: Die Selektion verwebt den Dark-Wave der 80er-Jahre mit den elektronischen Tunes der Neuzeit.

Die Selektion

AUF «MUSSOLINIS» SPUREN

1.12.2023 | 21 Uhr | Rossstall I, Kaserne Basel

Wave kollidiert mit Techno. Klar, das knallt. Und selbst wenn wohltemperierte Trompetenstösse etwas wärmenden Trost spenden, läuft es einem bei so viel Drummachine-Beats, Synthesizer-Sounds und unheilvollen deutschen Texten kalt den Rücken runter. Reminiszenzen an die 80er-Jahre klingen überall an. Im Gesang von Luca Gillian erkennt man hier die jugendliche Stimme von Gothic-Ikone Robert Smith, dort drücken die Industrial-Rhythmen der NDW-Pioniere der Deutsch-Amerikanischen Freundschaft durch. Spätestens dann wird einem bewusst: Hier tanzt nochmals der «Mussolini».

tok



HOTEL BAD SCHAUENBURG
Bezaubernde Oase im Baselbiet

Bezaubernde Adventsmomente im Hotel Bad Schauenburg

Wir lieben die Adventszeit hier im Bad Schauenburg: Lassen Sie sich von unserer ausgezeichneten Küche (16 Gault Millau) verwöhnen und bleiben Sie gleich das Wochenende in einer kuscheligen Suite mit Ausblick auf den Barockgarten.

- **Adventskonzert** «Klangfarben – young talents», 3. Dez. 2023
- **Weekend Saint Silvestre,** 31. Dez. 2023 bis 1. Jan. 2024 ohne Feuerwerk

badschauenburg.ch/events

ROCK POP JAZZ

29.11.2023 | 18.30 Uhr
Z7, Pratteln
FIT FOR A KING

Die Metal- und Hardcoreband aus Texas ist mit ihrem siebten Album «The Hell We Create» auf Tour. **z-7.ch**

29.11.2023 | 20.30 Uhr
Parterre One Music, Basel
BARANY

Bei den Auftritten des britisch-schweizerischen Kollektivs werden Erinnerungen an Portishead und Radiohead wach. **parterre-one.ch**

29.11.2023 | 21 Uhr
Atlantis, Basel
THE NEXT MOVEMENT

Das talentreiche Trio serviert explosiven Neo-Soul-Funk. **atlantis-basel.ch**

30.11.2023 | 20.30 Uhr
Parterre One Music, Basel
MARIUS BEAR

Die Songs des Appenzellers werden getragen von einer wiedererkennbaren Power-Stimme. **parterre-one.ch**

30.11.2023 | 21.30 Uhr
Rossstall I, Kaserne Basel
AMI YEREWOLO

Sie ist die erste Rapperin aus Mali, kombiniert die Kora-Harfe, die Ngoni und den Yebara-Shaker mit kraftvollen Beats und Texten. **kaserne-basel.ch**

1.12.2023 | 20 Uhr
Kulturscheune, Liestal
SANDY PATTON QUARTET

Eine Hommage an Nina Simone und Shirley Horn. **kulturscheune.ch**

1.12.2023 | 20 Uhr
Wydekantine, Dornach
FULL MOON RODEO

Zehn Musiker aus der Schweizer Country-, Pop- und Rock-Szene haben sich ganz dem New Country verschrieben. **wydekantine.ch**

1.12.2023 | 21 Uhr
Parterre One Music, Basel
FORMEL 80

Die 1980er-Jahre waren das Jahrzehnt der Punker, Popper, Gruftis und friedensbewegten Müslis. **parterre-one.ch**

1.12.2023 | 21 Uhr
Rossstall I, Kaserne Basel
DIE SELEKTION *Tipp*

Harte Drummachine Beats, Synthesizer-Sounds, sinistre deutsche Texte. **kaserne-basel.ch**

1.12.2023 | 21 Uhr
Sommercasino, Basel
COBEE

Der Schweizer macht intelligenten Artschool-HipHop und kann auch sehr unangepasst und punkig sein! **sommercasino.ch**

1.12.2023 | 23 Uhr
Nordstern, Basel
UNREAL

Deutschtechno mit SPFDJ, Kalte Liebe (Live), Johannes Schuster und Doma. **nordstern.com**

1.–2.12.2023 | 20 Uhr
Z7, Pratteln
CRAZY DIAMOND

Das Pink Floyd Tribute rocken seit mehr als 20 Jahren über die Bühnenbretter. **z-7.ch**

2.12.2023 | 20 Uhr
Volkshaus, Basel
BASCHI

Der Exil-Gelterkinder kommt von Zürich nach Basel mit neuen Songs und Selbstvertrauen. **volkshaus-basel.ch**

2.12.2023 | 21 Uhr
Atlantis, Basel
TANJA DANKNER



Die Baslerin hat sich ganz der Swingness, einer helvetischen Mischung aus Swing und Swissness, verschrieben. **atlantis-basel.ch**

2.12.2023 | 21 Uhr
Gannet, Basel
CLOUDRIDE

Gitarren, Bass und Drums: Die Basler Band mit dem Ruf des ewigen Geheimtipps hebt wieder ab. **gannet.lv**

2.12.2023 | 21 Uhr
Sommercasino, Basel
TORTUE TORTUE

Plattentaufe: Die Band aus Delémont oszilliert zwischen englischem Pop, französischem Rap und westafrikanischer Musik. **sommercasino.ch**

2.12.2023 | 21.30 Uhr
Kaschemme, Basel
BASS ARCADE

Aller guten Dinge sind drei! Drum n'Bass mit Hypatia, Zekka, MoveMental, Mona Lisa Overdrive u.a. **kaschemme.ch**

2.12.2023 | 23 Uhr
Heimat, Basel
BACK 4 MORE

Queer-Schnitt durch die 80er, 90er und 2000er mit DJK! Für alle Queers und alle. **heimatbasel.com**

2.12.2023 | 23 Uhr
Viertel Klub, Basel
DEEPTASTE

Start der neuen Deep-House-Reihe, angeführt von einem starken Line-up um Archie Hamilton und Rossi. **dasviertel.ch**

5.–6.12.2023 | 20.30 Uhr
Bird's Eye, Basel
MIMON

Eindringlich unaufdringliche Musik mit Augen- und Ohrenblicken voll vibrierender Spannung und Meditation. **birdseye.ch**

7.12.2023 | 20 Uhr
Sudhaus, Basel
MEULE

Experimental-Trio verwirklicht den feuchten Traum aller Can-Fans und Effektpedalschrauber. **sudhaus.ch**

7.12.2023 | 20 Uhr
Z7, Pratteln
MOLLY HATCHET

X-mal verschoben, jetzt sollte es aber mit dem Auftritt der Südstaatenrocker klappen. **z-7.ch**

7.12.2023 | 20.30 Uhr
Parterre One Music, Basel
LEA LU

Die Schweizer Sängerin und Songwriterin verliert sich in filigran-flirrenden Stücken mit viel Herz und Seele. **parterre-one.ch**

8.12.2023 | 20 Uhr
Z7, Pratteln
EXTREME

Die Multi-Platinum-Rocker kommen nach sechs Jahren mit ihrem sechsten Longplayer zurück nach Pratteln. **z-7.ch**

8.12.2023 | 20.30 Uhr
Sudhaus, Basel
BRASS DEPARTMENT

Blasmusik geht auch ohne verstaubt, konservativ und langweilig. **sudhaus.ch**

8.12.2023 | 22 Uhr
Rossstall I, Kaserne Basel
SKIP



Der Basler Mundart-Rapper erzählt Geschichten zwischen Alltag, Party und Liebe. **kaserne-basel.ch**

8.12.2023 | 23 Uhr
Viertel Klub, Basel
MAU P

Der gebürtige Amsterdamer Maurits Westveen gibt sein Basler House-Debüt. **dasviertel.ch**

8.–9.12.2023 | 20.30 Uhr
Bird's Eye, Basel
JOSÉ LUIZ MARTINS QUINTET

Lyrischer, impressionistischer Jazz mit einem Hauch brasilianischer traditioneller Musik. **birdseye.ch**

9.12.2023 | 21 Uhr
Atlantis, Basel
PAT'S BIG BAND

Zusammen mit Sängerin Patricia Kunz präsentiert die Big Band weltbekannte Weihnachtsmelodien. **atlantis-basel.ch**

9.12.2023 | 21 Uhr
Parterre One Music, Basel
PLANET 90S

Die 90er-Jahre waren ein Gemischtwarenladen sondergleichen – nochmals zu erleben an der Planet 90s. **parterre-one.ch**

9.12.2023 | 22 Uhr
Gannet, Basel
MIND ENTERPRISES *Tipp*

Synthiegetriebenener Italo-Disco der 80er-Jahre, hypnotische Drum-Patterns und kosmische Keyboard-Odysseen: Andiamo! **gannet.lv**

9.12.2023 | 22 Uhr
Rossstall I, Kaserne Basel
EROBIQUE

Die One-Man-Discoshow aus Hamburg verwandelt jeden Club in eine Kathedrale, gebaut aus Love und Happiness. **kaserne-basel.ch**

9.12.2023 | 23 Uhr
Nordstern, Basel
TRYM

Der aufstrebende DJ aus Frankreich durchbricht die Grenzen zwischen HardDance und HardTrance. **nordstern.com**

9.12.2023 | 23 Uhr
Borderline, Basel
#HRDR

Techno und Cruising sind angesagt dort draussen, wo nicht nur der Dancefloor brennt. Mit Pagano, Bobbytek u.a. **borderlineclub.ch**

9.12.2022 | 23 Uhr
Heimat, Basel
NEW'FRICA

Zu Ehren des verstorbenen Fela Kuti, dem Godfather of Afrobeat, gibt's jede Menge neue und alte Afrika-Tunes. **heimatbasel.com**

9.12.2023 | 23 Uhr
Viertel Klub, Basel
INDIRA PAGANOTTO

Techno to Techno, die Serie für die härteren Beats, meldet sich mit spanischer DJ-Power zurück. **dasviertel.ch**

10.12.2023 | 17 Uhr
Kulturscheune, Liestal
ENSEMBLE APÉROHR

Weihnachtlich-jazzigen Erlebnis mit Sängerin Marion Feichter und ihrem Partner Daniel Hofstätter **kulturscheune.ch**



Foto: zVg

Impulsiv und intuitiv: Jelena Jovovic steht für exquisiten Jazz.

