



SeHT

SelbstständigkeitsHilfe bei
Teilleistungsschwächen e.V.

Landesvereinigung Rheinland-Pfalz



Newsletter

Oktober 2026

Außerhalb von SeHT: – **alle** sind eingeladen: **Deutsche Staatsphilharmonie Ludwigshafen/Rh.**

Do., 29.10. 2026 um 19 Uhr

kostenloses Klavier-Konzert mit Kai Adomeit

im Rahmen der Reihe „Musik für alle“

im Probensaal der Philharmonie, Heinigstr.40

Wir gehen mit mind. 8-10 Personen hin.

Anmeldung: - nicht erforderlich -

Fr., 09.10.2026, ab 18.00 Uhr
im MGH Speyer-Nord
Kosten 5 € inkl. Getränke

Wir lernen gesundes Kochen

Teil 3:

und genießen anschließend unser kleines 3-Gänge - Menü

Leitung: Sigrid Haber-Platte

Do., 22.10.2026, ab 18.00 Uhr
im MGH Speyer-Nord

Mit den Eltern: „Wir sehen nur noch Sternchen“:

siehe unten

Anmeldung: nicht erforderlich – **einfach kommen und helfen** -

Fr., 23.10.2026, ab 18.00 Uhr
im MGH Speyer-Nord

Upcycling – ...das neue Leben von alten CDs

Gertrud Steigert bastelt mit uns aus alten CDs kreative Geschenke.
Unbedingt also **alte CDs sammeln** und dann mitbringen!

Anmeldung: bei Karl Gajewski -

Sa., 24.10.2026
14.00 - 18.00 Uhr
Platz Ravenna Speyer-Süd

SeHT – Stand beim **Herbstfest** vom Stadtteil SP-Süd

Wir verkaufen kleine Dinge. Das hilft, die Arbeit von SeHT-RLP
finanziell zu unterstützen! Karl spricht euch zum Helfen direkt an!

Fr., 30.10.2026
18.00 Uhr
Gemeindezentrum von
St. Jakobus in Schifferstadt,
Kirchenstr. 16

Wir packen die bemalten Taschen für die Frühchen

200 hochwertige Strampler für Frühchen kommen in die von uns
bemalten Taschen, damit wir diese besonderen Geschenke
Anfang / Mitte November an die Kliniken ausliefern können

Eltern Termin-ÄNDERUNG
Do., 22.10.2026, um 18.30 Uhr
im MGH Speyer-Nord

Elternstammtisch „Wir sehen nur noch Sternchen“:

Junge Leute und Eltern falten Sterne und basteln andere
Dinge zum Verkauf bei den Weihnachtsmärkten

Anmeldung: nicht erforderlich – **einfach kommen und helfen** -

K e g e l n

Fr., 02. + 16. + 30.10.

Wo? beim AV 03 in Speyer, Raiffeisenstraße 14

Leitung: Andreas Seeger

Haben Sie / Habt ihr Fragen?

Andrea Reiner
Karl Gajewski

Dann sind für euch da:

Mobil: 0163 – 97 66 31 0
Mobil: 0176 – 75 00 55 26

a.d.reiner@web.de

Karl.Gajewski@gmx.de