



Seniorenbüro Kehl

Aktiv für sich und Andere

Aktuelle Angebote

Oktober 2019

Seniorenbüro Kehl, Jahnstr. 22, 77694 Kehl,

Tel. 07851 48 56 54

E-Mail: seniorenbuero@kehl.de

www.kehl.de/seniorenbuero

Bürozeiten:

Montag, 10.00 Uhr - 11.30 Uhr und 14.00 - 15.30 Uhr

Dienstag bis Freitag, 10.00 Uhr - 11.30 Uhr

Die Wahrheit hat keine Stunde. Ihre Zeit ist gerade dann, wann sie am unzeitgemäßesten erscheint .

Albert Schweitzer

Nachruf für Wilfried Gauglitz

Wieder einmal müssen wir Abschied nehmen. Wir trauern um Wilfried Gauglitz, der von Anfang an im Seniorenbüro mitgewirkt hat. Er hat die verschiedenen Computerkurse aufgebaut, Menschen gefunden, die diese Kurse geleitet haben und er hat dabei auch selbst viele Jahre Kurse abgehalten. Durch sein intensives Eingehen auf die unterschiedlichsten Probleme der Kursteilnehmer/innen war er bei unseren Besucherinnen und Besuchern sehr beliebt.

Zu Beginn konnten wir durch seine Verbindung zu den beruflichen und kaufmännischen Schulen gebrauchte Computer und die dazugehörigen Tische bekommen, für das Seniorenbüro von großer Wichtigkeit. Noch heute sind Teile davon in Gebrauch.

Wilfried Gauglitz war bis zum erneuten Ausbruch seiner Erkrankung der kompetente Ansprechpartner im Computerteam und hat diese Aufgabe äußerst zuverlässig übernommen.

Wir sind ihm sehr dankbar und werden ihn stets in guter Erinnerung behalten. Unser tiefes Mitgefühl gilt seiner Familie.

Was gibt es Aktuelles im Seniorenbüro ?

Sehr gerne angenommen wird zweimal im Monat der **Spielenachmittag** , geleitet von **Marlies Krestyn** , bei dem die Teilnehmer/innen verschiedene **Brett-, Karten - und Würfelspiele** spielen und gemeinsam eine vergnügliche Zeit verbringen.

Der Kreis ist jederzeit offen für neue Teilnehmer, wenn Sie Freude an Gesellschaftsspielen haben, sind Sie herzlich eingeladen ! Eine Anmeldung ist nicht erforderlich .

Diese Anmeldung erbitten wir aber zur **Informationsveranstaltung zur Online-Ausleihe von Büchern und Zeitschriften aus der Mediathek.**

Am **10.10. um 14.30 Uhr** wird Alexandra Schmidt von der Mediathek der Stadt Kehl berichten : was ist die Online-Ausleihe ? Wie funktioniert sie ?

Neben einer kurzen Einführung liegt der Fokus der Veranstaltung auf der Medienausleihe : direkt über einen E-Book-Reader, ein Tablet oder ein Smartphone. Dabei wird Frau Schmidt auch auf individuelle Fragen der Besucher/innen eingehen . Gerne können Sie auch ihr eigenes Gerät mitbringen.

Die Veranstaltung findet unter der **Organisation von Dorle Gaiser** in der Mediathek statt, Treffpunkt ist im Seniorenbüro. Der Eintritt ist frei, die Teilnehmerzahl begrenzt.

Ebenfalls **organisiert von Dorle Gaiser** besucht das Seniorenbüro im Rahmen einer öffentlichen Führung das **Hanauer Museum** mit seiner aktuellen Ausstellung : „**Goldene Zwanziger ? Kehl in der Weimarer Republik !**“

Die Führung findet am **11.10.19 um 16 Uhr** statt, der Eintritt ins Museum beträgt 5 €, der Treffpunkt ist vor dem Museum ,um Anmeldung im Seniorenbüro wird gebeten.

Um ein ganz anderes Thema geht es am Donnerstag, **17.10.19 um 9.30 Uhr** beim Vortrag von **Apotheker Christian Weber** ,der im Rahmen der aktuellen Diskussion über „**Impfen in jedem Alter**“ referieren wird.

Die Notwendigkeit des Impfens, gar eine eventuelle Impfpflicht, Risiken und Nebenwirkungen, Kostenübernahme der Krankenkasse, empfohlene Impfungen, aktuelle Lieferengpässe usw.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Auch das **Kochen** wird in diesem Monat wieder großgeschrieben. Neben dem **Ayurvedischen kochen und essen**, das leider schon ausgebucht ist ,gibt es noch zwei weitere Möglichkeiten, beim Kochen mitzuhelfen oder sich zum jeweiligen Essen anzumelden :

am **15.10.19** zaubert Vera Zborilova ein „ungarisches **Paprikagemüse**“ und am **29.10.19** kommt mit „Borschtsch“ unter der Regie von **Francoise Brümmer** ein russisches Essen auf den Tisch.