Jelena Jovovic

VOCALS MIT BALKAN-FLAIR

15./16.12.2023 | 20.30 Uhr | Bird's Eye, Basel

Die Vokalistin und Komponistin Jelena Jovovic gehört zu den Grandes Dames des Jazz aus Serbien. Die 53-Jährige hat es geschafft, sich mit ihrer tragend-samtenen Stimme auch einen Namen in den USA zu ersingen. Mit ihrem sicheren Scat und swingender Phrasierung erinnert sie an die ganz Grossen der Vocal-Music, hebt aber auch die zeitgenössischen Aspekte des Jazz hervor. Ihre Impulsivität und Intuition garantieren einen genussvollen Abend mit herausstehendem Vocal Jazz, durchtränkt von Soul, Funk und Swing und komplexen Arrangements.

red



Foto: zVg

Groovige Basslinien, faszinierende Beats und kosmische Keyboard-Odysseen: Das ist der Markenkern von Mind Enterprises.

Mind Enterprises

ANDIAMO IN DISCOTECA!

9.12.2023 | 22 Uhr | Gannet, Basel

Mind Enterprises ist das ästhetische Universum und die musikalische Traumwelt des in Turin aufgewachsenen Produzenten Andrea Tirone. Inspiriert vom sprudelnden, synthiegetriebenen Italo der 80er-Jahre, definieren groovige, an Disco erinnernde Basslines, hypnotische Drum-Patterns und kosmische Keyboard-Odysseen den Sound von Mind Enterprises. Tirone betrachtet seine ständig wachsende Sammlung von Vintage-Synthesizern wie eine «Palette von Farben» oder ein Orchester von Künstlern. Allora, andiamo in discoteca!

red



Der aufsteigende Stern am Pianistenfirmament gibt sich in Basel die Ehre.

AMG Rising Stars – Dmitry Shishkin

KLAVIERWUNDERKIND

30.11.2023 | 19.30 Uhr | Stadtcasino Basel, Hans Huber-Saal

Dmitri Igorewitsch Shishkin wurde 1992 in Russland geboren, gab bereits mit drei Jahren sein erstes Konzert und trat drei Jahre später mit einem Orchester auf. Bekannt wurde er durch den Gewinn des 2. Preises beim 16. Internationalen P. I. Tschaikowski-Wettbewerb 2019. Zuvor gewann er im November 2018 den 1. Preis beim 73. Concours de Genève, wo er zusammen mit dem Orchestre de la Suisse Romande auftrat. Der in der Schweiz wohnhafte Pianist und Komponist bringt an diesem Abend «Märchen» op. 51 von Nikolai Medtner und «Bilder einer Ausstellung» von Modest Mussorgsky zu Gehör.

kas



Das Programm beinhaltet die grössten Hits von Linkin Park.

Simple Music Ensemble World

LINKIN PARK

10.12.2023 | 18 Uhr | Stadtcasino Basel, Hans Huber-Saal

Linkin Park, die wichtigste Nu-Metal-Band der Nullerjahre, wird auf der ganzen Welt verehrt, und jeder findet in diesen Songs etwas für sich. Numb, New Divide, Lost, Given Up, In the End – ihre kraftvolle Action und lyrischen Balladen inspirieren zum Leben und zur Kreativität. Die Mitglieder des Simple Music Ensemble World, das professionelle Musiker aus verschiedenen Ländern vereint, sind Fans von Linkin Park und haben sich den Arrangements mit grossem Respekt genähert. In einer neuen Lesart werden bekannte Stücke besondere, unvergessliche Emotionen hervorrufen.

red

11.12.2023 | 20.15 Uhr
Jazzclub Q4, Rheinfelden
NOMAD

Das neueste Projekt des französischen Pianisten Simon Denizart (Révélation Radio Canada). **jazzclubq4.ch**

12.12.2023 | 20 Uhr
Schall und Rauch, Basel
LUCIANA MORELLI GROUP

Farbenfrohe Kompositionen, die die Brücke zwischen ihren argentinischen Wurzeln und dem Jazz schlagen. **schallundrauchbar.ch**

13.12.2023 | 20.30 Uhr
Bird's Eye, Basel
CHARLEY ROSE TRIO

Mit seinem zweiten Album «Dada Pulp» taucht der Tenorist in das Geschichtenerzählen durch Musik ein. **birdseye.ch**

14.12.2023 | 18 Uhr
Z7, Pratteln
EISHEILIGE NACHT

Indoorfestival der Folk- und Mittelalterrock Szene, mit Subway To Sally, Fiddlers Green, Letzte Instanz und Manntra. **z-7.ch**

14.12.2023 | 20.30 Uhr
Bird's Eye, Basel
NICOLE JOHÄNNTGEN

Herzhafte, groovende Leichtigkeit mit Tiefe mit ungewöhnlicher Instrumentierung. **birdseye.ch**

14.12.2023 | 20.30 Uhr
Parterre One Music, Basel
BAUM



Der Basler Singer-Songwriter präsentiert seine neue EP «OOo». **parterre-one.ch**

14.12.2023 | 21 Uhr
Sommercasino, Basel
CORI NORA

Auf ihrem Debutalbum «Flowers And Fences» tremolieren Synthwolken, federhallige Gitarren und verschrobene Saxsounds. **sommercasino.ch**

15.12.2023 | 18 Uhr
St. Jakobshalle, Basel
ENERGY STAR NIGHT

Erstmals in der 20-jährigen Geschichte wird der Indoor-Event nicht in Zürich, sondern in Basel stattfinden. **stjakobshalle.ch**

15.12.2023 | 20 Uhr
Jazzclub Ja-ZZ, Rheinfelden
REDHOUSE HOT SIX

Die deutsche Band pflegt den Old Time Jazz der 20-er und 30-er Jahre. **ja-zz.ch**

15.12.2023 | 20.30 Uhr
Parterre One Music, Basel
SAM HIMSELF



Ein weiterer Auftritt des Baslers mit seinem musikalischen Export-Schlager «Fondue Western». **parterre-one.ch**

15.12.2023 | 20.30 Uhr
Reithalle, Kaserne Basel
ROMAN NOWKA'S HOT 3 & STEPHAN EICHER

Liederabend zu Ehren des grossen Berner Chansonniers Mani Matter. **kaserne-basel.ch**

15.12.2023 | 22 Uhr
Sudhaus, Basel
FORMEL DISCO

Die Partyreihe aus dem Hause Formel 80. Mit Schwerpunkt 70s, 80s und 90s. **sudhaus.ch**

15.12.2023 | 23 Uhr
Borderline, Basel
KRYPTUS

Wiederkehr mit HardTech-Legende Jan Vercauteren. **borderlineclub.ch**

15.12.2023 | 23 Uhr
Nordstern, Basel
NEELIX

Ein Vorwärts-Mix aus Progressive Trance, Progressive House und Electro. **nordstern.com**

15.–16.12.2023 | 20 Uhr
Z7, Pratteln
LIVE/WIRE

Die beste AC/DC-Tribute-Band Europas macht an zwei Abenden im Pratteler Rocktempel ihre Aufwartung. **z-7.ch**

15.–16.12.2023 | 20.30 Uhr
Bird's Eye, Basel
JELENA JOVOVIC JAZZ JUNCTION *Tipp*

Grandioser, exquisiter Vocal Jazz mit einem Flair von Balkan. **birdseye.ch**

15.–17.12.2023
Kulturscheune, Liestal
BAIT JAFFE KLEZMER ORCHESTRA

Das prominente Klezmer-Ensemble mit Ana María Pérez Jiménez. **kulturscheune.ch**

16.12.2023 | 20.15 Uhr
Marabu, Gelterkinden
MARCO ZAPPA QUARTETT

Der Schweizer Multiinstrumentalist begeistert mit schönen Melodien und tiefgründigen Texten im Tessiner Dialekt oder in Englisch. **marabu-bl.ch**

16.12.2023 | 21 Uhr
Atlantis, Basel
TANZNACHT 40

Ein unbeschwerter Abend für alle ab 40. Sich treffen, plaudern und feiern zu den Hits von einst und jetzt – Slowtime-Runde um Mitternacht inklusive. **tanznacht40.ch**

16.12.2023 | 21 Uhr
Gannet, Basel
IKAN HYU | FRÄULEIN LUISE

Doppelkonzert mit rockendem Pop-Punk-Duo und einer Geschichten erzählenden Band. **gannet.lv**

16.12.2023 | 21 Uhr
Sommercasino, Basel
ANOUCHKA GWEN



Psychedelische, poppige Soundscapes: Die Baslerin mit kongolesischen Wurzeln tauft ihre EP «Love Facets». **sommercasino.ch**

19.12.2023 | 19.30 Uhr
Kulturhuus Häbse, Basel
THE GOSPEL PEOPLE

«Havin' a good time» heisst es wieder, wenn die Gospeltruppe das Publikum auf ihre musikalischen Reise mitnehmen. **haebse.ch**

19.–20.12.2023 | 20.30 Uhr
Bird's Eye, Basel
DIVER

Instant Composing in einer dichten, schillernden Atmosphäre. **birdseye.ch**

21.12.2023 | 20.30 Uhr
Bird's Eye, Basel
Gerard Chumilla Quintet

Aufsteigende Jazzmusiker überzeugen mit ihren Songs und frischen Interpretationen von Standards. **birdseye.ch**

22.–23.12.2023 | 20.30 Uhr
Bird's Eye, Basel
ELINA DUNI & ROB LUFT BAND

Die Band verzaubert das Ohr mit sanft erzählten Geschichten von vergangener Melancholie und zukünftiger Euphorie. **birdseye.ch**

