



SeniorenForumKehl

Aktiv für sich und Andere

Aktuelle Angebote

**September
2026**

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

09.30 - 11.30 Uhr

Montag

14.00 - 15.30 Uhr

A warm welcome!
Bienvenue!
Benvenuto!
Herzlich willkommen im
SeniorenForum!



Sprachen können Sie bei uns im SeniorenForum erlernen, auffrischen oder anwenden.

Englisch als Weltsprache hilft uns auf Reisen oder bei der Internet-Recherche. Französisch ermöglicht den Kontakt zu unseren Nachbarn auf der anderen Rheinseite, und Italienisch hat diesen unwiderstehlichen Klang, der einen von Opern, Tenören und gutem Essen träumen lässt. Das detaillierte Kursangebot finden Sie nachfolgend im Programm. Sollte ein Kurs bereits belegt sein, ist das kein Problem – wir nehmen Sie gerne auf die Warteliste auf. Spanisch können wir derzeit leider nicht anbieten, obwohl es immer wieder nachgefragt wird. Vielleicht möchten Sie die Leitung eines Spanischkurses übernehmen? Oder kennen Sie jemanden, der dies gerne machen würde? Darüber würden wir uns sehr freuen!

Apropos gutes Essen: Einmal im Monat lädt **Sonja Walter** zum gemeinsamen Kochen und anschließend gemeinsamen Essen ein. Um **10 Uhr** am **15.September** ist es wieder soweit. Auf dem Speiseplan steht Gemüseflan mit Parmesansauce sowie Brezelknödel und Pilzragout. Melden Sie sich am besten schon jetzt an, die Teilnahme ist begrenzt.

Der **Zehnstädtebund** (Dekapolis oder Dekapole, französisch: Décapole) war ein Bündnis von zehn freien Reichsstädten im Elsass innerhalb des Heiligen Römischen Reiches. Colmar war eine dieser zehn reichsunmittelbaren Städte, die nicht der Landeshoheit eines Fürsten, sondern unmittelbar dem Kaiser und dem Reich unterstanden. Darüber referiert **Herr Niedermeyer** in seinem Kurs zur **elsässisch-badischen Geschichte** am **Donnerstag, den 3.September** um **10 Uhr**. Eine gemeinsame Fahrt nach Colmar mit Museumsbesuch ist in Planung. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an; denn die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

Auch in diesem Monat gibt es wieder spannende Diskussionsrunden. **Pit Heitmüller** lädt am **7.September** um **10 Uhr** ein, um mit Ihnen über das „**Reisen – nah und fern**“ zu sprechen, sicherlich mit vielen Pro- und Kontra-Argumenten.

Am **11.September** um **15 Uhr** findet „**Das Gespräch**“ mit **Christine Herr** statt; das Thema wird kurz zuvor gemeinsam in der Gruppe ausgewählt.

Peter Schulze vom Film + Fotoclub Kehl präsentiert bei uns im SeniorenForum am **10.September** um **10 Uhr** folgende Kurzfilme:

1. Exkursion in der Maginotlinie
2. Inselschönheiten - Fuerteventura u. Gran Canaria
3. Normandie Nord-West
4. Mit dem Fahrrad unterwegs am Mittelrhein
5. Lauterbrunnental
6. Rheinschluchten

Bei so viel Abwechslung ist beste Unterhaltung garantiert.

In der anschließenden Woche, am **15.September** um **15 Uhr**, setzt sich der **Literaturkreis** mit dem Buch „**Das Narrenschiff**“ (2025) von **Christoph Hein** auseinander.

In seinem fulminanten Gesellschaftsroman lässt der Autor Frauen und Männer aufeinandertreffen, denen bei der Gründung der DDR unterschiedlichste Rollen zuteilwerden. Er begleitet sie durch die dramatischen Entwicklungen einer im Werden befindlichen Gesellschaft, die das bessere Deutschland zu repräsentieren vermeint und doch von einem Scheitern zum nächsten eilt, so schreibt der Suhrkamp Verlag. Erstmals erschien „Das Narrenschiff“ am 11. Februar 1494.

Sebastian Brants berühmte Moralsatire wurde in Basel gedruckt.

Übrigens, wenn Sie am Literaturkreis teilnehmen möchten, ist es nicht immer zwingend notwendig, das Buch zu kaufen, das gelesen wird.

Manchmal ist es in der Mediathek Kehl zur Ausleihe verfügbar, auch als E-Book. Der passende E-Reader kann dort ebenfalls entliehen werden.

Der **Computerkurs** bei Frau **Konstanze Zint** pausiert aus privaten Gründen bis **Februar 2027**.

