



# **SeniorenForumKehl**

**Aktiv für sich und Andere**

**Aktuelle Angebote**

**Juli**  
**2024**

**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**

**Während du älter wirst, merkst du, dass du zwei Hände hast. Eine, um dir selbst zu helfen, die andere, um anderen zu helfen.**

Audrey Hepburn  
britisch-niederländische Schauspielerin  
1929 - 1993

Wer erinnert sich nicht gerne an die sympathische Schauspielerin, die Stilikone, die Oscar- Preisträgerin, aber auch die Sonderbotschafterin von UNICEF. Alle haben wir sie im Kino gesehen, die meisten von uns in ihrem Klassiker: „Frühstück bei Tiffany“ - und diesen Film konnte man gerne auch mehrmals genießen!

Auch ihren obigen Worten mag man zustimmen, nichts anderes nimmt auch unser SeniorenForumKehl für sich in Anspruch, wenn wir Tag für Tag versuchen, mit den verschiedensten Kursen und Angeboten Freude zu bereiten, Wissen zu vermitteln oder auch einfach nur den Tag zu strukturieren und einander zu begegnen.

So kam zu unserem langjährigen, fast immer ausgebuchten Yoga-Kurs schon zu Beginn des Jahres Qi Gong dazu und seit Kurzem rundet nun Tai Chi die fernöstlichen Meditationstechniken ab und zeigt Wege der Entspannung. Wir danken unseren Kursleitern Elli Stöckel, Gerhard Ziegler und seit Neuestem Karl O. Roth stellvertretend für die Gesamtheit unserer Kursleiter ganz herzlich für ihr ehrenamtliches Engagement und sind froh auf sie alle zurückgreifen zu können. Leider sind gerade diese obigen Kurse sehr begehrt und da die Teilnehmerzahl begrenzt sein muss, auch meist ausgebucht. Aber es gibt fast immer Wartelisten !

In **Philosophie** wird sich **Sascha Benkert** im Juli „**Jose Ortega Y Gasset**“ widmen, dem großen spanischen Philosophen zu Beginn des 20. Jahrhunderts, der sich mit dem Begriff der „Massen“ beschäftigte, die, da ohne Geschichtsbewusstsein aufgewachsen, in hohem Maße anfällig für populistische Ideen und nationalistische Ideologien waren. Ein Thema, das heute so aktuell ist wie zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Der Termin ist am **30.07.24** um **15 Uhr**.

Mit einem ebenfalls geschichtsträchtigen Buch beschäftigt sich der **Literaturkreis** und bespricht von **Bernhard Schlink**: „**Die Enkelin**“. Mit diesem Buch hat der Autor, Hochschulprofessor und Jurist, nach seinem bekanntesten Werk „Der Vorleser“ und etlicher anderer lesenswerter Bücher erneut ein spannendes, sehr aktuelles Werk geschaffen, das zurückblickt auf die Zeit des geteilten Deutschlands. Die Gruppe trifft sich am **16.07.24** um **15 Uhr**.

An diesem **16.07.24** ab **9.30 Uhr** wird auch **Sonja Walter** wieder zu ihrem beliebten monatlichen Kochen einladen. Unter dem Motto : „**Alle kochen gemeinsam**“ ist in kleines sommerliches Buffet geplant ! Wir freuen uns über Ihre Anmeldung.

Wer im Juni bei **Hansjürgen Hörnels** Vortrag war, freut sich auf den zweiten Teil seiner „**Doppelbegabungen**“ bekannter Komponisten. Beschäftigte er sich im Juni noch mit Mendelssohn-Bartholdy, Schönberg und Hindemith, so wird er am **18.07.24** um **10 Uhr** unter dem Titel: „**Kreisleriana**“ über **E.T.A. Hoffmann** und **Robert Schumann** referieren, die beide sowohl musikalisch als auch literarisch besonders begabt waren. Vor allem von E.T.A. Hoffmann sind seine Kompositionen wenig bekannt geworden.

