



# **SeniorenForumKehl**

**Aktiv für sich und Andere**

**Aktuelle Angebote**

**Juni 2023**

**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**

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Montag**

**14.00 - 15.30 Uhr**



**SCAN MICH**

**Man muss nur den Mut haben, Ideen umzusetzen.  
Nicht darüber reden, sondern machen!**

**Friederun Köhnen**  
Pionierin des Fernsehkochens

Wie schnell die Zeit vergeht! Dankbar denken wir zurück an unseren „**Tag der offenen Tür**“ am **22.04.23**, der gleichzeitig die **20-Jahr-Feier des SeniorenForumKehl** war.

Bereits zu Beginn drängten sich in unseren Räumen die Besucher und es sollte bis zum Ende so bleiben! Viele unserer Kursleiter/innen waren selbst da und trugen mit Darbietungen ihrer Kurse zum Gelingen des Tages bei. Erinnert sei an die Zitherspieler, die Tanz-, die Yoga -und die beiden Gymnastikgruppen, den Singkreis, von den Darbietungen der Theatergruppe um Sabine Ross ganz zu schweigen. Unser Dank geht aber auch an den Strickkreis, der einige sehr schöne Stricksachen zur Ansicht dabei hatte, an Harald Beckers Einblick in seinen Lateinkurs und natürlich an Winfried Kunz, der mit seinen Schautafeln heimischer Vegetation und aktuell im Rheinwald zu findenden Pflanzen für Aufmerksamkeit sorgte. Die Spielegruppe stellte sich vor und das traditionelle badische Kartenspiel Cego fand seine Interessenten, während Werke des Aquarellkurses um Birthe Geitmann ersteigert werden konnten. Um die Mittagszeit erfreute uns Hartmut Kübler mit seiner Bratsche und typischer Kaffeehaus-Musik, kurz darauf konnten wir die Backporch-Pickers bei uns begrüßen, die mit Country- und Bluegrass Klängen sogar die Spaziergänger vor der Stadthalle anlockten! Unser Dank geht an Joel Espeset und seine großartige Band!

Danke für Euer Kommen!

Währenddessen animierten die Billardspieler rund um Claude Noel und Heinz- Gert Walter gar unseren OB Britz und einige der Stadträte direkt zum Spiel, was Ihnen sichtlich große Freude machte! Überhaupt freuten wir uns sehr über den Besuch von OB Britz und den aktuellen, sowie etlichen ehemaligen Stadträten/innen fast aller Parteien, die es sich nicht nehmen ließen, sich über das SeniorenForum zu informieren und mit uns im Team über unsere Vorstellungen, unsere Arbeit und über Fragen des zukünftigen Weges zu sprechen. Wir konnten zeigen, wie froh wir über unsere Räumlichkeiten mitten in der Stadt sind, aber auch über den Rückhalt und die Unterstützung durch die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes, Christine Lux, Betina Feuerbach und Jessica

Armbruster, die auch den ganzen Tag mit uns verbrachten und dabei wertvolle Tipps zur Vorsorgevollmacht geben konnten.

Welche andere Stadt hat eine ähnlich selbstbestimmte Institution und so viel Spielraum, sie mit Leben zu füllen wie wir?

Und doch wäre das alles ohne ehrenamtliches Engagement nicht denkbar und wir können unsere Bitte nur immer wiederholen, sehr gerne bei uns mitzumachen, als Kursleiter/in, im Büro Team, wo und mit welcher Begabung oder Fähigkeit auch immer.

Dass das auch von Seiten der Stadtverwaltung anerkannt wird, zeigte sich bei dem ersten **Bürgerfest** der „Hafenstadt“ Kehl am 13.05.23, in dessen festlichem Rahmen **Anni Fischer** für Ihr 20-jähriges Engagement die **Ehrenmedaille der Stadt Kehl in Gold** überreicht bekam! Wir alle im Team gratulieren unserer „Chefin“ zu dieser verdienten Auszeichnung und hoffen auf viele weitere gemeinsame Zeiten!