23.12.2023 | 23 Uhr
Viertel Klub, Basel
NORA EN PURE

Die Schweizer Deep-House- und Indie-Dance-DJane macht das Triple perfekt. **dasviertel.ch**

27.12.2023 | 19 Uhr
Z7, Pratteln
DIE APOKALYPTISCHEN REITER

Frohe Schreihnachten im Doppelpack, am Start sind Equilibrium und Dominum. **z-7.ch**

30.12.2023 | 21 Uhr
Atlantis, Basel
THE TARANTINOS

Die Londoner geben sich ihrer obsessiven Faszination für den 90er-Jahre-Zeitgeist hin. **atlantis-basel.ch**

31.12.2023 | 21 Uhr
Atlantis, Basel
21ST CENTURY ABBA

Die preisgekrönte Tribute-Band spielt alle Megahits der Superschweden. **atlantis-basel.ch**

31.12.2023 | 22 Uhr
Borderline, Basel
ELECTRONIC NEW YEARS EVE

Eintauchen ins neue Jahr mit Hardtechno, Deephouse, Psychedelic Trance und Progressive Goa. **borderlineclub.ch**

31.12.2023 | 23 Uhr
Nordstern, Basel
NYE

Grosse Silvester-Party mit Comzy, Doma, Gianni Callipari, Lorik, Marlon & Floyd, Monteforte und viele mehr. **nordstern.com**

6.1.2024 | 20.15 Uhr
Marabu, Gelterkinden
VINCENT GROSS

Der Basler Schlagersänger ist mit dem vierten Studioalbum «Frei» wieder in der Spur. **marabu-bl.ch**

6.1.2024 | 21 Uhr
Atlantis, Basel
KILMISTER

Ace of Spades: Die Motörhead-Tribute-Band aus der Schweiz macht Lemmy alle Ehre. **atlantis-basel.ch**

KLASSIK

28.11.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
AMG-SOLISTENABEND – SIR ANDRÁS SCHIFF

Der Pianist trägt Werke von Johann Sebastian Bach, Joseph Haydn und Wolfgang Amadeus Mozart vor. **konzerte-basel.ch**

29.11.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Hans Huber-Saal
BASLER STREICHQUARTETT

Ein kontrastreiches, farbiges Programm mit Tänzen aus vier Jahrhunderten. **stadtcasino-basel.ch**



Presenting Partner
BLKB
Was morgen zählt

Preferred Ticketing Partner
See TICKETS
andomusic.ch


Foto: Flavio Leone

Feine Selbstironie und lyrische Explosionen: Fatima Moumouni und Laurin Buser.

Fatima Moumouni & Laurin Buser

ZURÜCK ZU DEN WURZELN

7.–10.12.2023 | 20 Uhr | Reithalle, Kaserne Basel

Mit ihrem neusten Spoken-Word-Programm «Cold» kehren Fatima Moumouni & Laurin Buser zu ihren gemeinsamen Anfängen zurück.

«Fatima Moumouni und Laurin Buser schreiben Texte voller sprachlicher Geistesgegenwart, feiner Selbstironie und lyrischen Explosionen.» So lautete das Jury-Urteil, als das Spoken-Word-Duo im 2022 den Salzburger Stier zugesprochen erhielt. Mit dem Erhalt des bedeutenden Kleinkunstpreises setzten die Querdenker ein Ausrufezeichen auf ihrem Karriereweg, der sie seit 2014 auf die verschiedensten Szene-Bühnen geführt hat. Als Duo «Zum Goldenen Schmied» gewannen sie diverse Meisterschaften im Poetry Slam, mit dem Rap-Projekt «Nuggets» markierten sie die Hip-Hop-Crowd, als Stücke-Autoren sorgten sie für gefüllte Theaterreihen in Basel und Zürich.

Ihr neues Programm «Cold» ist nun die Rückkehr zur gemeinsamen Spoken-Word-Performance. Dabei verschmelzen Moumouni und Buser zu einer Person. Diese begibt sich auf einen wilden Trip. Das Ziel: Der inneren Distanziertheit gegenüber der Welt und sich selbst zu entkommen. Abgestumpft wandelt sie durch Neubauwohnungen und Gletscherseen, Wellnesshotels und stinkende Sümpfe. Bloss nicht der Gleichgültigkeit nachgeben! Politisch aufgeheizte Stimmung, schmelzende Pole, soziale Kälte – das Duo stellt sich dringlichen Themen und sucht einen poetischen sowie humorvollen Umgang damit.

tok

3×2 Tickets zu gewinnen

Für die Basler Premiere von «Cold» vom 7. Dezember verlost Regio aktuell 3×2 Tickets. Mitmachen unter regioaktuell.com/wettbewerb. Teilnahmeschluss ist der Sonntag, 3. Dezember. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden im Anschluss benachrichtigt. Viel Glück!

30.11.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Hans Huber-Saal
AMG RISING STARS – DMITRY SHISHKIN *Tipp*

Der Pianist spielt «Märchen» op. 51 von Nikolai Medtner und «Bilder einer Ausstellung» von Modest Mussorgsky. **konzerte-basel.ch**

30.11.2023 u.w. | 19.30 Uhr
Theater Basel, Grosse Bühne
RIGOLETTO

Melodramma von Giuseppe Verdi. Mit dem Sinfonieorchester Basel und dem Chor des Theater Basel. **theater-basel.ch**

1.12.2023 | 20 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
AYNUR DOGAN

Kurdische Volksmusik mit einer der vollsten Stimmen unserer Zeit. **stadtcasino-basel.ch**

2.12.2023 | 19 Uhr
3.12.2023 | 17 Uhr
Martinskirche Basel
NEUES ORCHESTER BASEL – VENEZIANISCHE KLÄNGE

Antonio Vivaldi: Gloria, Dixit Dominus, Magnificat. Begleitet von der Kantorei St. Arbogast Muttenz. **neuesorchesterbasel.ch**

3.12.2023 | 11 Uhr
Konzert-Galerie Pianofort'ino, Basel
ADVENTSKONZERT: OR NOUS DITES MARIE

Florencia Menconi, Mezzosoprano; Amir Tiroshi, Bariton, und das Ensemble Bradamante mit Stücken von Charpentier, Dandrieu, Morel, Campra, u.a. **pianofortino.net**

3.12.2023 u.w. | 14 Uhr
Schauspielhaus Basel
UNTER DEM MEER – OPER

Familienstück von Familie Flöz, frei nach «20 000 Meilen unter dem Meer» von Jules Verne, mit Musik von Erik Satie und Daniel Ott. **theater-basel.ch**

3.12.2023 | 17 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
ZAUBERFLÖTE FÜR JUNG UND ALT

Die Stimmen der Prager Kammeroper verzaubern das Publikum mit den berühmtesten Arien und Ensembles dieses Meisterwerks. **stadtcasino-basel.ch**

5.12.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Hans Huber-Saal
KAMMERMUSIKSZENE SCHWEIZ

Konzert im Gedenken an Jost Meier mit dem Quartet Atenea und dem Merel Quartett. **kammermusik.org**

6.12.2023 u.w. | 19.30 Uhr
Theater Basel, Grosse Bühne
DER BARBIER VON SEVILLA – OPER

Kunstvolle Klappmaulpuppen treten ins Rampenlicht und werden zu ebenbürtigen Spielpartnern der Sängerinnen und Sänger. **sinfonieorchesterbasel.ch**

7.12.2023 | 19.30 Uhr
Martinskirche Basel
LA CETRA – MARIENVESPER

Claudio Monteverdi: Vespro della Beata Vergine mit dem La Cetra Barockorchester & Vokalensemble Basel, Andrea Marcon: Leitung. **lacetra.ch**

8.12.2023 | 19.15 Uhr
Kunstmuseum Basel
BELLE EPOQUE 3 – LA DERNIÈRE VALSE

Lieder in Fassung für Sopran und Streichquartett von Reynaldo Hahn, Eric Satie, George Gershwin und Francis Poulenc und Werke von Fauré und Debussy. **sinfonieorchesterbasel.ch**

9.12.2023 | 20 Uhr
H95 Raum für Kultur, Basel
HARFEN-DUO



Konzert mit Alice Belugou und Estelle Costanzo. **h95.ch**

10.12.2023 | 17 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
NEUES ORCHESTER BASEL – LICHTBLICKE

Beethovens Musik sorgt für Lichtblicke. So wie seine 7. Sinfonie zugunsten von Witwen und Waisen uraufgeführt wurde, so engagiert sich das NOB mit diesem Konzert für Waisenkinder. **neuesorchesterbasel.ch**

10.12.2023 | 11 Uhr
Gare du Nord, Basel
CAMERATA VARIABILE – ABENTEUER

György Ligeti zum 100. Geburtstag. Kontrapunktiert wird diese Feier musikalisch-sprachlicher Wagnisse durch die «Gaselen» von Othmar Schoeck. **garedunord.ch**

10.12.2023 | 17 Uhr
Druckereihalle im Ackermannshof, Basel
VON SCHNECKEN UND TANNZAPFEN

Konzert von ensemble ö! – ensemble für neue Musik – mit Werken von Joey Tan, Moritz Müllenbach, Nikolaus A. Huber und Hugo Reis. **druckereihalle.ch**

10.12.2023 | 18 Uhr
Stadtcasino Basel, Hans Huber-Saal
SIMPLE MUSIC ENSEMBLE WORLD – LINKIN PARK *Tipp*

Das Ensemble – Fans von Linkin Park – nähert sich den Songs mit grossem Respekt. **stadtcasino-basel.ch**

13. und 14.12.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
SINFONIEORCHESTER BIEL SOLOTHURN

Engelbert Humperdinck: «Hänsel und Gretel», Pjotr Iljitsch Tschaikowsky: «Winterträume». Yannis Pouspourikas: Leitung. **stadtcasino-basel.ch**

