

Akzent

Magazin für Kultur und Gesellschaft

1 | 24

Januar

Licht und Wärme

Alte Feuerbräuche

Lichtspektakel in der Region

Zoo Basel

Tiere mit Wärmeplatten

Winterblues

Lichtmangel stoppen

Pro Senectute beider Basel

Lampen aus dem 3D-Drucker

**Pro Senectute
beider Basel**

bb.prosenectute.ch

Liebe Leserinnen, liebe Leser



Mit dem neuen Jahr beginnt ein neues Kapitel für dieses Magazin. Meine Vorgängerin Christine Valentin hat ihren verdienten Ruhestand angetreten.

Ich freue mich darauf, Ihnen ab sofort – gemeinsam mit allen Mitwirkenden – vier Mal im Jahr eine Auswahl an vielfältigen Themen der Region zu präsentieren.

Die aktuelle Ausgabe widmet sich lebenswichtigen Elementen: dem Licht und der Wärme. Wussten Sie, dass ihr Einfluss auf uns oft unbewusst geschieht? Das Hormon Serotonin wird beispielsweise durch Licht angeregt und spielt eine entscheidende Rolle für unsere Gefühle, unser Wohlbefinden und unsere Tatkraft.

Vielleicht halten Sie es bereits wie der deutsche Galerist und Autor Hans-Jürgen Müller, der anmerkte: «Es ist besser, das kleinste Licht anzuzünden, statt sich über die Dunkelheit zu ärgern.» Falls Sie nach weiteren Tricks suchen, wie Sie die dunkle und kalte Zeit schadlos überstehen, finden Sie auf den nächsten Seiten einige Ideen.

Über Licht und Wärme gibt es viele Geschichten zu erzählen. Ich hoffe, dass Sie Licht und Wärme in diesem Magazin von neuen, anderen Seiten entdecken und ihr Zusammenspiel als Kraft, welche die Dunkelheit erhellt und auch die Herzen erwärmt, nutzen können.

Viel Freude beim Lesen!

Rebecca Häusel,
Redaktionsleiterin

Inhalt

SCHWERPUNKT

- 4 Lichtbräuche in der Region
Chluri, Böögg und Riesenfeuer
- 8 Elektrische Beleuchtung
Von den Alpen in die Stadt
- 12 Besuch im Restaurant blindekuh
Im Reich der vier Sinne
- 17 Unnützes Wissen
Zum Staunen und Schmunzeln
- 19 Der Siegeszug
des künstlichen Lichts
- 22 Wärme- und Lichtbad in der Kabine
Sonnenersatz mit Schatten-
seiten
- 24 Saisonale Verstimmung
Licht gegen den Winterblues
- 27 Schlüssel zum Wohlbefinden
Wärme als Treibstoff
- 30 Temperaturschwankungen
in der Tierwelt
- 35 Wolle auf dem Webstuhl
Weich und warm

- 2 **KURZ & BÜNDIG**
- 3 Impressum
- 38 **IHRE SEITE**
- 39 **MEDIENTIPPS**
- 40 **KULTURTIPPS**
- PRO SENECTUTE BEIDER BASEL**
- 42 Steuererklärungen
- 43 Aktuell
Lampen aus dem 3D-Drucker
- 44 Bildung und Kultur
Digitale Medien
Kreativität / Lebensgestaltung
Sprachen
- 50 Sport und Bewegung
Neues entdecken!
- 55 Sensopro Luna
Mehr Stabilität in 10 Minuten

Titelfoto: Blick auf den Rheinhafen Basel-Kleinhüningen und das Dreiländereck während des Hafenfests 2023. © Raphael Alü



