



# **SeniorenForumKehl**

**Aktiv für sich und Andere**

**Aktuelle Angebote**

**Juli  
2025**

**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](http://www.kehl.de/leben+in+kehl/bildung+und+soziales/senioren)**

**Bürozeiten:**

**Montag - Freitag 09.30 - 11.30 Uhr**

**Montag 14.00 - 15.30 Uhr**

**Das Leben ist nie so, wie man es sich vorstellt. Es überrascht und erstaunt einen und es bringt einen zum Lachen oder Weinen, wenn man es nicht erwartet.**

Niki de Saint Phalle  
franz.-schweizerische Künstlerin  
1930 -2002

Wer von uns hätte das nicht schon selbst erlebt?

„Denn erstens kommt es anders und zweitens als man denkt!“

Aber ist es nicht auch gut so, dass wir nicht wissen, was auf uns zukommt, würden wir nicht versuchen, Einfluss zu nehmen, Entscheidungen zu treffen und uns entsprechend zu verhalten?

Dagegen ist unser Kursangebot eine verlässliche Größe und wir sind sehr dankbar für all die fast 50 Damen und Herren, die sich ehrenamtlich, teilweise sogar wöchentlich im SeniorenForum engagieren und uns dadurch ein solch breites Spektrum ermöglichen.

Auch für den Juli können wir Ihnen wieder viele interessante Stunden anbieten, bevor wir im August eine kurze Pause einlegen.

Aber schauen wir im Einzelnen:

Wir laden Sie zusammen mit **Hansjürgen Hörnel** ganz herzlich bereits am **10.07.** um **10 Uhr** zu einem Vortrag über **Georges Bizet** ein, dessen Todestag sich im Juni zum 100. Male jährt. Mit nur 36 Jahren starb er an einem Herzinfarkt und hinterließ doch so viele bekannte, aber auch unbekannt gebliebene Werke, deren herausragendes sicher die Oper „Carmen“ ist. Neben ihm beleuchtet Hansjürgen Hörnel auch Leben und Werk so vieler ebenfalls jung verstorbener Komponisten, hier seien beispielhaft Henry Purcell, Giovanni Pergolesi oder auch George Gershwin genannt. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

Wenige Tage zuvor, bereits am **03.07.** um **10 Uhr** trifft sich der badisch-elsässische Gesprächskreis unter Leitung von **Jean- Michel Niedermeyer** mit dem Thema: **Frankreich am Oberrhein - im 17.-19. Jahrhundert.**

Am **17.07.** um **10 Uhr** freuen wir uns auf **Gaby und Peter Schulze** und ihre abwechslungsreiche Auswahl an **Kurzfilmen**. Dabei spannt sich der Bogen von einer Rundreise durch die Toskana, vom Waldsterben im Harz, aufgenommen von Peter Schulze während einer Zugfahrt von Wernigerode zum Brocken bis zur traumhaften Insel Gran Canaria im Süden, naturgewaltigen Eindrücken auf Island bis zu traumhaften Landschaftsaufnahmen der Inseln zum Träumen, der norwegischen Lofoten im Norden! Bitte melden Sie sich an.

Zum Ende des Monats, am **22.07.** um **15 Uhr** beschäftigen sich **Sascha Benkert und Michael Giurgiu** mit dem großen Philosophen **Friedrich Nietzsche**, der von 1844- 1900 neue Gedanken in die bis dahin vorherrschende pessimistische Philosophie Schopenhauers brachte, der scharfe Kritik an Moral, Religion, Wissenschaft und Kunst übte, ohne selbst eine wirklich greifbare systematische Philosophie zu entwickeln. Dafür machte er sich auch als Schriftsteller und Komponist einen Namen.

Eine Woche zuvor trifft sich die **Literaturgruppe** am **15.07.** um **15 Uhr**, um über **Monika Marons** aktuelles Buch „**Das Haus**“ zu sprechen. Monika Maron, im Laufe ihres Lebens mit einigen namhaften Literaturpreisen ausgezeichnet, wuchs in der DDR auf, wechselte 1988, noch vor der Wende, in die BRD, um dann unmittelbar danach wieder nach Berlin zurückzukehren. Ihr interessanter Lebenslauf zeigt sie als Stieftochter des ehemaligen Innenministers der DDR, als Informantin der Stasi, gleichwohl auch als deren Opfer. Ihr Roman beschäftigt sich mit dem Versuch betagter Menschen, eine Alters-WG zu gründen. Ein Thema, das auch für uns im SeniorenForum nicht abwegig ist !