Sie sind herzlich eingeladen, ab 10.30 Uhr mit zu kochen oder um 12.30 Uhr zum gemeinsamen Mittagstisch. Wir bitten um Anmeldung.

Zum Schluß noch zwei Termine zum Vormerken : am **07.11.19 um 10 Uhr** lädt **Hansjürgen Hörnel** zu einem musikalischen Vortrag über den französischen Komponisten und Musikkritiker **Hector Berlioz**

und am **26.10.19 ab 14.30 Uhr** laden wir zur **Tanzmusik mit der Senioren-Band „es geht noch“**. Nähere Details dazu werden folgen.

Mit diesem Programm für den Monat Oktober grüßt das Team des Seniorenbüros

Das Büroteam des Seniorenbüros

Anni Fischer, Ursula Gaiser, Dorle Gaiser, Lilly Guth,
Brigitte Illenberger, Dr. Margit Kübler, Gerlinde Seebacher,
Sonja Walter, Vera Zborilova, Walter Gertis,
Dr. Helmut Hubert, Roland Schühle, Bernd Stephanny

Seniorenbüro Kehl

Programm für Oktober 2019

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

Was	Wann	Wer
Computer-Kurs Tablet-PCs Einführungskurs	Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr 10.10.19 17.10.19 24.10.19	Klaus Fuchs 07851/25 97
Comuter-Kurs Tablet-PCs Aufbaukurs	Freitag, 10.00 – 11.30 Uhr 11.10.19 18.10.19 25.10.19	Klaus Fuchs 07851/ 25 97
Computer-Kurs Word-Einführung	Montag, 10.00 – 11.30 Uhr 21.10.19 28.10.19	Wolfram Bresch 07851/ 42 26
Computer-Kurs Word für Fortgeschrittene	Montag, Beginn: Januar 2020	Wolfram Bresch 07851/42 26
Computer-Kurs Internet für Anfänger	Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr 16.10.19 23.10.19 30.10.19	Roland Schühle 07851/ 95 9190
Hilfe bei Smartphone- Problemen	Montag, 14.00 – 15.30 Uhr 07.10.19 14.10.19 21.10.19 28.10.19	Roland Schühle 07851/ 95 91 90

Sprachen		
First pages Lesen von englischsprachiger Literatur	Montag, 10.00 – 11.30 Uhr Pause bis auf Weiteres	Karsten Gevers 07851/ 36 42
Englisch-Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen	Dienstag, 10.00 – 11.30 Uhr 08.10.19	Colleen Benkert 07851/99 43 98 8
Englisch für Fortgeschrittene ..let's talk about it ..	Donnerstag, 15.00 – 16.30 Uhr 10.10.19 24.10.19	Colleen Benkert 07851/99 43 98 8
Englisch – einfach lesen	Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr 11.10.19 25.10.19	Adolf Schärger 07851/79 59 866 Bitte anmelden!
Französisch-Konversation 1	Montag, 15.00 – 16.30 Uhr 07.10.19 14.10.19 21.10.19 28.10.19	Eliane Rackette et son équipe
Französisch-Konversation 2	Mittwoch, 15.00 – 16.30 Uhr 02.10.19 09.10.19 16.10.19 23.10.19 30.10.19	Eliane Rackette Et son équipe
Französisch Anfänger mit Vorkenntnissen	Dienstag, 14.30 – 16.00 Uhr 08.10.19 22.10.19	Adriana Klug 07844/ 22 69

Spanische Sprache und Kultur für fort- geschrittene Anfänger	Montag, 14.00 – 15.30 Uhr 07.10.19 14.10.19 21.10.19	Susanne Jänecke- Sohier 0033388332416
Literatur-Seminar Latein: Hannibal und Karthago	Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr 02.10.19 09.10.19 16.10.19 23.10.19 30.10.19	Harald Becker
Italienisch ohne Mühe Anfänger	Donnerstag, 16.30 – 18.00 Uhr 10.10.19 24.10.19	Herbert Leidenheimer 07851/52 58 Der Kurs ist belegt
Italienisch ohne Mühe Fortgeschrittene	Donnerstag, 17.00 – 18.30 Uhr 10.10.19 24.10.19	Michael Giurgiu Tel. 015171979997
Gespräche		
„Menschen im Dialog“	Donnerstag, 10.00 – 12.00 Uhr 10.10.19	Sascha Benkert 07851/99 43 988
Natur und Therapie	Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr 08.10.19	Henri Männlein 07851/88 56 21
Literatur-Kreis Julian Barnes: „Der Lärm der Zeit“	Dienstag, 15.00 – 16.15 Uhr 15.10.19	Irmtraud Joerger 07851/ 52 52

