



SeniorenForumKehl

Aktiv für sich und Andere

Aktuelle Angebote

**Juni
2024**

SeniorenForumKehl, Jahnstr. 22, 77694 Kehl,

Tel. 07851 48 56 54

E-Mail: seniorenforum@kehl.de

www.kehl.de/leben+in+kehl/bildung+und+soziales/senioren

Bürozeiten:

Montag - Freitag 10.00 - 11.30 Uhr

Montag 14.00 - 15.30 Uhr

Guckt in die Herzen und Köpfe, nicht auf die Hautfarbe, die Herkunft oder die Religion. Dann werdet ihr feststellen, wir sind alle eins, nur verschieden.

Dunja Hayali
deutsche Journalistin, geb. 1974

Der bekannten Journalistin Dunja Hayali ist nicht zu widersprechen und wir alle können in unserem Alltag genau diese Erfahrung bestätigen und sind schockiert, dass es doch immer wieder notwendig ist, dringend darauf hinzuweisen und Wogen zu glätten.

Nach dem Mai mit allen seinen Feiertagen, Ferien und dem Messdi kommt der Juni wieder in ruhigeren Bahnen daher und wir dürfen Sie gleich zu Beginn, am **06.06.24** um **10 Uhr** zu einer großen Reise einladen. Dabei begleiten wir die beiden „Anfangs- Unruheständler“ (wie sie sich selbst bezeichnen) **Karl Streif** und **Rolf Hauß** auf einer ganz speziellen Individualreise nach Südamerika. Die Beiden bereisten im Herbst 2022 5 Wochen lang den südamerikanischen Kontinent vom Norden **Argentiniens**, des 8.größten Landes der Erde in mehreren Etappen und durch mehrere Klima- und Vegetationszonen mit Bus oder Flugzeugen entlang der Anden, der längsten Gebirgskette der Welt, bis ans Ende der Welt nach Ushuaia, der südlichsten Stadt der Erde in der argentinischen Provinz Feuerland. Ushuaia, Ausgangspunkt für Expeditionen in die Antarktis und beliebter Zwischenstopp für Kreuzfahrtschiffe hat immerhin 82000 Einwohner, einen bedeutenden Nationalpark und die südlichste Universität der Welt. Das norwegische Hammerfest und Unkel am Rhein sind Partnerstädte. Wir freuen uns auf diesen interessanten **Dia-Vortrag** von Karl Streif und Rolf Hauß und auf Ihre Anmeldung.

Am **13.06.24** um **10 Uhr** sind Sie herzlich eingeladen zu einem weiteren Vortrag von **PHK Ralf Kaufmann** über „**Enkeltrick und Co**“, gerne nimmt Betina Feuerbach vom Pflegestützpunkt, Tel. 882412 ihre Anmeldung entgegen.

Für die Freunde unserer musikalischen Vorträge mit **Hansjürgen Hörnel** steht am **27.06.24** und am **18.07.24**, jeweils um **10 Uhr**, gleich ein Doppeltermin an, den Sie sich bitte vormerken sollten: „**Doppelbegabungen**“ nennt Hansjürgen Hörnel diese beiden Vorträge in deren erstem Teil von 3 bekannten Komponisten die Rede sein wird. So brachte der Romantiker **Felix Mendelssohn - Bartholdy** von seinen zahlreichen Reisen nach England und Italien nicht nur musikalische Anregungen, sondern auch sehr beachtenswerte Skizzen mit nach Hause und die beiden großen Komponisten des 20. Jahrhunderts, **Arnold Schönberg** und **Paul Hindemith** hatten absolute Doppelbegabungen. Während Schönberg sich auch als Maler und Designer von Möbelstücken einen Namen machte, hatte Hindemith ein Faible für Karikaturen, was auch in seinen Kompositionen zum Ausdruck kam. Freuen Sie sich auf den ersten Teil des spannenden Vortrags von Hansjürgen Hörnel und melden Sie sich an.

Große Sorgen macht uns im Moment der **Billardkurs** am **Freitag** um **14.30 Uhr**, der dringend Nachwuchs sucht! Haben Sie schon einmal Billard gespielt? Möchten Sie es lernen? Haben Sie Lust auf ein bisschen Sport mit Köpfchen? Auf ein ganz traditionsreiches Spiel und auf ein wöchentliches Zusammenkommen in der Gruppe? Wir stehen Ihnen für Rückfragen jederzeit zur Verfügung.