15.12.2023 | 19.30 Uhr
Druckereihalle im Ackermannshof, Basel
VITAE

Konzert des Fx Kollektiv mit je einem Werk von Eric Wubbels und Bernhard Lang mit Alejandro Oliván, Saxophones, und Carlos Gil-Gonzalo, Klavier. **druckereihalle.ch**

15. und 16.12.2023
Musik-Akademie Basel, Grosser Saal
KAMMERMUSIKFESTIVAL

Studierende und Dozierende der Hochschule für Musik Basel, Klassik musizieren gemeinsam. **musik-akademie.ch**

16.12.2023 | 20 Uhr
H95 Raum für Kultur, Basel
VERDOPPELUNGEN

Zusammenspiel von Bild und Klang mit Conrad Steinmann, Blockflöte, Flageolet, Alghoza, Obertonflöte und Aulos, und Chandra Mäder, Videoprojektionen. **h95.ch**

17.12.2023 u.w. | 19 Uhr
Gare du Nord, Basel
ENSEMBLE PHOENIX BASEL – PHOENIX TRABANT 2022/2023

Die Preisträger des Nachwuchsförderungs-Wettbewerbs präsentieren ihre neuen «Trabant»-Kompositionen. **garedunord.ch**

18. und 19.12.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
ENDLICH UNENDLICH

Das Kammerorchester Basel bringt Georg Friedrich Händels Oratorium von 1742 in englischer Sprache auf die Bühne. Leitung: Francesco Corti. **kammerorchesterbasel.ch**

20.12.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
SINFONIEORCHESTER BASEL – FANNY & FELIX



Werke von Fanny Hensel, Felix Mendelssohn Bartholdy und Louise Farrenc. María Dueñas: Violine, Ivor Bolton: Leitung. **sinfonieorchesterbasel.ch**

22.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Theater Basel, Kleine Bühne
OPERETTAVENIR

Alpine Revue inklusive Skihütten-Romantik mit beliebten Arien, Duetten und Ensembles von Johann Strauss, Jacques Offenbach, Franz von Suppè u.a. **theater-basel.ch**

28.12.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
DIE GROSSE GIUSEPPE VERDI-GALA

Präsentiert von der grossen Oper Polen unter der Leitung von Marcin Wolniewski. **actnews.ch**

29.12.2023 | 20 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
WIENER JOHANN STRAUSS-KONZERT-GALA

Die K & K Philharmoniker spielen nebst den unverkennbaren Evergreens der Strauss-Dynastie auch vielerlei Raritäten. **ticketcorner.ch**

31.12.2023 | 17.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
SINFONIEORCHESTER BASEL

Silvesterkonzert mit Werken von Camille Saint-Saëns, Daniel Behle, Karl Millöcker, Leo Fall, Jacques Offenbach, u.a. **sinfonieorchesterbasel.ch**

31.12.2023 | 21 Uhr
Don Bosco, Basel
DIE UNSINNSGESELLSCHAFT – EINE SCHUBERTIADE

Silvester-Nachtklang: Eine Zeitreise ins Wien des 19. Jahrhunderts mit Gedichten, Anekdoten und buntem Treiben rund um Schuberts Forellenquintett. **kammerorchesterbasel.ch**

1.1.2024 | 17 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
NEUES ORCHESTER BASEL

Festliches Neujahrskonzert – Solistinnen und Solisten der Wiener Staatsoper präsentieren die schönsten Liebesgeschichten der Opernliteratur. **neuesorchesterbasel.ch**

1.1.2024 | 18 Uhr
Theater Basel, Grosse Bühne
SILVESTER- UND NEUJAHRSKONZERT

Mit dem Sinfonieorchester Basel, der Sopranistin Daniela Fally und dem Tenor Daniel Behle. **theater-basel.ch**

6.1.2024 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel
WEILL ES SÜNDE IST

Kurt Weills «Die sieben Todsünden», Ballet chanté mit Ute Lemper. Daneben «Der Bürger als Edelmann» von Richard Strauss. Pierre Bleuse, Leitung. **kammerorchesterbasel.ch**

THEATER

Bis 31.12.2023 | 19.30 Uhr
Kulturhuus Häbse, Basel
DANI VON WATTENWYL & ENSEMBLE – MÄNNER-BLUES

Wenn reifere Herren sich wieder benehmen wie Jungspunde, kann es nur schiefgehen und zudem skurril, witzig und peinlich sein. **haebse.ch**


Foto: zVg

Die bayrische Urgewalt liefert ein kraftvolles, intelligentes und witziges Programm.

Lisa Fitz – Dauerbrenner

WEIB MIT MACHO-TOUCH

13.12.2023 | 19.30 Uhr | Kulturhuus Häbse, Basel

Als Enfant terrible, Aufklärerin, Rocklady, Bürgerschreck und Politikum belebt und bereichert Lisa Fitz seit ihrem Karrierebeginn als Senkrechtstarterin die TV- und Medienlandschaft, inspiriert und provoziert, absolvierte unzählige Talkshows, TV-Sendungen und Interviews. Sie brachte als erste Frau ein Soloprogramm mit eigenen Texten auf die Bühne und schickte die Frauenbewegung mit Witz und Verve auf den Weg. Und sie sei, meint sie rückblickend, in 40 Jahren sicher auch in die eine oder andere Falle getappt. «Irren gehört zum Erfolg!»

red


Foto: zVg

Der neue Design-Weihnachtsmarkt verspricht einzigartige Geschenke.

Schöne Bescherung

BESONDERE GESCHENKE

9.12.2023 | 11–19 Uhr | 10.12.2023 | 11–18 Uhr | Foyer Halle 1, Messe Basel

Der Markt für alle, die Weihnachten am liebsten stilvoll und mit Bewusstsein feiern, kommt erstmals nach Basel. Die Design-Weihnachtsmesse lädt Stil-Liebhaberinnen und Fans des guten Geschmacks zum entspannten vorweihnächtlichen Adventsshopping ein. Rund 60 kleine Labels und Manufakturen aus den Bereichen Schmuck, Food & Drinks sowie Wohn- und Modeaccessoires präsentieren mit Herzblut gefertigte Produkte in festlicher Atmosphäre. Hier findest du garantiert das perfekte Weihnachtsgeschenk für deine Liebsten oder dich selbst!

red



Foto: zVg

Kim Jungman hinterlässt seine Begeisterung für die analoge Fotografie.

Kim Jungman

POSTHUME WÜRDIGUNG

1.12.2023–11.2.2024 | Kulturstiftung Basel H. Geiger, Spitalstrasse 18, Basel

Die KBH.G widmet dem südkoreanischen Fotografen Kim Jungman (1954 – 2022) mit «However We Saw The Same Star» eine Ausstellung.

Gezeigt werden Fotografien aus dem «zweiten» künstlerischen Leben von Jungman, der zuvor als Mode- und Werbefotograf sowie als Celebrity-Porträtist international Erfolge feierte und zum Star im eigenen Land wurde. 2006 erfolgte ein selbstgewählter, radikaler Umbruch in seinem künstlerischen Schaffen, der Bruch mit der kommerziellen Fotografie. Jungman widmete sich fortan thematisch der Natur, der Landschaft und der kulturellen Identität seiner Heimat Korea und weiteren Teilen Asiens.

Die Ausstellung in Basel war für Kim Jungman von grosser Bedeutung. Er investierte seine ganze Energie in die Vorbereitung, doch leider verstarb er am 31. Dezember 2022 im Alter von 68 Jahren mitten in der Detailplanung überraschend. Zuvor hatten er und sein Sohn Neo Kim Basel und die Stiftung besucht und die Präsentation in ersten Umrissen besprochen. Es war der Wunsch der Familie von Kim Jungman, das Projekt auch nach dessen Tod zu realisieren. So wird die Ausstellung nun zu einer Hommage an diesen aussergewöhnlichen Menschen und Fotografen. Zu sehen sind rund 40 seiner schönsten Fotografien.

red

FORUM WÜRTH ARLESHEIM

ZWISCHEN PATHOS UND PASTOS

CHRISTOPHER LEHMPFUHL

verlängert bis 25.02.2024
Sammlung Würth

kunst.wuerth-ag.ch

WÜRTH

28.11.2023 u.w. | 20 Uhr
Fauteuil, Basel
S PERFÄGGTE GHEIMNIS

Handys auf den Tisch! Telefonate müssen mit Lautsprecher geführt werden, Nachrichten und Bilder bekommen alle zu sehen… **fauteuil.ch**

29.11.2023 u.w. | 14.30 Uhr
Theater Arlecchino, Basel
DR GLAINI LORD

Der Klassiker zum ersten Mal im Arlecchino, frei nach dem Roman «Little Lord Fauntleroy». **theater-arlecchino.ch**

29.11.2023 u.w. | 15 Uhr
Fauteuil, Basel
PIPPI LANGSTRUMPF

Die Fauteuil-Märchenbühne spielt erstmals den bezaubernden Kinderbuch-Klassiker von Astrid Lindgren. **fauteuil.ch**

29.11.2023 u.w. | 19.30 Uhr
Theater Basel, Grosse Bühne
MARIE ET PIERRE

Ballett von Bobbi Jene Smith mit dem Ballett Theater Basel zur Auftragskomposition von Celeste Oram. **sinfonieorchesterbasel.ch**

30.11.2023 u.w. | 20 Uhr
Roxy, Birsfelden
MARKUS & MARKUS THEATER-KOLLEKTIV – TITANIC II

Titanic II ist Kollisionskurs, Melodram, ein Telegramm vom sinkenden Schiff. Das einzig Beruhigende ist die Unsinkbarkeit des Bootes, in dem wir alle sitzen. **theater-roxy.ch**

1.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Tabourettli, Basel
RIKLIN & SCHAUB – LIEDER, DIE DU SEHEN MUSST!