Der **Grundkurs für Smartphone-Bedienung** wird von Herrn **Transchel** fortgeführt, wie bisher **dienstags** von **10.30 – 11.45 Uhr**.

Digitale Angebote nutzen, das vermittelt Ihnen **Dr. Karl Rackette** auf leicht verständliche Art und Weise. Jeweils **dienstags, am 8.September und 22.September, um 15 Uhr**. Das **Digitale Kundenportal der Deutschen Rentenversicherung (DRV)** bietet einen zentralen und sicheren Online-Zugang, um Rentenangelegenheiten digital zu regeln. Zu den wichtigsten Funktionen gehören das digitale Stellen von Anträgen, der elektronische Postempfang im E-Postfach sowie die Einsicht in Versicherungsdaten und den Rentenverlauf. Um Anmeldung wird gebeten.

Die Vortragsreihe „**Meine Lieblingskompositionen**“ von **Hansjürgen Hörnel** wurde beim ersten Teil durch den Ausfall des Computers notgedrungen gekürzt. Es fehlt bislang noch ein großer Teil der Musik des 20. Jahrhunderts, dieses wichtige Kapitel wird nun nachgeholt. Neben den Komponisten des Expressionismus werden Werke der bedeutenden Meister wie Igor Strawinsky und Bela Bartok vorgestellt. Berühmte Musicals der Neuzeit wie „Cats“ und „Joseph“ von Andrew Lloyd Webber dürfen ebenfalls nicht fehlen. Auch über weniger bekannte Tondichter bringt uns Herr Hörnel wichtige biographische Fakten näher. Nicht zu vergessen ist in dieser Reihe der Musikgeschichte der spannende Rückblick auf das sehr erfolgreiche musikalische Schaffen von Hansjürgen Hörnel als Musiklehrer und Dirigent. Unter anderem gründete er die Big Band des Kehler Einstein – Gymnasiums.

Am **17.September um 10 Uhr** findet der vierte und letzte Teil dieser Vortragsreihe statt, wir bitten um Ihre Anmeldung.

Unter der Leitung von **Peter Köster** wird montags **Billard** gespielt. Es gibt nur wenige Sportarten, die Bewegung, Wettkampf und die Möglichkeit zu ungezwungener Unterhaltung miteinander verbinden. Wenn Sie neugierig geworden sind, der Billardtisch mit Zubehör ist bereit, wir freuen uns über Verstärkung!

Für Anfang Oktober planen wir einen neuen Kurs, das Thema wird lauten „**Mit Freude das Klavierspielen wiederentdecken**“.

Herr Richard Nyberg möchte mit einfachen Hilfestellungen Menschen, die bereits in früheren Jahren Klavier gespielt haben, einen Wiedereinstieg ermöglichen.

Genaueres finden Sie im Oktoberprogramm, dies als Vorankündigung.

**Bitte beachten Sie, es gibt in diesem Monat
eine organisatorische Änderung:**

Die Wartung der Trafostation in der Stadthalle sorgt für einen 2-tägigen Stromausfall. Das SeniorenForum ist deshalb am **3. und 4. September GESCHLOSSEN**. Lediglich der Vortrag zur elsässisch-badischen Geschichte am 3. September findet ausnahmsweise in den Räumen der Mediathek statt.

Ganz zum Schluss gibt es leider noch eine traurige Nachricht.

In dankbarer Erinnerung denken wir an **Colleen Benkert**, die Anfang August nach längerer Erkrankung verstorben ist. Colleen - unsere beständige Leiterin - nie mochte sie den Titel der Lehrerin - für englische Konversation, Colleen - die gebürtige Kalifornierin mit der großen Liebe zu Sizilien und seinen Menschen, Colleen- mit dem scharfsinnigen Humor und der Freude am lebhaften Gespräch,

Colleen - we will always hold you in grateful and loving memory!

Unser Beileid und unser Mitgefühl gilt Ihrem Ehemann Sascha Benkert.

Nach den heißen Sommertagen ist uns der September willkommen. Die Tage werden bereits merklich kürzer, genau die richtige Zeit für einen Besuch bei uns im SeniorenForum.

Wir freuen uns auf Sie und sagen: Bis bald!