Kurz vor unseren ruhigen Sommerwochen haben wir noch ein echtes Highlight für Sie. Am **25.07.24** um **10 Uhr** dürfen wir Sie zu einem weiteren wunderbaren **Film** von **Renate Oesterle** einladen. Zusammen mit ihrem Mann Klaus hat sie die Blumeninsel **Madeira** mit dem Motorrad erkundet. Die autonome Region Madeira ist eine portugiesische Inselgruppe im atlantischen Ozean vor Afrika. Das nie ruhende Spiel von Sonne, Wolken und Nebel zaubert immer neue Reflexe und Farbschattierungen auf die Landschaft und bringt so ständig wechselnde Bilder hervor. Madeira ist 22 km breit, 57 km lang und hat eine Größe von 741 km<sup>2</sup>, die Hauptstadt ist Funchal. Den großen Pflanzenreichtum verdankt Madeira seiner teilweisen englischen Vergangenheit und der Gartenleidenschaft seiner britischen Bewohner, Kaufleute und Aristokraten schufen die Grundlage der heute paradiesisch anmutenden Blumenpracht.

**Daniel Ruff** plant, weiterhin immer **dienstags** von **16- 17.00 Uhr** seinen Kurs : „**Keine Angst vor Tablet, Laptop und Co**“ anzubieten und **Konstanze Zint** bietet ab dem **11.07.** von **14-16 Uhr** den Kurs „**Excel Vertiefung**“ an, in dem das Erstellen und Bearbeiten von einfachen, aber auch komplexeren Formeln, das Formatieren von Tabellen und das Optimieren des Seitenaufbaus anhand von Beispielen gefestigt werden wird. Der Kurs setzt Vorkenntnisse in Excel sowie insgesamt grundlegende Computerkenntnisse voraus. Bringen Sie gerne ihr Notebook mit, soweit vorhanden. Für beide Kurse müssen Sie sich bitte anmelden !

Inzwischen gibt es dank der Organisation von **Volker Schmaltz** eine **Fahrrad-WhatsApp-Gruppe** bzw. **E-Mail-Gruppe** des SeniorenForum, die sich je nach Wetterlage auch ganz kurzfristig zu kürzeren oder längeren Touren trifft. Wenn Sie Interesse haben ,mitzufahren, melden Sie sich gerne bei uns und hinterlassen Sie uns Ihre Handy-Nr. oder E-Mail, dann können wir Sie in diesen Verteiler aufnehmen.

Zum guten Schluss noch eine kleine Bitte von **Bernd Stephanny**, der das **Boulespiel** leitet, dass doch bitte die Spieler und Spielerinnen ihre eigenen Boulekugeln mitbringen möchten, soweit vorhanden. Vielen Dank.

Da erfahrungsgemäß während der Schulferien im Hochsommer das Leben in ruhigeren Bahnen verläuft, werden auch wir im SeniorenForumKehl eine Sommerpause einlegen und freuen uns schon jetzt auf den September, für den wir bereits heute erste interessante Angebote für Sie planen. Bis dahin wünschen wir Ihnen angenehm sommerliche Wochen - gerne ganz ohne Wetterkapriolen !

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

# SeniorenForumKehl

## Programm für Juli 2024

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, 14.00-15.30 Uhr 01.07.24 22.07.24 29.07.24</b>	Roland Schühle 07851/ 959190 Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Computer-Kurs Excel-Vertiefung</b>	<b>Donnerstag, 14.00 – 16.00 Uhr 11.07.24 18.07.24 25.07.24</b>	Konstanze Zint Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Computer-Kurs “ Keine Angst vor Tablet, Laptop und Co“</b>	<b>Dienstag 16.00 – 17.00 Uhr 02.07.24 09.07.24 16.07.24 23.07.24 30.07.24</b>	Daniel Ruff Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Sprachen</b>		
<b>Englisch für Fortgeschrittene ...let`s talk about it</b>	<b>Donnerstag, 15.00 – 16.30 Uhr 04.07.24 18.07.2</b>	Colleen Benkert 07851/9943988
<b>Englische Schulkenntnisse auffrischen</b>	<b>Mittwoch 09.45 – 11.00 Uhr 03.07.24 17.07.24</b>	Brigitte Gustafson 01704931889 Bitte im SeniorenForum anmelden!