Die Multiinstrumentalisten klären in schönstem Harmoniegesang darüber auf, dass es für den Frieden Waffen braucht und die Erde eine Scheibe ist. **fauteuil.ch**

1.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Gare du Nord, Basel
VIVIANE CHASSOT & JÜRG KIENBERGER

AtemNoten – Eine Musiktherapiestunde besonderer Art. Sie improvisieren, tanzen, sind ausser Atem – weit weg von Noten, weit weg von der Atemnot der Welt. **garedunord.ch**

2.12.2023 u.w. | 19.30 Uhr
Schauspielhaus Basel
EIN SOMMERNACHTSTRAUM

Spasshafte Tragödie nach Sophokles in einer Fassung auf Baseldytsch von Lucien Haug. **theater-basel.ch**

3.12.2023 | 16.30 Uhr
Goetheanum, Dornach
FRAU HOLLE

Eurythmie-Märchen zum Mitmachen mit dem Novalis Eurythmie Ensemble. **goetheanum-buehne.ch**

5.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Theater Basel, Kleine Bühne
DAS LEBEN IST UNAUFHALTSAM

Szenen aus Cherson von Natalia Blok, deren 18-jähriger Sohn in der ukrainischen Stadt Cherson eingeschlossen ist, als sie schon in der Schweiz ist. **theater-basel.ch**

6.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Roxy, Birsfelden
ULTRA – WHERE IS YOUR PARTNER

Auf der Bühne vergewissert sich eine Gruppe von Frauen ihrer Existenz und fordert eine Veränderung der Verhältnisse. **theater-roxy.ch**

7.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Reithalle, Kaserne Basel
FATIMA MOUMOUNI & LAURIN BUSER – COLD *Tipp*

Politisch aufgeheizte Stimmung, schmelzende Pole, soziale Kälte: Das Duo stellt sich dringlichen Themen und sucht einen poetischen, humorvollen Umgang damit. **kaserne-basel.ch**

8.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Theater Basel, Kleine Bühne
LITTLE ICE AGE

Schauspiel mit vielen Songs über eine vergangene Klimakrise. Wenn die Welt kopfsteht, braucht man Livemusik und viel Humor. **theater-basel.ch**

8.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Palazzo, Liestal
LOUISES TRAUM ODER WHERE THE F…CK IS KURT WEILL?

Musiktheater von Georg Darvas und Ingala Fortagne. **palazzo.ch**

9.12.2023 | 20 Uhr
Goetheanum, Dornach
DAS KALTE HERZ

Produktion des LiteraTheaters Badenweiler mit Martin Lunz und dem Lichteurythmie-Ensemble Arlesheim-Dornach, nach Wilhelm Hauffs Geschichte. **goetheanum-buehne.ch**

10.12.2023 u.w. | 15 Uhr
Goetheanum, Dornach
BRÜDERCHEN UND SCHWESTERCHEN

Figurentheaterstück von Stefan Libardi nach dem Märchen der Brüder Grimm. **goetheanum-buehne.ch**

13.12.2023 | 19.30 Uhr
Kulturhuus Häbse, Basel
LISA FITZ – DAUERBRENNER *Tipp*

Die bayrische Urgewalt liefert ein kraftvolles, intelligentes und witziges Programm. **haebse.ch**

15.12.2023 u.w. | 19.30 Uhr
Schauspielhaus Basel
EIN KAFKA-PROJEKT

Tanz und Schauspiel von Saar Magal über die Lächerlichkeit des menschlichen Bemühens. **theater-basel.ch**

15.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Gare du Nord, Basel
ENSEMBLE PROTON BERN, ANDREAS EDUARDO FRANK



Das Musiktheater «Platzen, platzen, platzen» ist ein Experiment, bei dem die Menschen auf der Bühne tief in sich hineinhorchen. **garedunord.ch**

21.12.2023 u.w. | 19.30 Uhr
neuestheater.ch, Dornach
LOUISES TRAUM ODER WHERE THE F… CK IS KURT WEILL?

Musiktheater von Georg Darvas und Ingala Fortagne. **neuestheater.ch**

21.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Fauteuil, Basel
MÄRCHEN FÜR ERWACHSENE

Auf dem Programm der Fauteuil-Kultveranstaltung steht dieses Jahr «Pippi Langstrumpf». **fauteuil.ch**

22.12.2023 u.w. | 19.30 Uhr
Theater Basel, Grosse Bühne
MOLIÈRE – DER EINGEBILDETE TOTE

Antú Romero Nunes stellt die letzten langen Sekunden von Molières Leben nach einem Blutsturz als fatale Revue nach. **theater-basel.ch**

23.12.2023 u.w. | 19.30 Uhr
Schauspielhaus Basel
IMMER ÄRGER MIT BARTLEBY

Nach Herman Melvilles «Bartleby der Schreiber». Inszenierung: Rocko Schamoni. **theater-basel.ch**

26.12.2023 u.w. | 14.30 Uhr
Theater Arlecchino, Basel
HERBERT UND MIMI – ROTKÄPPCHEN RELOADED

Es ist eine schöne Idee, der Grossmutter Obst und Kuchen zu bringen, findet Mimi. Nur hat sie nicht damit gerechnet, dass Herbert ständig Hunger hat. **theater-arlecchino.ch**

29.12.2023 u.w. | 19.30 Uhr
Schauspielhaus Basel
ANTIGONE

Tragödie nach Sophokles in einer Fassung auf Baseldytsch von Lucien Haug. **theater-basel.ch**

31.12.2023 | 15 Uhr
Basler Marionettentheater
IN EINEM SCHLOSS IN SCHOTTLAND LEBTE EINMAL EIN JUNGES GESPENST

Mit der Stimme von Franz Hohler als Erzähler und Sir Finley. Für Kinder ab 6 Jahren. **bmtheater.ch**

31.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Basler Marionettentheater
D MONDLADÄÄRNE

Dr Klassiker mit de Originaal-Stimme vo 1951. Silvestervorstellung mit Apéro riche. **bmtheater.ch**

6.1.2024 u.w. | 14.30 Uhr
Theater Arlecchino, Basel
FASNACHTSBÄNDELI – JEDES RÄPPLI ZELLT

Die Mitglieder der Fasnachtsclique Rooti Räppli nehmen sich vor, ihren Auftritt an der Fasnacht möglichst klimaneutral zu gestalten. **theater-arlecchino.ch**

AUSSTELLUNGEN

Bis 10.12.2023
BelleVue – Ort für Fotografie, Basel
MORGENNEBEL – MARCO FRAUCHIGER UND ROLAND SCHMID

Die Ausstellung vereint zwei Sichtweisen auf die bis heute in den betroffenen Ländern erleb- und sichtbaren Auswirkungen des Vietnamkrieges. **bellevue-fotografie.ch**

1.–17.12.2023
Birsfelder Museum, Birsfelden
60 JAHRE MODELLFLUGGRUPPE BIRSFELDEN

Die Ausstellung dokumentiert die Vereinsgeschichte seit ihrer Gründung im Jahr 1962 und zeigt die verschiedenen Sparten des Flugmodellbaus auf. **birsfeldermuseum.ch**

1.12.2023–11.2.2024
Kulturstiftung Basel H. Geiger, Spitalstrasse 18, Basel
KIM JUNGMAN – HOWEVER WE SAW THE SAME STAR *Tipp*

Der koreanische Künstler und Fotograf verstarb am 31. Dezember 2022 im Alter von 68 Jahren überraschend. Er hinterlässt seine Begeisterung für die analoge Fotografie. **kbhg.ch**

6.12.2023–21.1.2024
Museum Tinguely, Basel
BORIS NIKITIN – THE LAST REALITY SHOW

Der Theaterregisseur präsentiert als Installation eine Replika des Wohncontainers der ersten deutschen Staffel der Reality-TV-Show Big Brother aus dem Jahr 2000. **tinguely.ch**

Bis 22.12.2023
Bürgerhaus Pratteln
FANTASIE – WIE ES UNS GEFÄLLT

Kinder von Prattler Schulen und Kindergärten lassen ihrer Fantasie freien Lauf. **buergerhaus-pratteln.ch**

Bis 31.12.2023
Haus der elektronischen Künste Basel
UNSCHARFE REALITÄTEN – REGIONALE 24

Die Werke entführen uns in virtuelle Räume und digitale Realitätskonstruktionen. **hek.ch**



Foto: Rafael Aardom

Jimmy und seine Schuggermuus: Wenn alle im alte Schluuch abtanzen, dann findet auch der «Stärnestaub» sein Happy End.

Stärnestaub

ALLER GUTEN DINGE SIND FÜNF

15.–31.12.23 | Theater Tabourettli, Basel

Mehr Vorstellungen, gleicher Cast: Das Musical «Stärnestaub» geht im Tabourettli in seine nächste Runde.

Als Autor Alex Felix und Regisseur Tumasch Clalüna den «Stärnestaub» im 2018 auf die Bühne zauberten, hätte kaum jemand erwartet, dass das Basler Musical nach der schwierigen Ausgabe 2022 immer noch weitergespielt werden würde. Dank der Solidarität des Ensembles (Balz Aliesch, Helena Bühler, Alex Felix, Colette Greder, Jonas Goettin, Roland Niederer und Noemi Scharrer u.a.) und einem grosszügigen Gönnerverein lebt der Traum des Florian aber weiter: Nämlich der, dass die Fee, die er vor 60 Jahren an der Fasnacht getroffen und lieben gelernt hat, ihn mitnimmt zu sich.

So sitzt der alte Florian auf einem Dach in der Basler Altstadt und wartet brav. Das findet der Feuerwehrhauptmann Brändli gar nicht lustig und rückt aus, um den scheinbar verwirrten Mann zu retten. Assistiert wird er von drei Feuerwehrjungs, die richtig gut singen können. Denn gesungen und getanzt wird mehr als gesprochen, ein Musical halt. So klagt uns ein altes Schiff sein Leid, Ratten tummeln sich auf der Bühne und natürlich erleben wir das erste Treffen der Fee mit dem jungen Florian von anno dazumal. Am Ende grooven alle am Massggeball im alte Schluuch und wie jedes Märchen endet auch der «Stärnestaub» mit einem Happy End.

red

2×2 Premiere-Tickets zu gewinnen

Für die Premiere vom Freitag, 15. Dezember verlost Regio aktuell 2×2 Tickets. Mitmachen unter regioaktuell.com/wettbewerb. Teilnahmeschluss ist der Sonntag, 3. Dezember. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden im Anschluss benachrichtigt. Viel Glück!