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

SeniorenForumKehl (SFK)

Programm für September 2026

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	Roland Schühle 07851/ 959190 Pause bis auf Weiteres
Computerkurs:	Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr	Konstanze Zint Pause bis Februar 2027
Grundkurs für Smartphone- Bedienung	Dienstag 10.30 – 11.45 Uhr 01. /08. /15. /22. u. 29.09.26	Manfred Transchel 015750334704 Bitte im SFK anmelden!
Digitale Angebote nutzen: Digitales Kundenportal der Rentenversicherung	Dienstag 15.00 – 16.00 Uhr 08. u. 22.09.26	Karl Rackette Bitte im SFK anmelden!
Sprachen		
Singen auf Englisch „Cat Stevens“	Dienstag 15.00 Uhr 22.09.26	Marian Cahir Bitte im SFK anmelden!
Englische Schulkenntnisse auffrischen	Mittwoch 09.30 – 11.00 Uhr 02. u. 16.09.26	Brigitte Gustafson 01704931889 Bitte im SFK anmelden!

Was	Wann	Wer
Conversational English	Donnerstag 15.00 – 16.30 Uhr 17.09.26	Rick Clifford 07851/7953836 Bitte im SFK anmelden!
Französisch für Interessierte mit Vorkenntnissen	Dienstag 09.30 – 10.30 Uhr 01. /08. /15. /22. u. 29.09.26	Ute Farré Bitte im SFK anmelden!
Französisch-Konversation	Montag 15.00 – 16.30 Uhr 07. /14. /21. u. 28.09.26	Eliane Rackette et son équipe Bitte im SFK anmelden!
Französisch für Anfänger	Mittwoch 10.30 – 11.30 Uhr 02. / 09. /16. /23. u. 30.09.26	Laurent Cramez Bitte im SFK anmelden!
Italienisch Anfänger mit Vorkenntnissen	Donnerstag 15.00 – 16.30 Uhr 10. u. 24.09.26	Herbert Leidenheimer 07851/5258 Bitte im SFK anmelden!
Italienisch ohne Mühe Fortgeschrittene	Donnerstag 16.30 – 18.00 Uhr 10. /17. u. 24.09.26	Michael Giurgiu 017623673481
Gespräche		
Literatur-Kreis Christoph Hein „Das Narrenschiff“	Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr 15.09.26	
Philosophie heute: „Existentialismus Philosophie des 20. Jhdt.“	Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr 22.09.26	Sascha Benkert 07851/9943988 Michael Giurgiu

Was	Wann	Wer
Elsässisch-Badische Geschichte „Zehnstädtebund“	Donnerstag 10.00 -11.30 Uhr 03.09.26	Jean-Michel Niedermeyer 07851/6367996 Bitte im SFK anmelden!
Das Gespräch	Freitag 15.00 -16.30 Uhr 11.09.26	Christine Herr 07807/3338
Pit lädt ein: „Reisen nah und fern“	Montag 10.00 Uhr 07.09.26	Pit Heitmüller
Kreatives, Unterhaltung		
Heiteres Gedächtnistraining	Mittwoch 15.00 – 16.00 Uhr 02. / 16. u. 30.09.26	Anni Fischer 07851/5537
Spielenachmittag Brett-, Karten- und Würfelspiele	Donnerstag 15.00 – 17.00 Uhr 10. /17. u. 24.09.26	Marlies Krestyn 07851/4341
Skat-Gruppe	Montag 14.30 – 16.30 Uhr 07. u. 21.09.26	Gabriele Lang 017653355241
Cego-Gruppe	Mittwoch 14.30 – 16.30 Uhr 09. u. 23.09.26	Sonja Walter 07851/77012
Malen in Aquarell	Dienstag 17.00 – 18.00 Uhr 08. u. 22.09.26	Birthe Geitmann 07851/72137
Strickkreis	Mittwoch 15.00 – 16.30 Uhr 02. / 16. /23. u. 30.09.26	Andrea von Lossau 07851/78757

Was	Wann	Wer
Schach spielen	Freitag 09.30 - 11.30 Uhr 11. /18. u. 25.09.26	Sascha Benkert 07851/9943988
Theater-Gruppe	Montag 10.00 Uhr 14.09.26	Sabine Ross 07851/77200
Gemeinsames Singen	Donnerstag 15.00 – 16.00 Uhr 17.09.26	Ursula Gauglitz 07851/5126
Zithergruppe SeniorenForum	Donnerstag 9.00 – 10.30 Uhr 10. /17. u. 24.09.26	Daniel Alix 015224366286
Alle kochen gemeinsam: Gemüseflan mit Parmesansoße Brezelknödel mit Pilzragout	Dienstag 10.00 Uhr 15.09.26	Sonia Walter 07851/77012 Bitte im SFK anmelden!
Sportliches		
Billard I	Montag 14.30 Uhr 07./ 14. /21. u. 28.09.26	Peter Köster 07853/1380
Billard II	Dienstag 14.30 Uhr 01. /08. /15. /22. u. 29.09.26	Heinz-Gert Walter 07851/77012
Billard III	Freitag 14.30 – 16.30 Uhr 11. /18. u. 25.09.26	Claudia Schultze 07851/6160259