Ein schöner Erfolg war im Mai das erste internationale gemeinsame **Kochen** unter **Sonja Walters** Regie zusammen mit **Zufan Alemu** aus **Eritrea**, die den vielen interessierten Köchen/innen die Küche Ihres Heimatlandes näherbringen konnte. Alle haben gerne mitgearbeitet und das gemeinsam gekochte Gericht schmeckte vorzüglich. Eine schöne Idee, die wir gerne weiterführen möchten.

Wenn Sie aus einem anderen Land zugezogen sind und Spaß am Kochen mit Anderen haben, kommen Sie gerne auf uns zu.

Am Dienstag **13.06.23** ab **9 Uhr** wird es aber erst einmal sehr traditionell und vegetarisch bei uns weitergehen: Leipziger Allerlei und ein Erdbeer-Rhabarberdessert stehen auf dem Speiseplan von Sonja Walter und ihrer Crew, gerne können Sie sich anmelden.

Eine Woche später trifft sich am **20.06.23** um **15 Uhr** der **Literaturkreis** wieder, besprochen wird das Buch: „**Nordstadt**“ von **Annika Büsing**, ein vielbeachteter aktueller Debütroman aus dem sozialen Schmelztiegel einer Stadt in NRW.

Am Donnerstag den **22.06.23** um **10 Uhr** freuen wir uns auf einen weiteren großartigen Film von **Peter Schulze**: „**Frankreich Nordwest**“. Er wird uns mitnehmen in die Normandie, die Bretagne und zu den Schlössern der Loire. Beginnend mit den Gedenkstätten rund um Omaha-Beach und dem Mt.St.Michel zeigt der Film viele Sehenswürdigkeiten entlang der Nord- und Westküste der Bretagne, u.a. Cap Fréhel, die Côte

de Granit Rosé, den Pointe de Penn-Hir, Pointe du Raz und die Stadt Concarneau. Sehr schön auch der Besuch im ältesten Ville fleurie Frankreichs, Rochefort en Terre, das noch heute mittelalterlichen Spielfilmen als Kulisse dient, bis hin zu den Loire- Schlössern Chenonceau und Chambord. Bitte melden Sie sich an.

Am Dienstag, den **27.06.23** um **15 Uhr** beschäftigt sich der **Philosophiekreis** mit

**Arthur Schopenhauer**, der als Philosoph und Hochschullehrer im 18.und 19. Jhdt. eine Lehre entwarf, die, angelehnt an Kant, Erkenntnistheorie, Metaphysik, Ästhetik und Ethik umfasste. Heute anerkannt als eine absolute Ausnahmegestalt in der Riege großer deutscher Philosophen vertrat er als Erster im deutschsprachigen Raum die Überzeugung, der Welt liege kein rationales Prinzip zugrunde. Das gilt es zu ergründen.

Referent ist **Sascha Benkert**.

Den Abschluss des Monats bildet eine **Fahrradtour** zur **Pierre-Pflimlin- Brücke** am **30.06.23** mit einer Kaffeepause im Europäischen Forum am Rhein. Der Start ist um **13 Uhr** am Senioren Forum, die Leitung haben **Gisela Petit** und **Andrea Bogdahn**, um Anmeldung wird gebeten.

Mit dem erneuten Hinweis, dass Sie unser Programm auch jederzeit auf der Homepage der Stadt Kehl nachlesen können, z.B. mit dem QR-Code auf der Titelseite des Programmheftes, verabschiedet sich das Team des SeniorenForumKehl und wünscht Ihnen einen guten Start in den Sommer

Andrea Bogdahn, Anni Fischer, Dorle Gaiser, Ursula Gaiser,  
Siglinde Giesler, Brigitte Illenberger, Gisela Petit, Gerlinde Seebacher,  
Rita Stahl, Sonja Walter, Roland Schühle und Bernd Stephanny