Bis 14.1.2024
Museum Tinguely, Basel
DELPHINE REIST – ÖL [OIL, OLIO, HUILE]

Arbeiten, die sich im engeren oder weiteren Sinne auf Öl als Energieträger, Malmittel, Schmierstoff oder auf dessen materielle, fluide Eigenschaften beziehen. **tinguely.ch**

Bis 31.12.2023
Kunsthaus Baselland
SIMONE HOLLIGER – VENIR EN MAIN

Viele Meter hohe und breite Skulpturen und Plastiken spielen mit unseren Sehgewohnheiten.
kunsthausbaselland.ch

Bis 2.1.2024
Fondation Beyeler, Riehen
VON CÉZANNE BIS TILLMANS

Die neue Sammlungspräsentation ermöglicht überraschende Konstellationen, inspirierende Begegnungen und erhellende Einsichten. **fondationbeyeler.ch**

Bis 7.1.2024
Kunsthalle Basel
REGIONALE 24 – DAVOR, DANACH UND ALLES DAZWISCHEN

19 künstlerische Positionen aus dem Dreiländereck, wie Fotografie, Malerei, Performance, Skulptur und Video. **kunsthallebasel.ch**

Bis 7.1.2024
Kunsthaus Baselland, Muttenz
CHIARA BERSANI – DESERTERS

Live-Installation, aufgeführt von drei PerformerInnen mit motorischen Einschränkungen.
kunsthausbaselland.ch

Bis 8.1.2024
Kunsthaus Baselland
REGIONALE 24 – CONCERTO FINALE

Knapp 30 Kunstschaffende aus sämtlichen Gattungen würdigen den Ort und seine Geschichte vor dem Umzug auf das Dreispitz-Areal.
kunsthausbaselland.ch

Bis 21.1.2024
Museum der Kulturen Basel
NACHT – TRÄUMEN ODER WACHEN



Im Spiel von Licht und Dunkelheit wird gezeigt, wovor wir uns fürchten und was die Nacht so faszinierend macht. **mkb.ch**

Bis 21.1.2024
Kunstmuseum Basel
MATISSE, DERAIN UND IHRE FREUNDE

120 hochkarätige Fauves richten den Fokus auf deren Farbexperimente von 1904 bis 1908.
kunstmuseumbasel.ch

Bis 21.1.2024
Kunsthalle Basel
DIEGO MARCON – HAVE YOU CHECKED THE CHILDREN

Skulpturen, Videos und Filme, die berührend, absurd und auch ein wenig unheimlich sind.
kunsthallebasel.ch

Bis 11.2.2024
Cartoonmuseum Basel
BLUTCH – DEMAIN!

Originale aus den frühen Alben sowie Originalzeichnungen aus dem aktuellen Album «La mer à boire».
cartoonmuseum.ch

Bis 23.1.2028
Museum der Kulturen Basel
ALLES LEBT – MEHR ALS MENSCHLICHE WELTEN

Wie wäre es, wenn wir Berge, Flüsse, Tiere und Pflanzen als gleichberechtigte Wesen anerkennen? **mkb.ch**

DIVERSES

Bis 10.12.2023
Universitätsspital Klinikum 1, Basel
16 TAGE GEGEN GEWALT

Der Zonta Club Basel zeigt Cartoons, die psychische Gewalt an Frauen illustrieren. **unispital-basel.ch**

29.11.2023 u.w. | 20 Uhr
Reithalle, Kaserne Basel
BOUCHRA OUIZGUEN – ÉLÉPHANT

Tanz mit Sängerinnen und Musikerinnen, die aus der marokkanischen Volkstradition stammen. **kaserne-basel.ch**

5.12.2023 | 19 Uhr
Rossstall 2, Kaserne Basel
STEVEN SCHOCH & VIRGINIA SCHOCH-ANDREWS – ON A GOOD NOTE

Mutter und Sohn sprechen über die gemeinsame Vergangenheit und die komplexe Geschichte der Familie.
kaserne-basel.ch

8.12.2023 | 20 Uhr
Stadtcasino Basel, Hans Huber-Saal
GERHARD POLT UND DIE WELLBRÜDER AUS'M BIERMOOS

«Bayrischer Abend» der besonderen Art. **stadtcasino-basel.ch**

8.12.2023 u.w. | 20 Uhr
Tabourettli, Basel
LES PAPILLONS – SUPERNOVA

Les Papillons richten das Teleskop auf die grossen Nummern der Klassik-, Pop- und Filmmusik.
fauteuil.ch

9.12.2023 | 15 und 19.30 Uhr
Kaisersaal, Basel
-MINU & JAZZ & KLASSIK

Kolumnen von und mit -minu, Jazz mit dem Silvan Zingg Trio sowie Klassik und Jazz mit Maurice Imhof.
fauteuil.ch

9.12.2023 | 16–19 Uhr
Druckereihalle im Ackermannshof, Basel
MACHT ODER OHNMACHT DER INSTRUMENTELLEN VERNUNFT?

Der Workshop beleuchtet aus verschiedenen Blickwinkeln ChatGPT und das Menschenbild.
philosophicum.ch

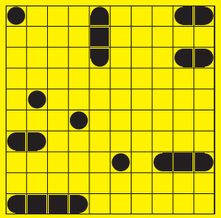
12.12.2023 | 19.30 Uhr
Stadtcasino Basel, Musiksaal
HELGE SCHNEIDER – BIG L.A. SHOW

«Der letzte Torero» singt, tanzt, trommelt, trompetet, spielt Klavier, Saxophon, xylophoniert sich in die Herzen der vielen Menschen.
stadtcasino-basel.ch

LÖSUNGEN



2	7	4	9	1	5	8	3	6
6	8	5	3	7	4	9	2	1
9	3	1	6	8	2	4	5	7
7	9	3	5	6	8	1	4	2
1	2	6	7	4	9	3	8	5
5	4	8	2	3	1	6	7	9
3	1	7	4	5	6	2	9	8
8	5	2	1	9	3	7	6	4
4	6	9	8	2	7	5	1	3





WEIHNACHTEN

Regio aktuell

IMPRESSUM
Erscheint monatlich

Herausgeberin
BirsForum Medien GmbH
Malsmattenweg 1
4144 Arlesheim
061 690 77 00
redaktion@regioaktuell.com

Auflage
100 886 Ex. (WEMF 2023)

Copyright
Alle Rechte bei BirsForum Medien GmbH
ISSN-Nummer 1424-3369

Abonnement
Preis für elf Ausgaben postalische Zustellung: CHF 90.–

Verlagsleitung
Thomas Bloch, Thomas Kramer

Redaktion
Thomas Kramer (tok), Leitung
061 690 77 03
thomas.kramer@birsforum.ch

Lucas Huber (luc)
061 690 77 06
lucas.huber@birsforum.ch

Rolf Zenklusen (zen)
061 690 77 07
rolf.zenklusen@birsforum.ch

Mitwirkende Autor/innen und Fotograf/innen dieser Ausgabe
Cédric Bloch, Pino Covino, Simon Eglin, Christian Fink, Tobias Gfeller, Christian Jaeggi, Matti Kopp, Jessica Manurung, Mimmo Muscio, Katharina Schäublin, Stephanie Weiss, Tom Wiederkehr

Gestaltung und Produktion
Denise Vanne (Leitung)
grafik@birsforum.ch
Patricia Sterki, Melanie Möckli

Korrektorat: Katharina Schäublin (kas)

Medienberatung, Anzeigenverkauf
Ueli Gröbli, 061 690 77 05
ueli.groebli@birsforum.ch

Andreas Kunle, 061 690 77 08
andreas.kunle@birsforum.ch

Paul Wisler, 061 690 77 04
paul.wisler@birsforum.ch

Produktmanagement
Patricia Sterki, 061 690 77 09
patricia.sterki@birsforum.ch

Projekte
Daniela Karrer, 061 690 77 00
daniela.karrer@birsforum.ch

Tarife regioaktuell.com

printed in switzerland



Foto: zVg

Steuert die Party-Crowd über den Dancefloor: House-Pionier Dario Mancini aka Djaimin, auch ein Wegbereiter der Schweizer Clubbing-Szene.

Beats & Bites meets Regio aktuell

PIZZA, PARTY, POWERBEATS

7.12.2023 | 18 Uhr | L'Osteria, Basel

An der hippsten Afterwork-Party Basels wird nebst pumpigen Bässen und housigen Beats auch Pizza serviert. Mit dem richtigen Code-Wort zur richtigen Zeit gibt's obendrein den Gratis-Drink.

Jeden Donnerstag geht's in der Osteria hoch zu und her. Verdiente DJ-Haudegen wie Kenny Carpenter, Jamie Lewis oder Dani Koenig beschallen noch bis mindestens Weihnachten die Räume des ehemaligen Kino Plaza an der Steinentorstrasse mit ansteckenden Vocal- und Deep-House-Tunes. Dabei spielt in dieser Location das Kulinarische auch eine Rolle. Frisch aus dem Ofen finden im Viervierteltakt feine Pizza-Slices ihren Weg zum Dancefloor und sorgen für den nötigen Energieschub – und an der Bar werden die passenden Drinks serviert.

Code-Wort «Regio aktuell»

So auch am Donnerstag, 7. Dezember. Wenn die Soundmixer Djaimin, Fred Licci, Soulstar und Syndicate an den Hebeln drehen, mischt auch Regio aktuell ganz vorne mit – und lädt alle Frühansteher zwischen 18 und 19 Uhr ein zu einem Welcome-Drink inklusive Pizza-Schmaus. Einzige Bedingung: Nenne am Eingang das Code-Wort «Regio aktuell» – und dem perfekten Afterwork-Party-Glück steht nichts im Weg.

tok

5×2 VIP-Tickets zu gewinnen

Für die Afterwork-Party Beats & Bites vom Donnerstag, 7. Dezember, verlost Regio aktuell 5×2 VIP-Tickets. Inbegriffen sind Pizza-Slices und Free Drinks zwischen 18 bis 20 Uhr, serviert im Séparée. Mitmachen unter regioaktuell.com/wettbewerb. Teilnahmeschluss ist der Sonntag, 3. Dezember. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden im Anschluss benachrichtigt. Viel Glück!

