



SeniorenForumKehl

Aktiv für sich und Andere

Aktuelle Angebote

**Februar
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

Es klingt unwahrscheinlich, aber die Vergangenheit ändert tatsächlich ihr Gesicht, wenn man älter wird.

**Mark Knopfler,
Gitarrist der britischen Rockband Dire Straits, geb. 1949**

Wissen wir nicht alle, wovon Mark Knopfler spricht, bemerken wir nicht auch, dass der Blick auf die Vergangenheit, das Verständnis, aber auch das Unverständnis für Begebenheiten und Lebenssituationen im „Rückblick“ sich oftmals ganz anders darstellt? Wie oft kommt die Rede auf Ereignisse, die wir heute anders sehen, als wir sie „damals“ erlebten? Auch das ein sehr verbindendes Element , ein schier unerschöpflicher Gesprächsstoff für uns im SeniorenForum !

Zu Beginn der Hinweise auf unser Programm des Februars möchten wir unsere Theatergruppe unter der Leitung von **Sabine Ross** selbst zu Wort kommen lassen:

„Die **Theatergruppe des SeniorenForums** kann und möchte mit keiner der vielen wunderbaren Kehler Theatergruppen (Alemannisches Theater, Theater der zwei Ufer, Theaterbühne Goldscheuer oder Baal Novo) konkurrieren. Wir treffen uns jeden zweiten Montag im Monat, also am **09.02.26 um 10 Uhr** und orientieren uns an uns selbst! Wir lernen keine langen Texte auswendig, schreiben uns unsere eigenen Rollen „auf den Leib“, experimentieren mit Ausdruck, Reaktion und Verhaltensweisen. In erster Linie sollen uns unsere Treffen neue Ideen, Spaß und Freude bringen. Wenn wir etwas vorführen, so ist es selbst gemacht mit Leib, Seele, Herz und Mund und zeitlich überschaubar. Neue Leute sind neuer Input und uns jederzeit herzlich willkommen!“

Passend dazu hat dann auch gleich **Jean-Michel Niedermeyer** den **Geschäftsführer des „Theaters BAden-ALsace“, Guido Schumacher** am **05.02.26 um 10 Uhr** in seinen Gesprächskreis der „Elsässisch-Badischen Geschichte“ eingeladen, das Thema entsprechend: **“Theater Baal novo - deutsch- französischer Ort der Kultur am Oberrhein“**. Gerne heißen wir Sie willkommen!

Ein ganz spezielles Buch hat sich auch der **Literaturkreis** für den **17.02.26 um 15 Uhr** vorgenommen : „**Gussie**“ von **Christoph Wortberg**, ein viel gelesener und geschichtsträchtiger Roman über Auguste Zinsser, die die zweite Frau Konrad Adenauers wurde,

Mutter von 5 Kindern und mit ihm zusammen unter der Verfolgung von Hitlers Schergen litt und folgenschwere Entscheidungen zu treffen hatte.

Zu den Anfängen der Philosophie zieht es **Sascha Benkert** und **Michael Giurgiu**, die in der „**Philosophie heute**“ am **24.02.26** um **15 Uhr** sich dem Philosophen **Demokrit** nähern und sein Werk in seiner Bedeutung für nachfolgende Philosophen und bis heute analysieren wollen.

Auch aus der Computerabteilung gibt es Neues für Ihre Planung:
Unter dem Thema: „**Excel-Kurs für Anfänger**“ wird **Manfred Transchel** ab dem **03.02.26** immer **dienstags von 10.30 - 11.45 Uhr** unterrichten. Dabei bringt bitte jede/r Teilnehmer/in den eigenen Laptop mit, auf dem das Excel-Programm installiert ist, Da die Zahl der Teilnehmenden auf 7 Personen begrenzt ist, müssen Sie sich bitte anmelden !

Das Ziel wird sein, dass nach ca. 8 Terminen Jede/r das Wesentlichste verstanden hat und daraufhin seine eigenen Excel-Dateien erstellen kann.