# SeniorenForumKehl

# Programm für Juni 2023

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>Pause bis auf Weiteres</b>	Roland Schühle 07851/ 95 91 90
<b>Computer-Kurs Aufbaukurs für Teilnehmer des Anfängerkurses</b>	<b>Dienstag, 16.00 – 17.00 Uhr 13.06.23 20.06.23 27.06.23</b>	Daniel Ruff Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Computer-Kurs Windows-Datei- manager</b>	<b>Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr 01.06.23 15.06.23 29.06.23</b>	Konstanze Zint ausgebucht
<b>Sprachen</b>		
<b>Englisch für Fortgeschrittene ...let`s talk about it</b>	<b>Donnerstag, 15.00 – 16.30 Uhr 01.06.23 15.06.23</b>	Colleen Benkert 07851/9943988
<b>Französisch für Interessierte mit wenig Vorkennt- nissen</b>	<b>Dienstag, 09.30 – 10.30 Uhr 06.06.23 13.06.23 27.06.23</b>	Barbara Steinhausen Kurs ist belegt Ab 27.06. wieder Ute Farré
<b>Französisch- Konversation 1</b>	<b>Montag, 15.00 – 16.30 Uhr 05.06.23 12.06.23 19.06.23 26.06.23</b>	Eliane Rackette et son équipe

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Spanische Sprache und Kultur für fortgeschrittene Anfänger</b>	<b>Pause bis auf Weiteres</b>	Susanne Jänecke-Sohier 0033388332416
<b>Latein-Seminar: Antike Kulturen Cicero-Seminar Lateinisch / Deutsch</b>	<b>Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr 07.06.23 14.06.23 21.06.23 28.06.23</b>	Harald Becker 017650445805
<b>Italienisch Anfänger mit Vorkenntnissen</b>	<b>Donnerstag, 15.00 – 16.30 Uhr 22.06.23</b>	Herbert Leidenheimer 07851/52 58
<b>Italienisch ohne Mühe Fortgeschrittene</b>	<b>Donnerstag, 16.30 – 18.00 Uhr 01.06.23 15.06.23 22.06.23 29.06.23</b>	Michael Giurgiu 017657983282
<b>Gespräche</b>		
<b>„Menschen im Dialog“</b>	<b>Donnerstag, 10.00 – 12.00 Uhr 01.Juni 2023</b>	Sascha Benkert 07851/99 43 988
<b>Literatur-Kreis „Nordstadt“ von Annika Büsing</b>	<b>Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr 20. Juni 2023</b>	
<b>Philosophie heute: „Arthur Schopenhauer“</b>	<b>Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr 27.Juni 2023.</b>	Sascha Benkert 07851/9 94 39 88

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Kreatives, Unterhaltung</b>		
<b>Heiteres Gedächtnis-training</b>	<b>Mittwoch, 15.00 – 16.00 Uhr 07.06.23 14.06.23</b>	Anni Fischer 07851/ 55 37
<b>Spielenachmittag Brett-, Karten- und Würfelspiele</b>	<b>Donnerstag, 15.00 – 17.00 Uhr 01.06.23 15.06.23 22.06.23 29.06.23</b>	Marlies Krestyn 07851/ 43 41
<b>Skat-Gruppe</b>	<b>Montag, 14.30 – 16.30 Uhr 05.06.23 12.06.23 19.06.23 26.06.23</b>	Gabriele Lang 017653355241
<b>Cego-Gruppe</b>	<b>Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr 21.06.23 28.06.23</b>	Sonja Walter 07851/ 77012
<b>Schach spielen</b>	<b>Freitag, 09.30 - 11.30 Uhr 02.06.23 09.06.23 16.06.23 23.06.23 30.06.23</b>	Sascha Benkert 07851/9943988
<b>Malen in Aquarell</b>	<b>Dienstag, 17.00 – 18.00 Uhr 06.06.23 20.06.23</b>	Birthe Geitmann 07851/ 7 21 37
<b>Strickkreis</b>	<b>Mittwoch, 15.00 – 16.30 07.06.23 14.06.23 21.06.23 28.06.23</b>	Andrea von Lossau 07851/7 87 57
<b>Theater-Gruppe</b>	<b>Montag, 10.00 Uhr 12.Juni 2023</b>	Sabine Ross 07851/77200