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Französisch für Interessierte mit wenig Vorkenntnissen</b>	<b>Dienstag, 09.30 – 10.30 Uhr 02.07.24 09.07.24 16.07.24 23.07.24 30.07.24</b>	Ute Farré ausgebucht
<b>Französisch-Konversation 1</b>	<b>Montag, 15.00 – 16.30 Uhr 01.07.24 08.07.24 15.07.24 22.07.24 29.07.24</b>	Eliane Rackette et son équipe
<b>Latein: Kurztexte von Cicero u.a. lat.-dtsch/franz.</b>	<b>Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr 03.07.24 10.07.24 17.07.24 24.07.24 31.07.24</b>	Harald Becker 017650445805 pour plus d'information
<b>Italienisch Anfänger mit Vorkenntnissen</b>	<b>Donnerstag, 15.00 – 16.30 Uhr 04.07.24 25.07.24</b>	Herbert Leidenheimer 07851/5258
<b>Italienisch ohne Mühe Fortgeschrittene</b>	<b>Donnerstag, 16.30 – 18.00 Uhr 04.07.24 11.07.24 18.07.24 25.07.24</b>	Michael Giurgiu 017657983282
<b>Gespräche</b>		
<b>„Menschen im Dialog“</b>	<b>Donnerstag, 10.00 – 12.00 Uhr 11.07.24</b>	Sascha Benkert 07851/9943988
<b>Literatur-Kreis Bernhard Schlink „Die Enkelin“</b>	<b>Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr 16.07.24</b>	
<b>Philosophie heute: „Ortega Y Gasset „</b>	<b>Dienstag, 15.00 – 16.30 Uhr 30.07.24</b>	Sascha Benkert 07851/9943988

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Das Gespräch</b>	<b>Freitag 15.00 Uhr 19.07.24</b>	Christine Herr 07807/3338
<b>Kreatives, Unterhaltung</b>		
<b>Heiteres Gedächtnis- training</b>	<b>Mittwoch, 15.00 – 16.00 Uhr 10.07.24 24.07.24</b>	Anni Fischer 07851/5537
<b>Spielenachmittag Brett-, Karten- und Würfelspiele</b>	<b>Donnerstag, 15.00 – 17.00 Uhr 04.07.24 11.07.24 18.07.24 25.07.24</b>	Marlies Krestyn 07851/4341
<b>Skat-Gruppe</b>	<b>Montag, 14.30 – 16.30 Uhr 01.07.24 08.07.24 15.07.24 22.07.24 29.07.24</b>	Gabriele Lang 017653355241
<b>Cego-Gruppe</b>	<b>Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr 03.07.24 17.07.24</b>	Sonja Walter 07851/77012
<b>Schach spielen</b>	<b>Freitag, 09.30 - 11.30 Uhr 05.07.24 12.07.24 19.07.24 26.07.24</b>	Sascha Benkert 07851/9943988
<b>Strickkreis</b>	<b>Mittwoch, 15.00 – 16.30 Uhr 03.07.24 10.07.24 17.07.24 24.07.24 31.07.24</b>	Andrea von Lossau 07851/78757