Am **10.02.26** und am **24.02.26** jeweils um **15 Uhr** erwartet Sie **Karl Rackette** mit seiner Hilfestellung: **Digitale Angebote einfach nutzen!**
Sei es z B die App-i-Kfz, das Buchen von Tickets aller Art oder auch das kontaktlose Bezahlen mit dem Smartphone.

Frau Zint startet ihr Angebot mit guten Nachrichten, die die elektronische Patientenakte (ePA) betreffen. Einige Krankenkassen bieten die **ePA** jetzt auch auf **dem Notebook** an, wobei es nicht mehr erforderlich ist, dass ein **Kartenlesegerät für die Gesundheitskarte angeschafft werden muss**. Das bedeutet: bessere Lesbarkeit, Bedienung der ePA mit Tastatur und Maus und das Speichern von Unterlagen (z.B. Arztbriefe, Laborbefunde oder Abrechnungsdaten) direkt auf dem eigenen Notebook.

Voraussetzung für die Teilnahme an dem Kurs (mit insgesamt 3 Terminen) sind **zwei Punkte: einerseits muss die ePA bereits auf ihrem Handy installiert sein. Andererseits** sollten Sie Mitglied einer der **Krankenkassen sein: AOK, Barmer, Knappschaft, HEK - Hanseatische KV oder Techniker** (Stand: 01.2026). Es ist davon auszugehen, dass andere Kassen ihr Angebot in dieser Richtung erweitern, so dass Frau Zint diesen Kurs dementsprechend wieder anbieten wird! Die Termine sind am **12., 19. und 26.02.26** jeweils von **14-16 Uhr**.

Ganz zum Ende des Monats wird **Gaby Schulze** am **26. 02.26** um **10.00 Uhr** einen **Dokumentarfilm über die Kanarischen Inseln** zeigen.

Entstanden sind diese Aufnahmen in den Jahren 2019 bis 2024. Um jeweils so viel wie möglich auf den Inseln erleben und auch zu den entlegensten Orten gelangen zu können, war sie dabei immer mit einem Mietauto unterwegs. Dieser Film zeigt die tolle und abwechslungsreiche Landschaft sowie viele reizvolle Orte dieser Inseln, die zum Verweilen einladen. Gerne dürfen Sie sich anmelden.

Wie immer sind Sie herzlich eingeladen, unsere Angebote und die unterschiedlichsten Kurse zu besuchen. In diesem Zusammenhang gilt unser **ganz großer Dank Erika Schmidt**, die seit Jahren montags eine unserer beiden **Gymnastik**gruppen leitete und diesen Kurs nun zum Jahresbeginn schweren Herzens beenden musste, schmerzlich vermisst von ihren Teilnehmerinnen! Noch ist es uns nicht gelungen, eine „Nachfolge“ zu organisieren, aber wir sind voller Hoffnung, dass es uns gelingt!

Zum Schluss noch ein Vorgriff auf den März, in dem das **SeniorenForum in Zusammenarbeit mit der Leiterin der Mediathek, Sonja Kuhlmann am 04.03 2026 um 17 Uhr** im SeniorenForum die „**Saatgutbibliothek**“ vorstellen wird: Saatgut ausleihen? Und dann wieder zurückgeben? Was sich im ersten Moment etwas verwirrend anhört, ist eine Möglichkeit für Jede/n, einen Beitrag zu Biodiversität und Sortenvielfalt zu leisten. In ihrem Vortrag erklärt Sonja Kuhlmann die Hintergründe zu Saatgutbibliotheken. Es besteht während der Veranstaltung die Möglichkeit, Saatgut von fünf verschiedenen Gemüsearten auszuleihen. Ab dem 5. März kann anschließend die Saatgutbibliothek in der Mediathek Kehl zu den regulären Öffnungszeiten genutzt werden.

Wir bitten um Anmeldung zu dieser Veranstaltung

Wir werden auch während der Fastnachtszeit ganz regulär geöffnet haben und freuen uns auf Sie!