Gerne möchten wir auch noch einmal auf unsere „**Handwerker**“ hinweisen, die Ihnen helfen können, wenn Sie kleinere Probleme haben, ein Wasserhahn tropft, eine Schranktür klemmt usw. Rufen Sie im SeniorenForum an, wir informieren dann einen der ehrenamtlich tätigen und über die Stadtverwaltung versicherten Herren. Dieser Service ist nicht für größere Reparaturen, Umzüge etc. gedacht und kann nur von älteren Menschen in Anspruch genommen werden.

Die Ankündigungen umfassen noch den **Literaturkreis**, der sich am **18.06.24** um **15 Uhr** dem Buch von **Vladimir Nabokov** „**Lushins Verteidigung**“ widmen wird, sowie dem Kreis um **Sascha Benkert** und **Michael Giurgiu** „**Philosophie heute**“, der sich am **25.06.24**

um **15 Uhr Max Horkheimer** , den führenden Kopf der Frankfurter Schule vornehmen wird.

Die Computerangebote von **Roland Schühle** und **Daniel Ruff** laufen weiter wie bekannt. **Konstanze Zint** wird am **06.** und am **13.06.24** um **14 Uhr** einen Workshop zum Thema „**Öffnen und Speichern von Dateien**“ anbieten, in dem sie die vielfältigen Möglichkeiten des Datei - Managers aufzeigt, sei es ein Dateien - Schnellzugriff , Verknüpfungen oder das Speichern in den Programmen Word und Excel. Gute Grundkenntnisse über das Arbeiten mit Ordnerstrukturen werden vorausgesetzt. Bitte bringen Sie ihr Notebook mit, soweit vorhanden.

Sonja Walter plant am **18.06.24** ab **9 Uhr** ein sommerliches Essen mit Salat Nicoise und Kirschenplotzer, sehr lecker!

Ein herzlicher Dank gilt **Volker Schmaltz**, der sich bereit erklärt hat, eine **Fahrradgruppe** zu leiten und im Notfall auch mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Nach den Erfahrungen der letzten Jahre möchten wir Sie bitten, sich bei uns zu melden. Wir planen, eine WhatsApp-Gruppe einzurichten, die dann je nach Wetterlage kurzfristig entscheiden kann. Sie sollten Freude am Fahrradfahren und eine gewisse Kondition mitbringen. Für ganz ungeübte Radler sind die Touren nicht geeignet.

Alle anderen Angebote und Termine entnehmen Sie bitte dem beigefügten Programmteil. Wir wünschen Ihnen angenehme hochsommerliche Wochen. Seien Sie uns herzlich willkommen!

Ihr Team des SeniorenForumKehl:
Anni Fischer, Dorle Gaiser, Ursula Gaiser,
Marita Ganter, Brigitte Illenberger, Gisela Petit,
Gerlinde Seebacher, Barbara Steinhausen,
Sonja Walter, Roland Schühle und Bernd Stephanny

SeniorenForumKehl

Programm für Juni 2024

Die Veranstaltungen finden in unseren Räumen in der
Stadthalle Kehl, Eingang Jahnstr. 22, statt.

Was	Wann	Wer
Hilfe bei Smartphone- Problemen	Montag, 14.00-15.30 Uhr 03.06.24 10.06.24 17.06.24 24.06.24	Roland Schühle 07851/ 959190 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Computerkurs „Internet für Anfänger“	Mittwoch 10.00 Uhr 05.06.24 12.06.24 19.06.24 26.06.24	Roland Schühle 07851/959190 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Computer-Kurs Workshop - Öffnen/Speichern von Dateien	Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr 06.06.24 13.06.24	Konstanze Zint Bitte im SeniorenForum anmelden!
Computer-Kurs “ Keine Angst vor Tablet, Laptop und Co“	Dienstag 16.00 – 17.00 Uhr 04.06.24 11.06.24 18.06.24 25.06.24	Daniel Ruff Bitte im SeniorenForum anmelden!
Sprachen		
Englisch für Fortgeschrittene ...let`s talk about it	Donnerstag, 15.00 – 16.30 Uhr 06.06.24 20.06.24	Colleen Benkert 07851/9943988