**Dr. Karl Rackette** steht Ihnen mit seinem Kurs „**Digitale Angebote nutzen**“ am **01.07.** und am **29.07** jeweils um **15 Uhr** zur Verfügung. Er richtet sich mit seinen Themen: Fahrkartenkauf über den DB Navigator, Bankgeschäfte online, Einkaufen im Internet, digitale Kommunikation mit Behörden, um nur ein paar Möglichkeiten zu nennen, gerne nach Ihren Fragen und Wünschen. Um besser planen zu können, bitten wir um Ihre Anmeldung.

Der Kurs "**Installation + Grundlagen ePA (elektronische Patientenakte)**" hat bereits mit 2 Terminen im Juni begonnen und wird im Juli mit **3 weiteren Terminen (3. 10. u. 17.07.)** von **Konstanze Zint** fortgesetzt.

Es können noch zwei Anmeldungen für **den Kurs bei Konstanze Zint** angenommen werden, wobei die **Voraussetzung** darin besteht, **dass Sie die App für die ePA bereits auf ihrem Handy installiert haben.**

Haben Sie vielleicht Lust mal wieder zu singen? Zweimal im Monat, im Juli am **10.** und am **24.07.** um **15 Uhr** lädt **Ursula Gauglitz** ein, **Lieder gemeinsam zu singen**, passend zur Jahreszeit oder Songs von Reinhard Mey und anderen bekannten Interpreten. Unterstützt wird sie dabei von zwei Gitarristen, sie selbst begleitet auf dem Keyboard. Nachdem im Laufe der Zeit einige Mitglieder des Kreises ausgeschieden sind, würde sich die Gruppe über „Nachwuchs“ sehr freuen. Gerne können Sie ohne Voranmeldung einfach mal zum Schnuppern kommen!

Ein weiteres wunderbares Gesprächsangebot hat **Christine Herr**. Die Themen kommen von den Teilnehmern, werden in der Gesprächsrunde ausgewählt und oftmals sehr kontrovers diskutiert. Wenn Sie Freude daran haben, sich auszutauschen, dabei unterschiedliche Standpunkte zu erörtern, sind Sie hier zu „**Das Gespräch**“ am **18.07.** um **15 Uhr** sehr willkommen!

Aber auch für Ihr leibliches Wohl wird gesorgt werden. Am **24.07.** sind Sie ab **9.30 Uhr** herzlich eingeladen zum Kochen, essen und auch zum Wegräumen, wenn es wieder heißt: **Alle kochen gemeinsam!** Auf dem Speiseplan stehen in diesem Monat: **Kalte Sommersuppe mit Dip und Dessert**, die Regie führen **Sonja Walter** und **Marita Ganter**, wir bitten um Anmeldung.

Last not least sei ein Vorgriff auf den September erlaubt: am **24.09.** plant **Sonja Walter** einen Ausflug zum **Gasometer in Pforzheim**, das noch bis zum nächsten Jahr eine vielbeachtete Ausstellung **AMAZONIEN - Faszination tropischer Regenwald** zeigt. Geplant ist eine Busfahrt, die Details werden noch im Einzelnen erarbeitet, die Anmeldung ist verbindlich, der Preis wird ca.45 € betragen.

Wir wünschen Ihnen angenehme Sommertage, wo immer Sie sie verbringen werden!