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

Wir haben zu lange vergessen, was für ein Geschenk es ist, in Freiheit, Demokratie und Rechtsstaatlichkeit zu leben

SeniorenForumKehl

Programm für Februar 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 02.02.26 09.02.26 16.02.26 23.02.26	Roland Schühle 07851/ 959190 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Computer-Kurs „Elektronische Patientenakte auf Laptop installieren“	Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr 12.02.26 19.02.26 26.02.26	Konstanze Zint Bitte im SeniorenForum anmelden!
Computer-Kurs „Excel-Kurs für Anfänger“	Dienstag 10.30 – 11.30 Uhr 03.02.26 10.02.26 17.02.26 24.02.26	Manfred Transchel 015750334704 Bitte im SeniorenForum anmelden!
„Digitale Angebote einfach nutzen“	Dienstag 15.00 – 16.00 Uhr 10.02.26 24.02.26	Karl Rackette
Sprachen		
Singen auf Englisch: „Bee Gees“	Dienstag 15.00 Uhr 10.02.26 24.02.26	Marian Cahir Bitte im SeniorenForum anmelden!

Was	Wann	Wer
Englische Schulkenntnisse auffrischen „Kurs belegt“	Mittwoch 09.30 – 11.00 Uhr 04.02.26 18.02.26	Brigitte Gustafson 01704931889
Conversational English	Donnerstag 15.00 – 16.30 Uhr 05.02.26 19.02.26	Rick Clifford
Französisch für Interessierte mit Vorkenntnissen	Dienstag 09.30 – 10.30 Uhr 03.02.26 10.02.26 17.02.26 24.02.26	Ute Farré
Französisch-Konversation	Montag 15.00 – 16.30 Uhr 02.02.26 09.02.26 16.02.26 23.02.26	Eliane Rackette et son équipe
Französisch für Anfänger	Mittwoch 10.30 – 11.30 Uhr 04.02.26 11.02.26 18.02.26 25.02.26	Laurent Cramez Bitte im SeniorenForum anmelden!
Italienisch Anfänger mit Vorkenntnissen	Donnerstag 15.00 – 16.30 Uhr 12.02.26 26.02.26	Herbert Leidenheimer 07851/5258
Italienisch ohne Mühe Fortgeschrittene	Donnerstag 16.30 – 18.00 Uhr 05.02.26 12.02.26 19.02.26 26.02.26	Michael Giurgiu 017657983282

Was	Wann	Wer
Gespräche		
„Menschen im Dialog“	Donnerstag 09.30 – 12.00 Uhr 19.02.26	Sascha Benkert 07851/9943988
Literatur-Kreis Christoph Wortberg „Gussie“	Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr 17.02.26	
Philosophie heute: „Demokrit“	Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr 24.02.26	Sascha Benkert 07851/9943988 Michael Giurgiu
Elsässisch-Badische Geschichte: „Theater Baal novo“ Deutsch- französischer Ort der Kultur am Oberrhein“	Donnerstag 10.00 -11.30 Uhr 05.02.26	Jean-Michel Niedermeyer 07851/6367996 Guido Schumacher Bitte im SeniorenForum anmelden!
Das Gespräch	Freitag 15.00 -16.30 Uhr 20.02.26	Christine Herr 07807/3338
Kreatives, Unterhaltung		
Heiteres Gedächtnistraining „Pause im Februar“	Mittwoch 15.00 – 16.00 Uhr	Anni Fischer 07851/5537