<b>Gemeinsames Singen</b>	<b>Donnerstag, 15.30 – 16.30 Uhr 29.6.2023</b>	Ursula Gauglitz 07851/ 51 26
<b>Zithergruppe SeniorenForum</b>	<b>Donnerstag, 9.00 – 10.30 Uhr 01.06.23 15.06.23 22.06.23 29.06.23</b>	Daniel Alix 015224366286
<b>Neue Wege gehen – alle kochen gemeinsam Leipziger Allerlei u. Erdbeer- Rhabarberdessert Vegetarische Mahlzeit</b>	<b>Dienstag, 9.00 Uhr  13.Juni 2023</b>	Sonja Walter
<b>Sportliches</b>		
<b>Billard I</b>	<b>Dienstag, 14.30 – 16.30 Uhr 06.06.23 13.06.23 20.06.23 27.06.23</b>	Heinz-Gert Walter 07851/ 7 70 12
<b>Billard III</b>	<b>Montag, 14.30 Uhr 05.06.23 12.06.23 19.06.23 26.06.23</b>	Peter Köster 07853/ 13 80
<b>Billard IV</b>	<b>Freitag 14.30 – 16.30 Uhr 02.06.23 09.06.23 16.06.23 23.06.23 30.06.23</b>	Claude Noel 07851/ 12 47
<b>Gymnastik- Gruppe 05.06.23 12.06.23 19.06.23 26.06.23</b>	<b>Montag, Gruppe 1: 9.45 - 10.30 Uhr Gruppe 2:</b>	Erika Schmidt und Andrea Bogdahn



	<b>10.45 – 11.30 Uhr</b>	
<b>Yoga</b>	<b>Dienstag</b> <b>11.00 – 12.00 Uhr</b> <b>06.06.23 13.06.23</b> <b>20.06.23 27.06.23</b>	Elli Stöckel Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Tanzen im SeniorenForum</b>	<b>Mittwoch,</b> <b>9.30 – 11.00 Uhr</b> <b>07.06.23 14.06.23</b> <b>21.06.23 28.06.23</b>	Karin Bäuerle 07844/ 911354
<b>Tischtennis spielen I</b>	<b>Dienstag,</b> <b>17.00 – 18.30 Uhr</b> <b>06.06.23 13.06.23</b> <b>20.06.23 27.06.23</b>	Alexander Cornut 07851/78713
<b>Tischtennis spielen II</b>	<b>Donnerstag,</b> <b>17.00 – 18.30 Uhr</b> <b>01.06.23 15.06.23</b> <b>22.06.23 29.06.23</b>	Claude Noel 07851/12 47
<b>Boule spielen am Kehler Freibad</b>	<b>Donnerstag,</b> <b>ab 09.30 Uhr</b> <b>01.06.23 15.06.23</b> <b>22.06.23 29.06.23</b>	Bernd Stephanny 07854/ 9 13 98
<b>Fahrrad-Tour zur Pflimlinbrücke</b>	<b>30.Juni 13.00 Uhr</b>	Andrea Bogdahn Gisela Petit Bitte im SeniorenForum anmelden!

## **Besondere Veranstaltungen**

<b>Film:</b> <b>„Frankreich Nordwest über Normandie, Bretagne und Schlösser der Loire“</b>	<b>Donnerstag 10.00 Uhr  22.Juni 2023</b>	<b>Peter Schulze Bitte im SeniorenForum anmelden</b>
---	---	--



## Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Mit Betina Feuerbach und Jessica Armbruster vom  
Pflegestützpunkt Kehl

Ein besonderes Angebot für pflegende Familienmitglieder um  
Erfahrungen zu sammeln und Kraft für ihre wertvolle Aufgabe  
schöpfen.

Der Gesprächskreis dient dem Erfahrungsaustausch. Es werden  
Informationen und praktische Tipps zur Bewältigung des Alltags  
gegeben.

Begleitung in schwierigen Pflege -und Betreuungssituationen

Der Gesprächskreis ist kostenfrei. Er findet jeden 1. Donnerstag  
im Monat in der Villa RiWa, Richard-Wagner-Straße 3 in Kehl  
statt.

Uhrzeit von 15.00 bis 16.30 Uhr.

Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

Anmeldungen beim Pflegestützpunkt Kehl unter 07851 882410  
oder 07851 882412 oder per Mail an  
[psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de](mailto:psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de) möglich.

# Das SeniorenForumKehl finden Sie in der Jahnstr. 22

