



# **SeniorenForumKehl**

**Aktiv für sich und Andere**

## **Aktuelle Angebote**

**März 2023**

**SeniorenForumKehl, Jahnstr. 22, 77694 Kehl,**

**Tel. 07851 48 56 54**

**E-Mail: seniorenforum@kehl.de**

**[www.kehl.de/stadt/verwaltung/seniorenforumkehl.php](http://www.kehl.de/stadt/verwaltung/seniorenforumkehl.php)**

### **Bürozeiten:**

**Montag - Freitag 10.00 - 11.30 Uhr**

**Montag 14.00 - 15.30 Uhr**

Wann soll man leben,  
wenn nicht in der Zeit,  
die einem gegeben ist?

Christa Wolf , 1929 -2011  
Schriftstellerin,

Nach den Corona-Jahren macht unsere **Theatergruppe** wieder von sich reden und die Leiterin der Gruppe, **Sabine Ross** ergänzt: „Da sind Sie sprachlos! Denn die Theatergruppe des Senioren Forum Kehl versucht sich jetzt pantomimisch! Jeden **zweiten Montag im Monat um 10.00 Uhr** treffen wir uns im Senioren Forum! Wer Lust und Zeit hat, ist herzlich willkommen zum Mittun, Mitmischen und natürlich zum Mitspielen! Wir freuen uns auf Sie und sind gespannt auf unser eigenes Potential. Kommen Sie gerne dazu, wenn Sie sich angesprochen fühlen!“

Wir bieten aber nicht nur Theater.

Gut besucht sind unsere Sprachkurse, so berichtet stellvertretend **Michael Giurgiu**, der den Kurs „**Italienisch ohne Mühe für Fortgeschrittene**“ leitet, dass er mit seinen Kursteilnehmern/innen themenbezogen anhand eines Lehrbuches und einer Zeitschrift gesellschaftliche Fragen bespricht oder ein offenes Gespräch führt. Die Gruppe trifft sich jede Woche am **Mittwochnachmittag ab 16.30 Uhr** und freut sich über weitere Teilnehmer/innen.

Das gilt auch für „**Englisch für Fortgeschrittene**“ mit **Colleen Benkert**. Wenn Sie z.B. Ihre Englischkenntnisse auffrischen wollen, sind Sie jederzeit willkommen. Die Gruppe trifft sich **zweimal monatlich am Donnerstag um 15 Uhr**.

Die Digitalisierung ist in aller Munde, immer häufiger werden EDV- und Computerkenntnisse bereits von Behörden und Institutionen vorausgesetzt (s. Grundsteuer), auch das Senioren Forum Kehl kann sich dieser Notwendigkeit nicht verschließen und so werden nach sehr vielen Jahren im ständigen Gebrauch die bisherigen Rechner unserer Computerabteilung in diesen Wochen durch neue leistungsstarke Systeme mit Anschaffungsjahr 2019 ersetzt. Unser Dank geht an die Firma Markant in Offenburg-Waltersweier, die uns die neuen Computer zum vergünstigten Preis bereitgestellt hat, vermittelt durch deren

Mitarbeiter **Daniel Ruff**, der ehrenamtlich in Zukunft im SeniorenForum diverse Computerkurse anbieten wird. **Roland Schühle** koordiniert die Umstellung der Rechner auf Windows 11, um demnächst auch hier auf dem aktuellen technischen Stand zu sein. So werden künftige Computerkurse mit Hilfe der leistungsstärkeren Hardware viel besser umgesetzt und die jeweiligen Kursinhalte deutlich schneller erarbeitet werden können.