Was	Wann	Wer
Spielenachmittag Brett-, Karten- und Würfelspiele	Donnerstag 15.00 – 17.00 Uhr 05.02.26 12.02.26 19.02.26 26.02.26	Marlies Krestyn 07851/4341
Skat-Gruppe	Montag 14.30 – 16.30 Uhr 09.02.26 23.02.26	Gabriele Lang 017653355241
Cego-Gruppe	Montag 14.30 – 16.30 Uhr 02.02.26 16.02.26	Sonja Walter 07851/77012
Malen in Aquarell	Dienstag 17.00 – 18.00 Uhr 10.02.26 24.02.26	Birthe Geitmann 07851/72137
Strickkreis	Mittwoch 15.00 – 16.30 Uhr 04.02.26 11.02.26 18.02.26 25.02.26	Andrea von Lossau 07851/78757
Schach spielen	Freitag 09.30 - 11.30 Uhr 06.02.26 13.02.26 20.02.26 27.02.26	Sascha Benkert 07851/9943988
Theater-Gruppe	Montag 10.00 Uhr 09.02.26	Sabine Ross 07851/77200
Gemeinsames Singen	Donnerstag 15.00 – 16.30 Uhr 05.02.26 19.02.26	Ursula Gauglitz 07851/5126

Was	Wann	Wer
Zithergruppe SeniorenForum	Donnerstag 9.00 – 10.30 Uhr 05.02.26 12.02.26 19.02.26 26.02.26	Daniel Alix 015224366286
Alle kochen gemeinsam: „Fisch“	Dienstag 09.30 Uhr 17.02.26	Sonia Walter 07851/77012
Sportliches		
Billard I	Montag 14.30 Uhr 02.02.26 09.02.26 16.02.26 23.02.26	Peter Köster 07853/1380
Billard II	Dienstag 14.30 Uhr 03.02.26 10.02.26 17.02.26 24.02.26	Heinz-Gert Walter 07851/77012
Billard III	Freitag 14.30 – 16.30 Uhr 06.02.26 13.02.26 20.02.26 27.02.26	Claudia Schultze 07851/6160259
Gymnastik-Gruppe	Montag Pause bis auf Weiteres	

Was	Wann	Wer
„Yoga auf und um den Stuhl“	Dienstag 10.45 – 12.00 Uhr 03.02.26 10.02.26 17.02.26 24.02.26	Elli Stöckel Bitte im SeniorenForum anmelden!
„Yoga auf dem Boden“	Freitag 11.00 – 12.00 Uhr 06.02.26 13.02.26 27.02.26	Beatrice Hettinger Bitte im SeniorenForum anmelden!
Tanzen im SeniorenForum	Mittwoch 9.30 – 11.00 Uhr 04.02.26 11.02.26 25.02.26	Karin Bäuerle 07844/ 911354
Qi Gong „Kurs belegt“	Freitag 09.30 Uhr 06.02.26 13.02.26 20.02.26 27.02.26	Gerhard Ziegler 07851/2312 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Tischtennis spielen I	Dienstag 16.30 – 18.00 Uhr 03.02.26 10.02.26 17.02.26 24.02.26	Martin Killius 07851/78494
Tischtennis II	Donnerstag 17.00 – 18.30 Uhr 05.02.26 12.02.26 19.02.26 26.02.26	Christine Herr 07807/3338
Tischtennis Fortgeschrittene	Donnerstag 18.30 – 20.00 Uhr 05.02.26 12.02.26 19.02.26 26.02.26	Georg Beine 0033769141631

Was	Wann	Wer
Tai Chi 1.Gruppe 2.Gruppe	Mittwoch 15.00 – 16.00 Uhr 16.00 – 17.00 Uhr 04.02.26 11.02.26 18.02.26 25.02.26	Karl O. Roth 07851/8890368 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Tai-Chi Anfänger-Kurs	Mittwoch 14.00- 15.00 Uhr 04.02.26 11.02.26 18.02.26 25.02.26	Karl O. Roth 07851/8890368 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Besondere Veranstaltungen		
„Le francais en marchant“, auf einem Spaziergang französisch sprechen	Mittwoch 14.30 Uhr Pause im Februar	Fami Cassim 0033388840188
Film: „Kanarische Inseln“	Donnerstag 10.00 Uhr 26.02.26	Gaby Schulze Bitte im SeniorenForum anmelden!