Was	Wann	Wer
Gymnastik-Gruppe Gruppe I Gruppe II	Montag 09.45 – 10.30 Uhr 10.45 – 11.30 Uhr 07. /14. /21. u. 29.09.26	Heidi Menot Bitte im SFK anmelden!
„Yoga auf und um den Stuhl“	Dienstag 11.00 – 12.00 Uhr 08. /15. /22. u. 29.09.26	Elli Stöckel Bitte im SFK anmelden!
„Yoga auf dem Boden“	Freitag 10.45 - 12.00 Uhr 11. /18. u. 25.09.26	Ulrich Ritter Beatrice Hettinger Bitte im SFK anmelden!
Tanzen im SeniorenForum	Mittwoch 9.30 – 11.00 Uhr 09. /16. u. 23.09.26	Karin Bäuerle 07844/ 911354
Qi Gong	Freitag 09.30 Uhr 18. u. 25.09.26	Gerhard Ziegler 07851/2312 Bitte im SFK anmelden!
Tischtennis spielen I	Dienstag 16.30 – 18.00 Uhr 01. /08. /15. /22. u. 29.09.26	Martin Killius 07851/78494
Tischtennis II	Donnerstag 17.00 – 18.30 Uhr 10. /17. u. 24.09.26	Christine Herr 07807/3338
Tischtennis Fortgeschrittene	Donnerstag 18.30 – 20.00 Uhr 10. /17. u. 24.09.26	Georg Beine 0033769141631

Was	Wann	Wer
Tai-Chi Anfänger	Mittwoch 14.00 – 15.00 Uhr 16. /23. u. 30.09.26	Karl O. Roth 07851/8890368 Bitte im SFK anmelden!
Tai-Chi Fortgeschrittene II	Mittwoch 15.00 – 16.00 Uhr 16. /23. u. 30.09.26	Karl O. Roth 07851/8890368 Bitte im SFK anmelden!
Tai-Chi Fortgeschrittene III	Mittwoch 16.00 – 17.00 Uhr 16. /23. u. 30.09.26	Karl O. Roth 07851/8890368 Bitte im SFK anmelden!
Besondere Veranstaltungen		
„Le francais en marchant“, auf einem Spaziergang französisch sprechen	Mittwoch 15.00 Uhr	Fami Cassim 0033388840188 Pause bis auf Weiteres
Film: „Kurzfilme“ Exkursion in der Magnetlinie Inseln Schönheiten - Fuerteventura u. Gran Canaria Normandie Nord-West Lauterbrunnental Rheinschluchten	Donnerstag 10.00 Uhr 10.09.26	Peter Schulze Bitte im SFK anmelden!
Musikalischer Vortrag: „Igor Strawinsky u. Bela Bartok“	Donnerstag 10.00 Uhr 17.09.26	Hansjürgen Hörnel Bitte im SFK anmelden!

Medizinische Ursachen der Demenz

**am Dienstag, den 22.09. um 18.30 Uhr
in der Villa RiWa in Kehl, Richard-Wagner-Straße 3**

Dr. Thomas Weiss, Neurologe in Kehl

Was sind die Ursachen von Demenz?

Welche Varianten und Therapiemöglichkeiten gibt es?

Darf man Auto fahren bei einer Demenz?

Diese und weitere Fragen werden in dem Vortrag beantwortet

**Interessierte melden sich beim Pflegestützpunkt an unter der
Telefonnummer 07851 88-2410/ – 2412**

Oder per E-Mail an psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de

Vermögensübertragung und Pflegekosten

**am Dienstag, den 29.09. um 18.30 Uhr
in der Villa RiWa in Kehl, Richard-Wagner-Straße 3**

Hanna Martje Schröder, Kanzlei Schröder-Heim&Eidel

Dieser Vortrag der Kehler Kanzlei Schröder-Heim&Eidel beleuchtet die Vermögensübertragung im Alter. Erfahren Sie mehr über Schenkungen, ihre Auswirkungen auf Sozialleistungen, Pflegekosten und den 10-Jahres Zeitraum. Sichern Sie Angehörige ab, ohne sich selbst zu gefährden.

Erhalten Sie wertvolle Einblicke für Ihre Planung.

**Interessierte melden sich beim Pflegestützpunkt an unter der
Telefonnummer 07851 88-2410/ – 2412**

Oder per E-Mail an psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de.

Die Veranstaltungen sind kostenlos.