Philosophie heute	Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr 22.10.19	Sascha Benkert 07851/99 43 98 8
Erzählcafé	Freitag, 15.00 – 16.00 Uhr 25.10.19	Bernd Stephanny 07854/ 9 13 98
Kreatives, Unterhaltung		
Heiteres Gedächtnistraining	Mittwoch, 15.00 – 16.00 Uhr 09.10.19 23.10.19	Anni Fischer 07851/ 55 37
Spielenachmittag – Brett-, Karten- und Würfelspiele Mitspielerinnen und Mitspieler sind willkommen!	Donnerstag, 15.00 – 17.00 Uhr 17.10.19 31.10.19	Marlies Krestyn 07851/ 43 41
Skat-Gruppe	Montag, 15.00 – 17.00 Uhr 14.10.19 28.10.19	Heidemarie Helmke 07851/70 89 844
Cego-Gruppe	Mittwoch , 14.30 Uhr 02.10.19 16.10.19 30.10.19	Karl Agostini Tel. 07851/ 53 73
Schach spielen	Freitag, 10.00 – 12.00 Uhr 04.10.19 18.10.19	Sascha Benkert 07851/9943988

Zeichnen in geselliger Runde	Montag, 15.00 – 16.30 Uhr 07.10.19 21.10.19	Petra Schärger 07851/79 59 866 Kurs ist belegt!
Malen in Aquarell	Dienstag, 17.00 – 18.00 Uhr 01.10.19 15.10.19 29.10.19	Birthe Geitmann 07851/ 7 21 37
Tonen in den Werk- räumen des Hauses der Jugend in Kehl	Nach Absprache	Auskünfte bei Bernd Stephanny 07854/ 9 13 98
Krea(k)tivtheater	Montag, 10.00 – 11.00 Uhr 07.10.19 14.10.19 21.10.19	Sabine Ross 07851/77200
Wir sprechen über Fotografie	Donnerstag, 15.00 – 17.00 Uhr 24.10.19	Günther Berthold Bitte im Senioren- büro anmelden
Strickkreis	Mittwoch, 16.00 – 17.30 Uhr 02.10.19 09.10.19 16.10.19 23.10.19	Andrea von Lossau 07851/7 87 57
Freude und Spaß am Chorsingen - neu entdeckt oder weiter erlebt	Freitag, 16.00 Uhr 04.10.19 11.10.19 18.10.19 25.10.19	Eve Jautzy
Senioren-Band „es geht noch!“	Samstag, 14.30 Uhr 26.10.19 Tanzmusik	Info bei: Johannes Schlie 0781/ 5 97 85

Stubenmusik	Montag, 10.00 – 11.00 Uhr 28.10.19	Sonja Walter 07851/ 7 70 12
Zithergruppe Seniorenbüro	Donnerstag, 9.00 – 10.30 Uhr 10.10.19 17.10.19 24.10.19 31.10.19	Elvira Mannshardt 07851/ 41 37
Gemeinsam kochen und essen		
ayurvedisch kochen ... und essen	Mittwoch, 02.10.19 10.30 Uhr Kochen 12.30 Uhr Essen	Maxi Ospelt 0033689291503 Bitte im Seniorenbüro anmelden
Ungarisches Paprika-Tomaten- Gemüse	Dienstag, 15.10.19 10.00 Uhr Kochen 12.00 Uhr Essen	Vera Zborilova Bitte im Senioren- büro anmelden
Borschtsch (Russisches Essen)	Dienstag, 29.10.19 10.00 Uhr Kochen 12.00 Uhr Essen	Françoise Brümmer Bitte im Senioren- büro anmelden
Sportliches		
Billard I	Montag, 16.00 – 18.00 Uhr 07.10.19 14.10.19 21.10.19 28.10.19	Peter Köster 07853/ 13 80