Herzliche Einladung zu unserer 3-tägigen Verkaufsausstellung

WORK TABLE GALLERY

vom 1. bis 3. Dezember 2023
in den Atelierräumen Austrasse 26
(Hinterhaus), Basel

Zu sehen sind vielseitige gestalterische Arbeiten von Victor Fritz, welche in den letzten Jahren entstanden sind.

Beim Rundgang durch die Atelierräume gibt es viel zu entdecken, wie Bilder, Reliefs, Architekturobjekte, Kleinskulpturen, Plastiken, Blattfiguren sowie VFM-Design-Produkte.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Victor Fritz
www.fritz-modellbau.ch
fritzmodell@magnet.ch
061 272 78 00

Öffnungszeiten: Freitag 1. Dezember 14–19 Uhr
Samstag 2. Dezember 10–18 Uhr
Sonntag 3. Dezember 10–16 Uhr



MEISTERWERKE
TSCHAIKOWSKY
PHILHARMONIA FRANKFURT



PIANO: IRINA GEORGIEVA LEITUNG: JURI GILBO
SINFONIE NR. 4, F-MOLL
KLAVIERKONZERT NR. 1, B-MOLL
WWW.WMC-MEDIA.CH ticketcorner
BERN | CASINO DO 18.01.2024
BASEL | STADTCASINO FR 26.01.2024

KNOBELN MIT DER GANZEN FAMILIE

SUCHBILD

Finden Sie die 8 Unterschiede in den beiden Bildern?



Original



Fälschung

SUDOKU

Füllen Sie die leeren Felder mit den Zahlen von 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der neun 3×3-Blöcke nur ein Mal vorkommen.

Mittel

2	7			1	5			
		5				9	2	
					2	4		
	9		5					
		6	7		9	3		
					1		7	
		7	4					
	5	2				7		
			8	2			1	3

SCHWEDENRÄTSEL

engl.: Weihnachten (kurz)	angeschraubt, befestigt	seltenste Blutgruppe		ägypt. Gott des Totenreichs	legendär. Goldland	Ackerrand	kein bisschen fleissig (ugs.)			kalter Wind an der Adria	pflegen und schützen		histor. Wurfspiess		auch genannt	Stadt in Jordanien	ital.: zwei
				Muse der Liebespoesie						Christkind						11	
							Geisteskranker, Verrückter						kleine Wunde		Zch. f. Gold		
Tessiner Frischkäse		Hubschrauberteil		röm. Jaggöttin				5		frz. Maler † 1917 (Edgar)		Flussfisch					
Dreieck			3				Mediziner, Heilkundiger		Geschäfte (engl.)		10				Teil der Blüte		Backtreibmittel Mz.
Kykladeninsel				Bundesamt für Landwirtsch.		KletterTiere						Abk.: althochdeutsch		weibl. Rind			8
lat.: und			Millionenstadt im Südirak		6				Frage nach e. Ort		enthaltsame Lebensweise						
Vorn. d. walis. Autors Dahl †						Vermehrung						4		Thema e. Werkes		Schulutensil	
Autokz. Türkei			ohne Sprache	1							Teil des Badezimmers				7		

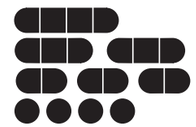
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

pausieren																	
Festigkeit v. Stoffen	langhaariges Lama d. Anden			flegelhafter Mensch		arab. Fürstentum											
eh. dt. Airline			9		Verabredung (engl.)												
einer der Drei Könige		CH-Ministerium															
Drama von Shakespeare †		griech. Buchstabe		2													

raetsel.ch

BIMARU

Die Zahl bei jeder Spalte oder Zeile bestimmt, wie viele Felder durch Schiffe besetzt sind. Diese dürfen sich nicht berühren, auch nicht diagonal, und müssen vollständig von Wasser umgeben sein, sofern sie nicht an Land liegen.



Die Lösungen finden Sie auf Seite 64



Laufend Sonderaktionen

auf bekannte Marken.

huushalt-shop.ch

061 701 14 65

Luxor
HAUSHALTSAPPARATE
VERKAUF-SERVICE

luxorhaushaltsapparate.ch
Fabrikmattenweg 10, Arlesheim



BEREIT FÜRS NÄCHSTE LEVEL?

WERDE GEBÄUDETECHNIKER /-IN UND STARTE NOCH HEUTE MIT UNS DURCH!

JETZT BEWERBEN!

Freie Lehrstellen für 2024!

Die Profis der Gebäudetechnik versorgen Gebäude mit Wasser, Luft und Wärme. Dabei kombinieren sie planerisches und handwerkliches Geschick mit viel Hightech.

Unsere Berufe:

- Gebäudetechnikplaner/-in EFZ
- Spengler/-in EFZ
- Sanitärinstallateur/-in EFZ
- Heizungsinstallateur/-in EFZ
- Lüftungsanlagenbauer/-in EFZ

suissetec Nordwestschweiz
WIR, DIE GEBÄUDETECHNIKER

GESEHEN!
BALOISE SESSION OPENING NIGHT

Vor ausverkauftem Haus legten die Fantastischen Vier einen furiosen Auftritt hin, ein zweiter sollte tags darauf folgen. Unterstützt von einer formidablen Band reimten sich die Deutschrapper durch die Hits einer nun schon drei Jahrzehnte andauernden Karriere und bescherten so dem Basler Boutique-Festival einen denkwürdigen Eröffnungsabend.

21. OKTOBER 2023, EVENTHALLE MESSE BASEL

Texte: Thomas Kramer, Fotos: Mimmo Muscio



Ein Bühnenauftritt muss für die **Fantastischen Vier** wie ein Bad im Jungbrunnen sein: Smudo, Thomas D und Michi Beck rappten ihre Reime auch 30 Jahre nach ihrem kometenhaften Aufstieg frisch und unverbraucht daher.



Stephan Kestenholz, Verwaltungsratspräsident der Kestenholz Gruppe, fährt auf fantastischen vier Rädern, seine Frau **Lilo Kestenholz** fährt ab auf Fanta4.



Hat die Fanta4-Texte schon auf dem Pausenplatz mitgesungen: **Silvia Binggeli,** Chefredaktorin Schweizer Illustrierte, mit **Urs Heller,** Chefredaktor Gault Millau Schweiz.



Wink des Universums: **Rolf Samer,** ehem. CEO Gasverbund Mittelland, und Partnerin **Mariana Bayer,** hörten im Auto Fanta4 – dann kam die Einladung zur Baloise Session!



«Bevor wir fall'n, fall'n wir lieber auf!» **Melanie Markstein** im Paillettenkleid des Abends. In deren goldenem Glanz **Clemens Markstein,** seit Juli CEO Baloise Schweiz.



Sang den ersten Ton der restlos ausverkauften Ausgabe 2023: **Steffe La Cheffe,** die Schweizer Rapperin und Beatboxerin aus dem Berner Breitenrain-Quartier.



Ist es die da, die da oder die da!?! Die drei Projektleiterinnen vom UBS Marketing **Anja Stofer, Lucia Rutishauser** und **Céline Speck** (v.l.) sind an diesem Samstag jedenfalls da.



«Mit Deutschrap bin ich in den 90ern gross geworden», sagt Roche-Verwaltungsrat **Jörg Duschmalé** (l.). **Jan Krarup** von ffbk Architekten war eine Dekade zuvor dem New Wave zugetan.



Genossen den Eröffnungsabend wie einen «Tag am Meer»: Baloise-Session-Chefin **Beatrice Stirnimann** und **Bruno Dallo,** Präsident «Freunde der Baloise Session».



«Wir mögen hier die familiäre Atmosphäre und die Nähe zu den Künstlern!» **Andreas Staubli,** CEO der Beratungsfirma PwC Schweiz, und **Beatrice Andert Staubli.**



Beate Zinke Mäder mit Ehemann **Stefan Mäder.** Der Mobiliar-Verwaltungsratspräsident war selbst mal Keyboarder einer Pop-Band; deren Namen behält er aber lieber für sich.

Die genossenschaftliche Verankerung machts möglich.

Wenn es bei uns gut läuft, profitieren auch die Kundinnen und Kunden.



Francisco Canosa
Leiter Vorsorge



Julienne Egger
Verkaufssupport



Xenia Garbellini
Verkaufssupport



Renato Gottardi
Schadendienst



Jacqueline Kurt
Verkaufssupport

Wir und 35 weitere Mitarbeiter:innen sind für Sie da.

Generalagentur Aesch
Stephan Hohl

Hauptstrasse 70
4147 Aesch
T 061 756 56 56
aesch@mobiliar.ch

die Mobiliar

GESEHEN!

NACHT DER JUNGEN LEADERS

«Der Tag ist für die Alten; die Nacht gehört uns»: So der Slogan der Nacht der jungen Leaders, in der die Handelskammer beider Basel zusammen mit der Junior Chamber International Basel (JCI) die nächste Business-Generation zusammengebracht hat. Bei namhaften Keynotes und regem Networking trafen junger Visionsgeist und langjährige Unternehmenserfahrung aufeinander.

20. OKTOBER, HYPERION HOTEL BASEL

Texte: Matti Kopp, Fotos: Cédric Bloch



Keynotes und Inputreferate gaben dem Business-Nachwuchs die nötigen Impulse.



Consulting-Unternehmer **Nikola Niki** aus Zürich (l.) im Austausch mit den Startup-Unternehmern **Gabriel Balmer** (M.) und **Lucian Rumpe,** die mit ihrer Kreativagentur TERC so richtig durchstarten möchten.