Während der ab **09.03.23 donnerstags um 14 Uhr** erneut stattfindende Kurs: „**ein Fotoalbum selbst gestalten**“ von **Konstanze Zint** bereits ausgebucht ist, dürfen wir auf einen weiteren Kurs von **Klaus Fuchs** aufmerksam machen:

Beginnend ebenfalls am **09.03.23** über 6 Wochen **donnerstags um 10 Uhr** bietet er den Kurs: **“Excel-Praxis”** mit folgenden inhaltlichen Themen an:

- vorweg ein wenig Theorie
- wir entwerfen den Kalender 2023 unter Berücksichtigung des Mondes
- wir legen eine Arbeitsmappe mit dem Budget 2023 an und können so etwaige Preissteigerungen im Griff behalten
- wir entwerfen eine Adress- oder Geburtstagstabelle
- wir entwickeln eine Nutzwertanalyse als Entscheidungshilfe verschiedener Lösungsalternativen im Alltag

Dazu erhalten Sie jeweils Arbeitsblätter.

Bitte melden Sie sich an, wenn Sie an diesem neuen Kurs Interesse haben, die Plätze sind leider begrenzt.

Wie in jedem Monat steht unter dem Motto: **Neue Wege gehen - alle kochen gemeinsam** die Zubereitung eines leckeren Gerichts auf dem Speiseplan von **Sonja Walter!** In diesem Fall am **14.03.23 ab 9.30 Uhr** ein gehaltvoller Sauerkrauteintopf, Bigos, das polnische Nationalgericht! Wir bitten um Anmeldung.

Der **Literaturkreis** bespricht am Dienstag, den **21.03.23 um 15 Uhr**, das Buch: **“Das Land der Anderen”** von **Leila Slimani** und damit die Geschichte der Elsässerin Mathilde, die sich kurz nach Ende des Zweiten Weltkrieges plötzlich im Land ihres Ehemannes in Marokko in einem gänzlich unerwarteten Leben wiederfindet.

Derweil beschäftigt sich eine Woche später der **Philosophiekreis** am Dienstag, den **28.03.23 ab 15 Uhr**, nach Jean-Paul Sartre und Simone de

Beauvoir nun mit Albert **Camus**, um damit den Kreis der französischen Autoren und Philosophen abzuschließen. Die Leitung hat **Sascha Benkert**.

Wussten Sie schon, dass wir auch eine lebhafteste **Skat-Gruppe** haben, die sich unter der Organisation von **Gabriele Lang** jeden **Montag** von **14.30 -16.30 Uhr** trifft? Wenn Sie Lust an diesem klassischen Spiel haben, kommen Sie gerne einfach mal dazu!

Last not least sei noch auf den

### **TAG DER OFFENEN TÜR** des **SeniorenForumKehl**

hingewiesen, der für **Samstag**, den **22.04.2023** von **11-17 Uhr** geplant ist und zu dem wir Sie, die Sie uns als Kursleiter/innen oder als Teilnehmer/innen begleiten und bereichern und damit das SeniorenForum Woche für Woche mit Leben füllen, ganz herzlich im Namen unseres Teams einladen möchten:

wünscht Ihnen das Team des SeniorenForums

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 März 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>Montag, 14.00 Uhr 06.03.23 13.03.23 20.03.23 27.03.23</b>	Roland Schühle Bitte im SeniorenForum anmelden!
Kurs: „Excel-Praxis“ (siehe Text im Programm)	<b>Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr 09.03.23 16.03.23 23.03.23 30.03.23</b>	Klaus Fuchs 07851/25 97 Bitte im SeniorenForum anmelden
„Ein Fotoalbum selbst gestalten“ (siehe Text im Programm)	<b>Donnerstag, 14.00 Uhr 09.03.23 16.03.23 23.03.23 30.03.23</b>	Konstanze Zint Der Kurs ist bereits belegt.
<b>Sprachen</b>		
Französisch für Interessierte mit wenig Vorkennt- nissen	<b>Dienstag, 9.30 – 10.30 Uhr 07.03.23 14.03.23 21.03.23 28.03.23</b>	Ute Farré 07854/ 9052 Bitte im SeniorenForum anmelden!
Englisch für Fortgeschrittene ..let's tak about it .. (siehe Text im Programm)	<b>Donnerstag, 15.00 – 16.30 Uhr 02.03.23 16.03.23</b>	Colleen Benkert 07851/9 94 39 88