Billard II	Dienstag, 14.00 – 16.30 Uhr 01.10.19 08.10.19 15.10.19 22.10.19 29.10.19	Heinz-Gert Walter 07851/ 7 70 12
Billard III	Dienstag, 16.30 – 19.00 Uhr 01.10.19 08.10.19 15.10.19 22.10.19 29.10.19	Marilis Piault 0033388-840738
Billard IV	Mittwoch, 14.30 Uhr 02.10.19 09.10.19 16.10.19 23.10.19 30.10.19	Bernhard Rauber 07851/79 53 08
Billard V	Freitag, 14.30 – 16.30 Uhr 04.10.19 11.10.19 18.10.19 25.10.19	Claude Noel 07851/ 12 47
Gymnastik-Gruppe	Montag, 10.00 – 11.00 Uhr 07.10.19 14.10.19 21.10.19 28.10.19	Erika Schmidt Dorothea Streib
Yoga für Anfänger	Freitag, 9.30 – 10.30 Uhr 04.10.19 11.10.19 18.10.19 25.10.19	Karoline Burrer Bitte im Seniorenbüro anmelden
Yoga für Fortgeschrittene	Dienstag, 10.00 – 11.00 Uhr 01.10.19 08.10.19 15.10.19 22.10.19	Elvira Stöckel 07854/ 989809

Tanzen im Seniorenbüro	Mittwoch, 9.30 – 11.00 Uhr 02.10.19 16.10.19 23.10.19 30.10.19	Karin Bäuerle 07844/ 911354
Tischtennis spielen I	Dienstag, 17.00 – 18.30 Uhr 01.10.19 08.10.19 15.10.19 22.10.19 29.10.19	Alexander Cornut 07851/78713
Tischtennis spielen II	Donnerstag, 17.00 – 18.30 Uhr 10.10.19 17.10.19 24.10.19 31.10.19	Bernd Stephanny 07851/9 13 98
Wandergruppe: Spaziergang auf dem Elzpfad von Wittenweier bis Nonnenweier	Donnerstag, 13.00 Uhr 10.10.19 Treffpunkt: P+R-Parkplatz hinter dem Bahnhof Kehl	Regine Kern Tel. 07851/14 18 Inge Sandkühler Tel. 07851/38 17
Boule spielen im Rosengarten in Kehl (je nach Witterung)	Donnerstag, ab 10.00 Uhr 10.10.19 17.10.19 24.10.19 31.10.19	Bernd Stephanny 07854/ 9 13 98
Besondere Veranstaltungen		
4 Exkursionen: „Vielfalt der Bäume und Sträucher“	Dienstag, 10.00 01.10.19 08.10.19 15.10.19 22.10.19	Winfried Kunz 07851/ 52 68 Der Kurs ist belegt!

Besondere Veranstaltungen		
Ausflug nach Bruchsal ins Museum für mechanische Musikautomaten	Samstag, 05. Oktober 2019	Roland Schühle 07851/ 95 91 90 Anmeldung und Informationen im Seniorenbüro
Einführung zur Online-Ausleihe in der Mediathek Kehl (siehe Text im Programm)	Donnerstag, 14.30 Uhr 10. Oktober 2019 Treffpunkt: Seniorenbüro Kehl	Anmeldung im Seniorenbüro Kehl
Ausstellung im Hanauer Museum, Friedhofstr. 5 „Goldene Zwanziger? Kehl in der Weimarer Republik!“	Freitag, 16.00 Uhr 11. Oktober 2019 (siehe Text im Programm)	Besuch im Rahmen einer öffentlichen Führung: Anmeldung im Seniorenbüro Kehl
Vortrag: „Impfen in jedem Alter“ (siehe Text im Programm)	Donnerstag, 9.30 Uhr 17. Oktober 2019	Christian Weber Apotheker
Tanzmusik mit der Senioren-Band „es geht noch!“	Samstag, 14.30 Uhr 26. Oktober 2019	

Hinweise auf externe Veranstaltungen

Vortragsveranstaltung zum Tag der seelischen Gesundheit

Gescheitert? Deine Chance!

Heilsamer Umgang mit Lebenskrisen

Das vertraute Gebäude – es bröckelt, knirscht und wankt.
Und plötzlich stürzt es ein!
Alles, was mir Liebe, Halt und Schutz versprach, zerbricht vor
meinen Augen.

Ist das jetzt das Ende? Oder hat das Leben noch etwas vor?

Der Scheiternde spürt, dass es so nicht mehr weitergeht. Der Körper rebelliert. Die Psyche meldet sich zu Wort. Der Prozess, den scheiternde Menschen durchmachen, ähnelt sich in vielem. Die Verwandlung des Scheiterns und das Annehmen der Lebenskrise sind nur dem möglich, der sich der Trauer stellt. Schmerzhaftes Krisen und das Scheitern gehören zum Leben dazu.

Das Scheitern als eine große Chance zu sehen, mit dem wir die Möglichkeit erhalten uns wirklich nahe zu kommen, uns zu spüren und mit unserem wahren Sein in Verbindung zu gelangen, dazu soll dieser Impulsvortrag uns ein wenig näher bringen.