8/19

Wie die Nacht zum Tag wurde: Laternen auf dem Barfüsserplatz in Basel um 1910



12

Sinneserfahrungen in der Dunkelheit



35

Textildesignerin verarbeitet Schafwolle im Kleinbasel



Über Sterbehilfe sprechen

Was bedeutet es, wenn jemand einen assistierten Suizid in Anspruch nehmen möchte? Was passiert am Sterbetag? Solche und ähnliche Fragen beschäftigen Menschen, die über Sterbehilfe nachdenken. Ein neues Werkzeug will das Sprechen über assistierten Suizid erleichtern: ein Kartenset mit Fragen, Antworten und Bebilderung rund um selbstbestimmtes Sterben. Auf der Vorderseite der Karte stehen jeweils eine kurze Frage und eine Illustration, die oft mit Humor das schwere Thema auflockert. Auf der Rückseite beantwortet ein sachlicher Text die Frage. Man kann die Karten allein durchgehen, sie mit einer Gruppe anderer Personen besprechen, oder Fachpersonen können sie in Beratungsgesprächen nutzen. Das Set zum assistierten Suizid ist das vierte in dieser Reihe nach jenen zu Sterbeethik, Patientenverfügung und Sterbeprozesse, die seit 2021 erhältlich sind.

→ rundum-kartensets.ch

Freiwillige gesucht

Im Auftrag der Volksschulen des Erziehungsdepartements Kanton Basel-Stadt sowie in Kooperation mit verschiedenen Schulen im gesamten Baselbiet ermöglicht Pro Senectute beider Basel älteren Menschen, ihre Zeit und Erfahrung in Kindergärten, Grundschulen, weiterführenden Schulen und Tagesbetreuungsprogrammen einzubringen.

Möchten Sie Teil des inspirierenden Projekts «Begegnung der Generationen» werden? Ihre Aufgabe kann das Vorlesen von Geschichten, musikalische Aktivitäten, Basteln, handwerkliche Unterstützung oder Hilfe im Sprachunterricht sein. Falls Sie Freude am Umgang mit Kindern und Zeit für regelmässige Besuche haben, sind Sie hier genau richtig.

Das Projekt «Begegnung der Generationen» fördert den Dialog zwischen den Generationen und stärkt die Solidarität in der Gesellschaft. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer leistet einen bedeutenden Beitrag an das Zusammenleben. Pädagogische Fachkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bei Fragen oder Interesse an einem persönlichen Gespräch zögern Sie nicht, sich bei uns zu melden. Freiwilliges Engagement ist eine wertvolle Möglichkeit, die Gesellschaft positiv zu beeinflussen und gleichzeitig die eigene Lebensfreude und geistige Vitalität zu fördern. Pro Senectute beider Basel freut sich auf Sie!



generationen@bb.prosenectute.ch

[bb.prosenectute.ch/
begegnung-generationen](http://bb.prosenectute.ch/begegnung-generationen)



Akzent

Magazin für Kultur und Gesellschaft



Die Ausgabe 2/2024
erscheint Anfang April
zum Schwerpunktthema
«Rausch».

Informationen zum Abonnement:
info@bb.prosenectute.ch
061 206 44 44

akzentmagazin.ch

Impressum

Akzent Magazin
Pro Senectute beider Basel
Im Westfeld 6, Postfach, 4009 Basel
061 206 44 44, info@akzent-magazin.ch
akzentmagazin.ch

Herausgeberin:
Pro Senectute beider Basel

Alle Rechte vorbehalten.
Nachdruck nur mit Genehmigung der
Redaktion.

Redaktionsleiterin: Rebecca Häusel (rh)

Autorinnen und Autoren:
Evelyn Braun (eb), Andreas Schuler (as),
Markus Sutter (msu), Christine Valentin (va),
Manuela Zeller (mz)

Layout und Satz: Gisela Burkhalter
Druck: Stämpfli Kommunikation, Bern

Aboverwaltung: Julia Storz

Erscheinungsweise: vierteljährlich
Auflage: 7200 Ex.

Jahresabonnement
Inland CHF 36.-, Ausland CHF 72.-

ISSN 2624-4969