Französisch-Konversation	Montag, 15.00 – 16.30 Uhr <b>06.03.23 13.03.23</b> <b>20.03.23 27.03.23</b>	Eliane Rackette et son équipe
Spanische Sprache und Kultur für fortgeschrittene Anfänger	Montag, 14.00 – 15.30 Uhr Die Termine stehen noch nicht fest	Susanne Jänecke-Sohier 0033388332416
Latein-Seminar „Cicero“	Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr <b>01.03.23 08.03.23</b> <b>15.03.23 22.03.23</b> <b>29.03.23</b>	Harald Becker Tel. 017650445805
Italienisch-Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen	<b>Donnerstag,</b> 15.00 – 16.30 Uhr <b>09.03.23</b> <b>23.03.23</b>	Herbert Leidenheimer 07851/52 58
Italienisch ohne Mühe für Fortgeschrittene (siehe Text im Programm)	<b>Mittwoch,</b> 16.30 – 18.00 Uhr <b>08.03.23 15.03.23</b> <b>22.03.23 29.03.23</b>	Michael Giurgiu Tel. 017657983282
<b>Gespräche</b>		
„Menschen im Dialog“	Donnerstag, 10.00 – 12.00 Uhr <b>02. März 2023</b>	Sascha Benkert 07851/99 43 988

Literaturkreis: Leila Slimani: <b>„Das Land der Anderen“</b> (siehe Text im Programm)	<b>Dienstag,</b> 15.00 – 16.30 Uhr <b>21. März 2023</b>	
Philosophie heute Thema: <b>Albert Camus</b> (siehe Text im Programm)	Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr <b>28. März 2023</b>	Sascha Benkert 07851/9 94 39 88
<b>Kreatives, Unterhaltung</b>		
Heiteres Gedächtnistraining	Mittwoch, 15.00 – 16.00 Uhr <b>01.03.23 15.03.23 29.03.23</b>	Anni Fischer 07851/ 55 37
Spielenachmittag – Brett-, Karten- und Würfelspiele	Donnerstag, 15.00 – 17.00 Uhr <b>09.03.23 16.03.23 23.03.23 30.03.23</b>	Marlies Krestyn 07851/ 43 41
Skat-Gruppe	Montag, 14.30 – 16.30 Uhr <b>06.03.23 13.03.23 20.03.23 27.03.23</b>	Gabriele Lang 017653355241
Cego-Gruppe	Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr <b>08.03.23 22.03.23</b>	Sonja Walter 07851/ 77012

Schach spielen	Freitag, 9.30 – 11.30 Uhr <b>03.03.23 10.03.23</b> <b>17.03.23 24.03.23</b> <b>31.03.23</b>	Sascha Benkert 07851/9943988
Malen in Aquarell	Dienstag, 17.00 – 18.00 Uhr <b>14.03.23</b> <b>28.03.23</b>	Birthe Geitmann 07851/ 7 21 37
Strickkreis	Mittwoch, 15.00 – 16.30 Uhr <b>01.03.23 08.03.23</b> <b>15.03.23 22.03.23</b> <b>29.03.23</b>	Andrea von Lossau 07851/7 87 57
Gemeinsames Singen	Donnerstag, 15.30 – 16.30 Uhr <b>09.03.23</b> <b>23.03.23</b>	Ursula Gauglitz 07851/ 51 26
Theatergruppe  (siehe Text im Programm)	Montag, 10.00 <b>13. März 2023</b>	Sabine Ross 07851/77200
Zithergruppe SeniorenForum	Donnerstag, 9.00 – 10.30 Uhr <b>02.03.23 09.03.23</b> <b>16.03.23 2.03.23</b> <b>30.03.23</b>	Daniel Alix 015224366286