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

**Das SeniorenForum macht eine kurze Pause im August,  
ab September sind wir wieder für Sie da!**

# SeniorenForumKehl

## Programm für Juli 2025

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

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Hilfe bei Smartphone- Problemen</b>	<b>Montag</b> <b>14.00 - 15.30 Uhr</b> <b>07.07.25 14.07.25</b> <b>21.07.25 28.07.25</b>	Roland Schühle 07851/959190 Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Installation + Grundlagen ePA-App</b>	<b>Donnerstag</b> <b>14.00 – 16.00 Uhr</b> <b>03.07.25 10.07.25</b> <b>17.07.25</b>	Konstanze Zint Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>„Digitale Angebote nutzen“</b>	<b>Dienstag</b> <b>15.00 -16.00 Uhr</b> <b>01.07.25 29.07.25</b>	Dr. Karl Rackette Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Computerkurs „Hilfe bei Tablet, Smartphone und Laptop“</b>	<b>Dienstag</b> <b>10.30 – 11.30 Uhr</b> <b>01.07.25 08.07.25</b> <b>15.07.25 22.07.25</b> <b>29.07.25</b>	Manfred Transchel 015750334704 Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Sprachen</b>		
<b>Englisch für Fortgeschrittene ...let`s talk about it</b>	<b>Donnerstag</b> <b>15.00 – 16.30 Uhr</b> <b>Pause im Juli</b>	Colleen Benkert 07851/9943988
<b>Englische Schulkenntnisse auffrischen</b>	<b>Mittwoch</b> <b>09.45 – 11.00 Uhr</b> <b>02.07.25 16.07.25</b>	Brigitte Gustafson Bitte im SeniorenForum anmelden!

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Französisch für Interessierte mit wenig Vorkenntnissen</b>	<b>Dienstag 09.30 – 10.30 Uhr 01.07.25 08.07.25 15.07.25 22.07.25 29.07.25</b>	Ute Farré ausgebucht
<b>Französisch-Konversation 1</b>	<b>Montag 15.00 – 16.30 Uhr 07.07.25 14.07.25 21.07.25 28.07.25</b>	Eliane Rackette et son équipe
<b>Italienisch Anfänger mit Vorkenntnissen</b>	<b>Donnerstag 15.00 – 16.30 Uhr 10.07.25</b>	Herbert Leidenheimer 07851/5258 ausgebucht
<b>Italienisch ohne Mühe Fortgeschrittene</b>	<b>Donnerstag 16.30 – 18.00 Uhr 03.07.25 10.07.25 17.07.25 24.07.25 31.07.25</b>	Michael Giurgiu 017623673481
<b>Gespräche</b>		
<b>„Menschen im Dialog“</b>	<b>Donnerstag 09.30 – 11.30 Uhr 10.07.25</b>	Sascha Benkert 07851/9943988
<b>Literatur-Kreis Monika Maron „Das Haus“</b>	<b>Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr 15.07.25</b>	
<b>Philosophie heute: „Friedrich Nietzsche“</b>	<b>Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr 22.07.25</b>	Sascha Benkert 07851/9943988

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>„Frankreich am Oberrhein - im 17.-19. Jahrhundert“</b>	<b>Donnerstag 10.00 - 11.30 Uhr 03.07.25</b>	Jean-Michel Nidermeyer 07851/6367996 Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Das Gespräch</b>	<b>Freitag 15.00 – 16.30 Uhr 18.07.25</b>	Christine Herr 07807/3338
<b>Kreatives, Unterhaltung</b>		
<b>Heiteres Gedächtnistraining</b>	<b>Mittwoch 15.00 – 16.00 Uhr 02.07.25 16.07.25 30.07.25</b>	Anni Fischer 07851/5537
<b>Spielenachmittag Brett-, Karten- und Würfelspiele</b>	<b>Donnerstag 15.00 – 17.00 Uhr 03.07.25 10.07.25 17.07.25 24.07.25 31.07.25</b>	Marlies Krestyn 07851/4341
<b>Skat-Gruppe</b>	<b>Montag 14.30 – 16.30 Uhr 07.07.25 28.07.25</b>	Gabriele Lang 017653355241
<b>Cego-Gruppe</b>	<b>Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr 09.07.25 23.07.25</b>	Sonja Walter 07851/77012
<b>Schach spielen</b>	<b>Freitag 09.30 - 11.30 Uhr 04.07.25 11.07.25 18.07.25 25.07.25</b>	Sascha Benkert 07851/9943988
<b>Malen in Aquarell</b>	<b>Dienstag 17.00 – 18.00 Uhr 08.07.25 22.07.25</b>	Birthe Geitmann 07851/72137