Zukunftsmusik oder bereits Realität? **Andrea Vögeli** (r.), Inhaberin Smart Work Business Club, referierte über «Business und Networking im Metaverse». Mit dabei: Schwester **Sara Vögeli.**



Tief in ihren Familienunternehmen verwurzelt: die Geschwister **Isabelle** und **Dominique Buchmann** (l.) der Konditorei Buchmann, zusammen mit **Raffael Jenzer** vom gleichnamigen Fleisch- und Feinkostunternehmen aus Arlesheim.



Beim feierabendlichen Networking-Apéro (v.l.n.r.): **Robert Schöbel** (Malerei Marcel Fischer), **Marco Wyssli** (Verkaufsleiter Zürich Versicherung), **Yannick Hersperger** (Geschäftsleitung Alltech Installationen) und **Simon Kaiser** (Store Manager Oris).



Stefanie Hofer (l.) und **Tanja Gut** (r.) von der Handelskammer beider Basel mit **Sunnie Groeneveld,** die als Keynote-Speakerin über ihre Erfahrungen als Unternehmerin referierte.



Sehen grosses Potential in der jungen Basler Unternehmer-Szene: **Burim Haliti** (l.), Kundenberater der Baloise Versicherung mit Kumpel **Yannick Freiermuth,** Versicherungsberatung Artus Unicorn.



OK-Präsidentin **Jasmin Widdau** (JCI Basel) mit **Benjamin Bruni,** Chefredaktor von Radio Basilisk, der locker durch den Abend moderierte.



Das Team Digitalisierung der Pimeo Energie: **Anna-Lena Haberstroh** (l.) und **Delia Robbiani** mit **Thomas Eglin,** Head of Digital Business, der in seiner Breakout-Session über die Digitalisierung von Energieprodukten fachsimpelte.



«Man trifft auf Kunden, Partner, Freunde und solche, die es vielleicht bald sind», erzählen **Leonardo Aeschlimann** (l.) und **David Grütter,** beide Managing Partner der IT-Beratung Consenso.



Die Leaderinnen und Leader von Morgen? (v.l.n.r.) **Manuela Haefelfinger, Céline Tschumi** und **Luca Schüpfer** haben grosse Pläne.



Die neue Unternehmergeneration setzt auf Spiel und Spass anstatt Anzug und Krawatte.



Team Bettenhaus Bella Luna



Team Mössinger AG

DieRaumausstatter.ch
Mühlemattstr. 27, 4104 Oberwil
Tram 10 / Bus 61+64 (Hüslimatt)

Die Raumausstatter Oberwil BL

Öffnungszeiten:
Mo - Fr : 9-12 Uhr / 13-18 Uhr
Samstag: 9-16 Uhr

Bettenhaus Bella Luna AG
Telefon 061 692 10 10
www.bettenhaus-bellaluna.ch

MÖSSINGER AG
PARKETT
BODENBELÄGE
VORHÄNGE
Telefon 061 681 38 38
www.moessinger-ag.ch

GESEHEN!

FESTLICHES GRUSELN

Hunderte mehr oder weniger Kostümierte feierten an der Halloween-Party in Allschwils Festbude Zic Zac. Viel Friedhofsromantik machte sich da breit mit jeder Menge Zombies, Geistern, Hexen, Vampirköniginnen, Katzen, Zauberern, Feen und Voodoo-Priestern. Bei einigen reichte aber auch schon ein Kratzer auf der Stirn, um sich ins Getümmel zu stürzen.

28. OKTOBER 2023, ZIC ZAC ALLSCHWIL

Texte: Christian Fink, Fotos: Mimmo Muscio





Cat stammt aus Irland, **Jimi** aus England; sie tritt als Katze aufs Parkett, er als Supermann. Die Party besuchen sie, da Halloween schliesslich aus Irland komme, betont Cat.



Joël, Anita, Serhat, Thalia und **Pascal** (v.l.) begeben sich mit ihrer Kostümierung nach Mexico und feiern den «Día de los Muertos», den Tag der Toten.



Enea (r.) kommt auf die Party, nachdem sie von ihrem Mann enttäuscht worden ist und ihn eben umgebracht hat. **Jessica** ist als Joker aus «Batman» unterwegs.



Regelmässige Halloween-Party-Gäste sind **Suji** und **Keety.** Sie verkörpert übrigens Maleficent, die böse Fee aus dem Disney-Film «Dornröschen». «In der Neuverfilmung ist sie jedoch die Gute.»



Diana, Murat, Sarah, Erwin und **Onur** (v.l.n.r.) sind als Säuberungstruppe unterwegs. «24 Stunden lang dürfen wir jeden umbringen, der uns über den Weg läuft», sagt Onur.



Als Mario und Luigi haben sich **Tanja** und **Jan** verkleidet: «Wir wollen kreativ sein und Spass haben.»



Martin, Nicole, Bianca und **Valerie** (v.l.) stellen eine Gruseltruppe dar: «Hier kennt uns keiner», freuen sie sich.



Jessica und **Charlotte** sind aus Deutschland angereist: «Wir wurden von Freundinnen eingeladen, die wissen, dass wir uns gerne verkleiden.»



Alexandra (r.) besucht die Halloween-Party jedes Jahr, vor allem der vielen Freunde wegen, die sie hier trifft. Erstmals mit dabei ist **Michèle.**



Florian (l.) und **Gregor** geniessen die Sause und erfreuen sich an der Kreativität der anderen Gäste.

Notrufgeräte für zuhause & unterwegs

Rund um die Uhr Sicherheit und medizinische Versorgung.



Stiftung MNZ
Medizinische Notrufzentrale

Kontakt: hausnotruf@mnzbasel.ch • www.mnzbasel.ch | **061 560 15 23**



Dass Sie besser hören, ist für uns Herzenssache.

Wunsch-termin

Gut zu wissen, wie es um das eigene Hörvermögen steht.

Unsere Hörexperten beraten Sie gerne darüber, wie Sie Ihr Hörvermögen bewahren bzw. verbessern können. Vereinbaren Sie einen Termin für einen kostenlosen Hörtest, eine Hörberatung, ein unverbindliches und kostenloses Probetragen von Hörgeräten oder einen Hörgeräte-Service. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Audika Hörcenter in Ihrer Nähe

Dorfplatz 5, 4123 Allschwil, Tel. 061 481 55 67
Aeschenvorstadt 25, 4051 Basel, Tel. 061 272 73 77
Hammerstrasse 70, 4057 Basel, Tel. 061 693 19 00
Rosengasse 4, 4410 Liestal, Tel. 061 921 47 97
Schlossstrasse 8, 4133 Pratteln, Tel. 061 821 47 10
Zürcherstrasse 1, 4310 Rheinfelden, Tel. 061 831 05 15
Wettsteinstrasse 6, 4125 Riehen, Tel. 061 641 40 13
Hauptstrasse 62, 4450 Sissach, Tel. 061 971 25 21

Audika
Ihr Experte für gutes Hören

ALL DAS MAG ICH

Jeden Monat verrät uns eine Persönlichkeit aus der Region ihre Vorlieben.

«VELÖLE», KATER NEO UND EIN HEMD MIT CHARAKTER

Der fünffache Poetry-Slam-Schweizermeister hat das Oltner Kabarett-Casting gewonnen und wurde gerade erst mit dem Salzburger Stier ausgezeichnet. Mit seinen Programmen tourt der Humorist durch die Kleintheater der Schweiz.



Foto: Jen Ries

Dominik Muheim
Kabarettist & Geschichtenerzähler



Neo

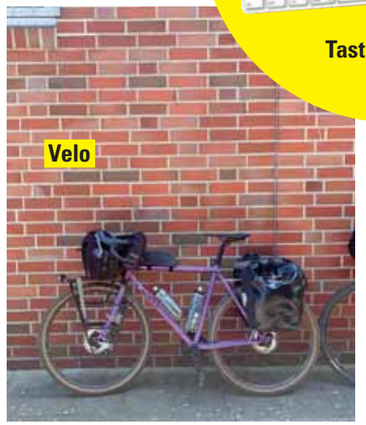
Fotos: zVg

Dieser Kater ist eine Weihnachts-Geschichte. Beim Zügeln ist er abgehauen. Ein Jahr später, im Dezember 2020, tauchte er im Fricktal wieder auf. Seitdem lebt er wieder bei uns. Ein ruhiges Tier – mit einem guten Humor.



Tastatur

Auf dieser Tastatur habe ich unzählige Geschichten, Bühnen-Texte und Kolumnen geschrieben. 26 Buchstaben, die mich inspirieren, begleiten – und manchmal auch nerven.



Velo

Mit diesem Velo bin ich im Sommer von Basel bis Oslo und von dort nach Berlin geradelt. Seitdem erzähle ich allen von diesem Abenteuer. Schade, ist hier zu wenig Platz dafür.



Bücher

Ich liebe Geschichten. Lesen ist für mich eine wichtige Inspirationsquelle. Begeistert hat mich zuletzt der Roman von Rebekka Salm, der in einem Baselbieter Dorf spielt; Empfehlung!

Hemden, die ich mag, gibt es nur in Brockis. Mein Lieblings-Stück hat schon so viele Auftritte mitgemacht, dass es mittlerweile zerfällt. Wegwerfen würde ich es nie – zu viele gute Geschichten verbinde ich damit.



Hemd

Winter Gwärb-Sunntig, 10. Dezember 2023
Von 11.00 Uhr bis 16.00 Uhr sind wir gerne für Sie da!



Schuhe Freizeit spiess Lifestyle

Spiess Schuhe Freizeit Lifestyle
Allmend-Markt, 4460 Gelterkinden
T 061 981 14 21
info@spiess-schuhe.ch, www.spiess-schuhe.ch

Öffnungszeiten
Di–Fr 8.30–18.30 Uhr
Sa 8.30–16.00 Uhr



breitband.ch

Ho-ho-ho

Internet-Abos schon ab 9.90 CHF | Mt.



Alle Preise in CHF/Monat, Stand November 2023. Die Verfügbarkeit der Abos können auf www.breitband.ch geprüft werden. breitband.ch - ein Service der ImproWare AG.