<p><b>Neue Wege gehen – alle kochen gemeinsam</b> Eintopf nach Bigosart (siehe Text im Programm)</p>	<p>Dienstag, <b>ab 9.30 Uhr</b>  <b>14. März 2023</b></p>	<p>Sonja Walter  <b>Bitte im SeniorenForum anmelden!</b></p>
<p><b>Sportliches</b></p>		
<p>Billard I</p>	<p>Dienstag, 14.30 – 16.30 Uhr <b>07.03.23 14.03.23</b> <b>21.03.23 28.03.23</b></p>	<p>Heinz-Gert Walter 07851/ 7 70 12</p>
<p>Billard III</p>	<p>Montag, 14.30 Uhr <b>06.03.23 13.03.23</b> <b>20.03.23 27.03.23</b></p>	<p>Peter Köster 07853/ 13 80</p>
<p>Billard IV</p>	<p>Freitag, 14.30 – 16.30 Uhr <b>03.03.23 10.03.23</b> <b>17.03.23 24.03.21</b> <b>31.03.23</b></p>	<p>Claude Noel 07851/ 12 47</p>
<p>Gymnastik-Gruppe:</p>	<p>Montag, <b>Gruppe 1:</b> 9.45 – 10.30 Uhr <b>Gruppe 2:</b> 10.45 – 11.30 Uhr <b>06.03.23 13.03.23</b> <b>20.03.23 27.03.23</b></p>	<p>Erika Schmidt und Andrea Bogdahn  Bitte im SeniorenForum anmelden!</p>

Yoga	Dienstag, 11.00 – 12.00 Uhr <b>07.03.23 14.03.23</b> <b>21.03.23 28.03.23</b>	Elli Stöckel Bitte im SeniorenForum anmelden!
Tanzen im SeniorenForum	Mittwoch, 9.30 – 11.00 Uhr <b>08.03.23 15.03.23</b> <b>22.03.23 29.03.23</b>	Karin Bäuerle 07844/ 911354
Tischtennis spielen I	Dienstag, 17.00 – 18.30 Uhr <b>07.03.23 14.03.23</b> <b>21.03.23 28.03.23</b>	Alexander Cornut 07851/78713
Tischtennis spielen II	Donnerstag, 17.00 – 18.30 Uhr <b>02.03.23 09.03.24</b> <b>16.03.23 23.03.23</b> <b>30.03.23</b>	Claude Noel 07851/12 47
Boule spielen am Kehler Freibad	Donnerstag, ab 10.00 Uhr <b>Die Boule-Gruppe</b> <b>pausiert bis</b> <b>April 2023</b>	Bernd Stephanny 07854/ 9 13 98

## **Seniorenpatenschaft für den Spielplatz am Wasserband**

Das Wasserbandteam ist wieder aktiv und reinigt das Wasserband im Rheinvorland.

Start voraussichtlich April 2023

Wie in den letzten Jahren kümmern sich Senioren\*innen immer dienstags und freitags zwischen 7 und 9 Uhr um den beliebten Wasserspielplatz in der Nähe des Weißtannenturms. Zu erleben, welche Freude die Kinder und Familien haben ist Ansporn für das Team. Außerdem macht das Engagement in der Gruppe Spaß.

Aber die Gruppe braucht Unterstützung! Daher unsere Bitte: Wenn Sie bei dieser tollen Aktion mitmachen möchten oder Personen kennen, die eine schöne und sinnstiftende Aufgabe suchen -melden Sie sich!

Informationen erhalten Sie bei Frau Armbruster von der Stadt Kehl.

Te.: 07851 882410

Mail: [psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de](mailto:psp-ortenaukreis@stadt-kehl.de)

Oder einfach vorbeikommen und los geht es- wie gesagt

**Immer dienstags und freitags**

Wir freuen uns auf Sie!

### **Vorankündigung**

Vortrag zu Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung am 20. April 2023 um 18.30 Uhr in der Villa RiWa in der Richard-Wagner-Straße 3 in Kehl.

Das Senioren Forum Kehl finden Sie in Jahnstrasse 22