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Malen in Aquarell</b>	<b>Dienstag, 17.00 – 18.00 Uhr 02.07.24 16.07.24</b>	Birthe Geitmann 07851/72137
<b>Theater-Gruppe</b>	<b>Montag, 10.00 Uhr 08.07.24</b>	Sabine Ross 07851/77200
<b>Gemeinsames Singen</b>	<b>Donnerstag, 15.30 Uhr 11.07.24 25.07.24</b>	Ursula Gauglitz 07851/5126
<b>Zithergruppe SeniorenForum</b>	<b>Donnerstag, 9.00 – 10.30 Uhr 04.07.24 11.07.24 18.07.24 25.07.24</b>	Daniel Alix 015224366286
<b>Alle kochen gemeinsam: „ Kleine sommerliche Gerichte“</b>	<b>Dienstag 10.00 Uhr 16.07.24</b>	Sonja Walter 07851/77012
<b>Sportliches</b>		
<b>Billard I</b>	<b>Montag 14.30 01.07.24 08.07.24 15.07.24 22.07.24 29.07.24</b>	Peter Köster 07853/1380
<b>Billard II</b>	<b>Dienstag 14.30 Uhr 02.07.24 09.07.24 16.07.24 23.07.24 30.07.24</b>	Heinz-Gert Walter 07851/77012
<b>Billard III</b>	<b>Freitag 14.30 – 16.30 Uhr 05.07.24 12.07.24 19.07.24 26.07.24</b>	Claudia Schultze 07851/6160259

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Gymnastik-Gruppe</b> 01.07.24 08.07.24 15.07.24 22.07.24 29.07.24	<b>Montag</b> <b>Gruppe 1:</b> 9.45 - 10.30 Uhr <b>Gruppe 2:</b> 10.45 – 11.30 Uhr	Erika Schmidt 07851/9569246 Andrea Bogdahn 07851/6367960
<b>Yoga</b>	<b>Dienstag</b> 11.00 – 12.00 Uhr 09.07.24 16.07.24 23.07.24 30.07.24	Elli Stöckel Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Tanzen im SeniorenForum</b>	<b>Mittwoch,</b> 9.30 – 11.00 Uhr Pause bis September	Karin Bäuerle 07844/ 911354
<b>Qi Gong</b>	<b>Freitag</b> 09.30 Uhr 05.07.24 12.07.24	Gerhard Ziegler 07851/2312 Bitte im SeniorenForum anmelden!
<b>Tischtennis I</b>	<b>Dienstag,</b> 17.00 – 18.30 Uhr 02.07.24 09.07.24 16.07.24 23.07.24 30.07.24	Martin Killius 07851/78494
<b>Tischtennis II Anfänger</b>	<b>Donnerstag</b> 17.00 – 18.00 Uhr 04.07.24 11.07.24 18.07.24 25.07.24	Bernd Stephanny 07854/91398
<b>Boule spielen am Kehler Freibad</b>	<b>Donnerstag</b> ab 09.30 Uhr 04.07.24 11.07.24 18.07.24 25.07.24	Bernd Stephanny 07854/91398

<b>Was</b>	<b>Wann</b>	<b>Wer</b>
<b>Tai-Chi 1.Gruppe 2.Gruppe</b>	<b>Mittwoch 15.00 - 16.00 Uhr 16.00 – 17.00 Uhr 03.07.24 10.07.24 17.07.24 24.07.24 31.07.24</b>	<b>Karl O. Roth 07851/8890368 Bitte im SeniorenForum anmelden!</b>
<b>Besondere Veranstaltungen</b>		
<b>Musikalischer Vortrag: „Kreisleriana" über E.T.A. Hoffmann und Robert Schumann</b>	<b>Donnerstag 10.00 Uhr 18.07.24</b>	<b>Hansjürgen Hörnelt Bitte im SeniorenForum anmelden!</b>
<b>„Le francais en marchant“ Sprechen Sie auf einer kurzen Wanderung französisch</b>	<b>Mittwoch 14.30 Uhr 17.07.24 Treffpunkt SeniorenForum Kehl</b>	<b>Fami Cassim  0033388840188</b>
<b>Fahrrad-Fahren Bitte anmelden mit E- Mail und/ oder WhatsApp</b>	<b>Termine werden je nach Wetter vereinbart</b>	<b>Volker Schmaltz Bitte im SeniorenForum melden!</b>
<b>Film: „Blumeninsel Madeira“</b>	<b>Donnerstag 10.00 Uhr 25.07.24</b>	<b>Renate Oesterle Film/Fotoclub Kehl Bitte im SeniorenForum anmelden!</b>



# Das SeniorenForumKehl finden Sie in der Jahnstr. 22