Was	Wann	Wer
Englische Schulkenntnisse auffrischen	Mittwoch 09.45 – 11.00 Uhr 05.06.24 19.06.24	Brigitte Gustafson 01704931889 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Französisch für Interessierte mit wenig Vorkennt- nissen	Dienstag, 09.30 – 10.30 Uhr 04.06.24 11.06.24 18.06.24 25.06.24	Ute Farré ausgebucht
Französisch- Konversation 1	Montag, 15.00 – 16.30 Uhr 03.06.24 10.06.24 17.06.24 24.06.24	Eliane Rackette et son équipe
Latein: Kurztexte von Cicero u.a. lat.-dtsch/franz.	Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr 05.06.24 12.06.24 19.06.24 26.06.24	Harald Becker 017650445805 pour plus d'information
Italienisch Anfänger mit Vorkenntnissen	Donnerstag, 15.00 – 16.30 Uhr 27.06.24	Herbert Leidenheimer 07851/5258
Italienisch ohne Mühe Fortgeschrittene	Donnerstag, 16.30 – 18.00 Uhr 06.06.24 13.06.24 20.06.24 27.06.24	Michael Giurgiu 017657983282
Gespräche		
„Menschen im Dialog“	Donnerstag, 10.00 – 12.00 Uhr 20.06.24	Sascha Benkert 07851/9943988

Was	Wann	Wer
Literatur-Kreis Vladimir Nabokov „Lushins Verteidigung“	Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr 18.06.24	
Philosophie heute: „Max Horkheimer“	Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr 25.06.24	Sascha Benkert 07851/9943988
Das Gespräch	Freitag 15.00 Uhr 21.06.24	Christine Herr 07807/3338
Kreatives, Unterhaltung		
Heiteres Gedächtnis- training	Mittwoch, 15.00 – 16.00 Uhr 05.06.24 19.06.24	Anni Fischer 07851/5537
Spielenachmittag Brett-, Karten- und Würfelspiele	Donnerstag, 15.00 – 17.00 Uhr 06.06.24 13.06.24 20.06.24 27.06.24	Marlies Krestyn 07851/4341
Skat-Gruppe	Montag, 14.30 – 16.30 Uhr 03.06.24 10.06.24 17.06.24 24.06.24	Gabriele Lang 017653355241
Cego-Gruppe	Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr 12.06.24 26.06.24	Sonja Walter 07851/77012
Schach spielen	Freitag, 09.30 - 11.30 Uhr 07.06.24 14.06.24 21.06.24 28.06.24	Sascha Benkert 07851/9943988

Was	Wann	Wer
Malen in Aquarell	Dienstag, 17.00 – 18.00 Uhr 11.06.24	Birthe Geitmann 07851/72137
Strickkreis	Mittwoch, 15.00 – 16.30 Uhr 05.06.24 12.06.24 19.06.24 26.06.24	Andrea von Lossau 07851/78757
Theater-Gruppe	Montag, 10.00 Uhr 10.06.24	Sabine Ross 07851/77200
Gemeinsames Singen	Donnerstag, 13.06.24 15.30 Uhr 27.06.24 15.00 Uhr	Ursula Gauglitz 07851/5126
Zithergruppe SeniorenForum	Donnerstag, 9.00 – 10.30 Uhr 06.06.24 13.06.24 20.06.24 27.06.24	Daniel Alix 015224366286
Alle kochen gemeinsam: Salat Nicoise und Kirschenplotzer.	Dienstag 10.00 Uhr 18.06.24	Sonja Walter 07851/77012
Sportliches		
Billard I	Montag 14.30 03.06.24 10.06.24 17.06.24 24.06.24	Peter Köster 07853/1380
Billard II	Dienstag 14.30 Uhr 04.06.24 11.06.24 18.06.24 25.06.24	Heinz-Gert Walter 07851/77012
Billard III	Freitag 14.30 – 16.30 Uhr 07.06.24 14.06.24 21.06.24 28.06.24	Claudia Schultze 07851/6160259

Was	Wann	Wer
Gymnastik-Gruppe 03.06.24 10.06.24 17.06.24 24.06.24	Montag Gruppe 1: 9.45 - 10.30 Uhr Gruppe 2: 10.45 – 11.30 Uhr	Erika Schmidt 07851/9569246 Andrea Bogdahn 07851/6367960
Yoga	Dienstag 11.00 – 12.00 Uhr 11.06.24 18.06.24 25.06.24	Elli Stöckel Bitte im SeniorenForum anmelden!
Tanzen im SeniorenForum	Mittwoch, 9.30 – 11.00 Uhr 05.06.24	Karin Bäuerle 07844/ 911354
Qi Gong	Freitag 09.30 Uhr 07.06.24 14.06.24 21.06.24 28.06.24	Gerhard Ziegler 07851/2312 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Tischtennis I	Dienstag, 17.00 – 18.30 Uhr 04.06.24 11.06.24 18.06.24 25.06.24	Martin Killius 07851/78494
Tischtennis II Anfänger	Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr 06.06.24 13.06.24 20.06.24 27.06.24	Bernd Stephanny 07854/91398
Boule spielen am Kehler Freibad	Donnerstag ab 09.30 Uhr 06.06.24 13.06.24 20.06.24 27.06.24	Bernd Stephanny 07854/91398