Vortrag zum Tag der Seelischen Gesundheit 2019

Referent: Dietmar Krieger *Dipl. Trauerberater und –begleiter (AMB), Trauerpädagoge, VeränderungsCoach & Supervisor* vom Institut für Krisen- und Stressbewältigung in Durbach

Zeit: Donnerstag, 10.10.2019 um 19.00 Uhr

Ort: Zedernsaal in Kehl

Eintritt: frei

Schirmherr: Oberbürgermeister Toni Vetrano

Veranstalter: Arbeitskreis Tag der seelischen Gesundheit

Mitarbeiter der Veranstalter stehen für Informationsgespräche zur Verfügung!

Malen für Menschen mit und ohne Demenz



„Malen macht Freude“

Die Sinne und Gedanken aktivieren.

Sich entspannen, Freude empfinden, Beschäftigung die Spaß macht.

Diesen Ansatz der Maltherapie wird Britta Meinke, Dipl.-Sozialpädagogin, mit uns umsetzen. Dazu laden wir Sie hiermit ein.

In diesem Jahr sind wir zu Gast im „Seniorenzentrum Alte Mühle“.
Wir laden Sie ein zu folgenden Terminen:

Donnerstag, 15. Oktober 2019

Uhrzeit: 14.30 bis – ca. 16.30 Uhr
Ort: Seniorenzentrum Goldscheuer
Im Konradshurst 5
77654 Kehl-Goldscheuer

Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte **unbedingt eine Woche vorher** an bei:

Joachim Kubitza, Pflegestützpunkt der Stadt Kehl
Tel.: 07851/88-2410
Fax: 07851/88-2406
Mail: J.Kubitza@stadt-kehl.de

Das Malangebot ist eine Veranstaltung der AG Demenz Kehl
in Zusammenarbeit mit der Bürgerstiftung Kehl / Heide Hilzinger- Stiftung
Die Demenzagentur wird aus Mitteln der Pflegeversicherung unterstützt.



Einladung zum

Tanzcafé

für Menschen mit und ohne Demenz,
für Einzelpersonen und Paare in geselliger Runde

Sie haben Freude an Bewegung & Musik? Dann würden wir uns freuen,
wenn Sie Lust haben dabei zu sein!

Termine: (jeweils donnerstags)

19.09.2019

17.10.2019

21.11.2019

von 14:30 – 16:30 Uhr

in der „Pflegeheim am Pfarrgarten“,
Sessichstr. 3 in Willstätt.



Eine Anmeldung ist erforderlich!

Pflegestützpunkt Kehl

Tel.: 07851/88-2410, Mail: j.kubitza@stadt-kehl.de

Musik und Bewegung wirken auf den Menschen in besonderer Weise. Beim Tanzen werden beide Gehirnhälften angesprochen, Kräfte mobilisiert und es wird eine andere Möglichkeit angeregt sich auszudrücken. Dies zeigt sich in der Körperhaltung und der Ausstrahlung.

Birgit Dehmer, Leiterin der „Tanzwerkstatt“ sagt:

„Tanzen gehört zu den ersten und ursprünglichsten Formen der Kultur.“

Die Seniorenband „**Es geht noch.....**“
sorgt für flotte Tanzmusik.

Wir kümmern uns um das leibliche Wohl.

In den Tanzpausen können Erinnerungen ausgetauscht
und lebhafte Gespräche geführt werden



Personen mit Demenz benötigen eine Begleitung.

Pflegebedürftig – was nun?

Hilfenetz, Finanzierungs- und Entlastungsmöglichkeiten

Vortrag der AG Demenz Kehl und Bürgerstiftung Kehl am
Donnerstag, 24.10.2019, 18.00 Uhr im Seniorenbüro Kehl,
Jahnstr. 22.

Pflegebedürftigkeit kann jeden treffen. Was ist dann zu tun, wo erhalte ich Informationen und Unterstützung? Wie wird die Pflege und Unterstützung finanziert? Was ist sonst noch zu beachten?

Referent Joachim Kubitza, Pflegestützpunkt Ortenaukreis – Außenstelle Kehl, erläutert an diesem Abend die Leistungen der Pflegeversicherung sowie weitere Hilfen, die Pflegende und Angehörige in Anspruch nehmen können.

Die AG Demenz Kehl lädt Angehörige, Helferinnen und Helfer sowie Fachkräfte und Interessierte zu diesem Vortrag ein.

Der Eintritt ist frei.

Eine Anmeldung nicht erforderlich.

Sie finden das **Seniorenbüro** in der **Jahnstr. 22**