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Strickkreis</b>	<b>Mittwoch</b> <b>14.30 - 16.30 Uhr</b> <b>02.07.25 09.07.25</b> <b>16.07.25 23.07.25</b> <b>30.07.25</b>	Andrea von Lossau 07851/78757
<b>Theater-Gruppe</b>	<b>Montag</b> <b>10.00 Uhr</b> <b>14.07.25</b>	Sabine Ross 07851/77200
<b>Gemeinsames Singen</b>	<b>Donnerstag</b> <b>15.00 – 16.00 Uhr</b> <b>10.07.25 24.07.25</b>	Ursula Gauglitz 07851/5126
<b>Zithergruppe SeniorenForum</b>	<b>Donnerstag</b> <b>9.00 – 10.30 Uhr</b> <b>03.07.25 10.07.25</b> <b>17.07.25 24.07.25</b> <b>31.07.25</b>	Daniel Alix 015224366286
<b>Alle kochen gemeinsam: „Kalte Sommersuppe mit Dips und Dessert“</b>	<b>Dienstag</b> <b>09.30 Uhr</b> <b>22.07.25</b>	Sonja Walter 07851/77012
<b>Sportliches</b>		
<b>Billard I</b>	<b>Montag</b> <b>14.30 Uhr</b> <b>07.07.25 14.07.25</b> <b>21.07.25 28.07.25</b>	Peter Köster 07853/1380
<b>Billard II</b>	<b>Dienstag</b> <b>14.30 Uhr</b> <b>01.07.25 08.07.25</b> <b>15.07.25 22.07.25</b> <b>29.07.25</b>	Heinz-Gert Walter 07851/77012
<b>Billard III</b>	<b>Freitag</b> <b>Pause bis auf Weiteres</b>	Claudia Schultze 07851/6160259

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Gymnastik-Gruppe</b> <b>07.07.25 14.07.25</b> <b>21.07.25 28.07.25</b>  <b>Kurse komplett</b>	<b>Montag</b> <b>Gruppe 1</b> <b>9.45 - 10.30 Uhr</b> <b>Gruppe 2</b> <b>10.45 – 11.30 Uhr</b>	Erika Schmidt 07851/9569246  Andrea Bogdahn 07851/6367960
<b>„Yoga  auf und um den  Stuhl“</b>	<b>Dienstag</b> <b>11.00 – 12.00 Uhr</b> <b>01.07.25 08.07.25</b> <b>15.07.25 22.07.25</b> <b>29.07.25</b>	Elli Stöckel Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Tanzen im  SeniorenForum</b>	<b>Mittwoch</b> <b>9.30 – 11.00 Uhr</b> <b>Pause bis auf  Weiteres</b>	Karin Bäuerle 07844/ 911354
<b>Qi Gong</b>	<b>Freitag</b> <b>09.30 Uhr</b> <b>04.07.25 11.07.25</b> <b>18.07.25 25.07.25</b>	Gerhard Ziegler 07851/2312 Kurs komplett
<b>Tischtennis  spielen I</b>	<b>Dienstag</b> <b>16.30 - 18.00 Uhr</b> <b>01.07.25 08.07.25</b> <b>15.07.25 22.07.25</b> <b>29.07.25</b>	Martin Killius 07851/78494
<b>Tischtennis II</b>	<b>Donnerstag</b> <b>17.00 – 18.30 Uhr</b> <b>03.07.25 10.07.25</b> <b>17.07.25 24.07.25</b> <b>31.07.25</b>	Christine Herr 07807/3338
<b>Tischtennis  Fortgeschrittene</b>	<b>Donnerstag</b> <b>18.30 – 20.00 Uhr</b> <b>03.07.25 10.07.25</b> <b>17.07.25 24.07.25</b> <b>31.07.25</b>	Georg Beine 0033769141631

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Tai-Chi 1.Gruppe 2.Gruppe</b>	<b>Mittwoch Pause bis 17.09.25</b>	Karl O. Roth 07851/8890368
<b>Tai-Chi Anfänger-Kurs</b>	<b>Mittwoch Pause bis 17.09.25</b>	Karl O. Roth 07851/8890368
<b>Besondere Veranstaltungen</b>		
<b>Singen auf Englisch: „Lieder der 60er und 70er Jahre übersetzt“</b>	<b>Montag 15.00 Uhr Pause im Juli</b>	Marian Cahir Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>„Le francais en marchant“, auf einer kurzen Wanderung Französisch sprechen</b>	<b>Mittwoch 15.00 Uhr 16.07.25</b>	Fami Cassim  0033388840188
<b>Musikalischer Vortrag: „Bizet“</b>	<b>Donnerstag 10.00 Uhr 10.07.25</b>	Hansjürgen Hörnel Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Film: „Kurzfilme“</b>	<b>Donnerstag 10.00 Uhr 17.07.25</b>	Peter Schulze Bitte im SeniorenForum anmelden!