Was	Wann	Wer
Tai-Chi 1.Gruppe 2.Gruppe	Mittwoch 15.00 - 16.00 Uhr 16.00 – 17.00 Uhr 05.06.24 12.06.24 19.06.24 26.06.24	Karl O. Roth 07851/8890368 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Besondere Veranstaltungen		
Musikalischer Vortrag: Felix Mendelssohn- Bartholdy Arnold Schönberg Paul Hindemith	Donnerstag 10.00 Uhr 27.06.24	Hansjürgen Hörnel Bitte im SeniorenForum anmelden!
Film: „Dia-Vortrag Argentinien“	Donnerstag 10.00 Uhr 06.06.24	Rolf Hauß Karl Streif Bitte im SeniorenForum anmelden!
Vortrag: „Enkeltrick“	Donnerstag 10.00- 11.00 Uhr 13.06.24	PHK Ralf Kaufmann Anmeldung unter 07851/882412 <i>Fr. Feuerbach</i>
„Le francais en marchant“ Sprechen Sie auf einer kurzen Wanderung französisch	Mittwoch 14.30 Uhr 19.06.24 Treffpunkt SeniorenForum Kehl	Fami Cassim Anmeldung unter 0033388840188 (AB)
Fahrrad-Fahren Bitte anmelden mit E-Mail und/ oder WhatsApp	Termine werden je nach Wetter vereinbart	Volker Schmaltz Bitte im SeniorenForum melden!

Tanzcafé für Seniorinnen und Senioren

Kehl – Der Pflegestützpunkt lädt gemeinsam mit der Demenzagentur und der Bürgerstiftung am **Dienstag, 11. Juni, 14.30 bis 16.30 Uhr**, zum „Tanzcafé“ **in der Seniorenresidenz Alte Mühle in der Rastatter Straße 3b ein**. Seniorinnen und Senioren mit und ohne Demenz haben zusammen mit ihren Angehörigen die Möglichkeit zur Musik von Alleinunterhalter Gerald Doll sprichwörtlich das Tanzbein zu schwingen. In den Pausen können sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei Kaffee und Kuchen austauschen. Das Angebot richtet sich auch an Personen, die nicht in Pflegeheimen leben. **Menschen mit Demenz benötigen eine Begleitung. Interessierte melden sich beim Pflegestützpunkt an unter 07851 88-2412 oder per Mail an psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de.**

Vortrag über medizinische Ursachen von Demenz

Kehl – Was sind die Ursachen von Demenz? Welche Varianten gibt es? Welche Therapiemöglichkeiten gibt es? Über diese Fragen klärt **Dr. Weiß**, Neurologe in Kehl, beim Vortrag „Medizinische Ursachen der Demenz“ am **Montag, 17. Juni 18:30 Uhr in der Villa RiWa, Richard-Wagnerstraße 3** auf. Organisiert wird die Veranstaltung von der Demenzagentur Kehl. **Die Veranstaltung ist kostenlos. Interessierte melden sich beim Pflegestützpunkt an unter 07851 88-2412 oder per Mail an psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de.**

Vortrag: Wie können sich ältere Menschen vor Kriminellen schützen

Kehl – Oft werden die Gutmütigkeit, die Hilfsbereitschaft oder die Einsamkeit älterer Menschen von Kriminellen ausgenutzt um sich zu bereichern. Wie sich Seniorinnen und Senioren vor unterschiedlichen Betrugsmaschen, wie dem Enkeltrick schützen können, darum geht es am **Donnerstag, 13. Juni, 10 bis 11 Uhr**, in einem Vortrag im **Seniorenforum in der Jahnstraße 22**.

Der Polizeihauptkommissar Ralf Kaufmann vom Referat Prävention des Polizeipräsidiums Offenburg erzählt, was ältere Menschen gegen Betrügereien tun können und beschreibt das mögliche Vorgehen, sollten sie doch Opfer von Kriminellen geworden sein. **Interessierte können sich beim Pflegestützpunkt anmelden, entweder telefonisch unter 07851 88-2412 oder per E-Mail an psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de. Die Veranstaltung ist kostenlos.**

Das SeniorenForumKehl finden Sie in der Jahnstr. 22

