

**Gesunde Wünsche** (© Norbert von Tiggelen)

Ich wünsche mir zum Weihnachtsfeste  
keine Flut von teuren Gaben;  
kann mich auch an kleinen Dingen  
amüsieren und erlaben.

Wichtig ist am Heiligabend,  
dass ich Zeit mit Menschen teile,  
die ich liebe, schätze, ehre –  
und das ohne Hast und Eile.

Was mir dann noch richtig gut tut  
und mich rundum glücklich macht:  
Wenn ein jeder dieser Lieben  
vor Gesundheit strotzt und lacht.



**Die Begegnungsstätte ist vom 23.12.2021 bis zum 02.01.2022 geschlossen.**  
**Ab 03.01.2022 sind wir wieder für Sie da!**

**Das Team der Begegnungsstätte wünscht ein frohes Weihnachtsfest  
und einen guten Start in ein glückliches und gesundes Jahr 2022.**

# Aktuelles

Liebe Besucherin, lieber Besucher,

die aufregenden Wochen der Wiedereröffnung haben wir erfolgreich gemeistert und starten jetzt mit viel Tatendrang in die Advents- und Weihnachtszeit. Voller Optimismus haben wir für Sie ein schönes vorweihnachtliches Programm zusammengestellt.

Da im Moment keiner weiß, wie sich die Coronalage entwickelt, müssen wir darauf hinweisen, dass alle Veranstaltungen nur durchgeführt werden können, wenn es die am Veranstaltungstag gültige Coronaschutzverordnung erlaubt. Die AHA+L-Regeln müssen eingehalten werden und kurzfristige Programmänderungen sind möglich.

Mit der diesjährigen „Adventsausgabe“ unseres Programms bieten wir auch wieder Ausflüge an. Wir starten am 10. November mit einem Ausflug zum Gasometer Oberhausen. Die erste Ausstellung nach der umfangreichen Sanierung des Gasometers zeigt seit Oktober 2021 die Schönheit der Natur und den Einfluss des Menschen auf seine Umwelt. „Das zerbrechliche Paradies“ nimmt die Besucher mit auf eine bildgewaltige Reise durch die bewegte Klimageschichte unserer Erde und zeigt in beeindruckenden, preisgekrönten Fotografien und Videos, wie sich die Tier- und Pflanzenwelt unter Einfluss des Menschen verändert.

Ende November steht eine Adventsfahrt zum romantischen Weihnachtsmarkt auf Schloss Grünewald auf dem Programm. Im Dezember dürfen Sie Waldweihnacht auf dem Hof von Schulze-Beikel in Marbeck genießen. Bitte beachten Sie, dass für die Ausflüge zum Gasometer und nach Schloss Grünewald die 3G-Pflicht, für die Waldweihnacht die 2G-Pflicht besteht. Personal- und Impfausweis sind mitzuführen, im Bus und im Gasometer gilt Maskenpflicht. Das sollte uns aber nicht davon abhalten, die schöne Atmosphäre zu genießen und gemeinsam einen schönen Tag zu erleben.

Für den Martinstag (11.11.) hoffen wir auf gutes Wetter, denn wir möchten mit Ihnen St. Martin auf unserem schönen Außengelände feiern. Bei Regen verlegen wir die Veranstaltung ins Haus. Der Posaunenchor der Ev. Kirchengemeinde wird die Veranstaltung musikalisch begleiten. Für das leibliche Wohl wird gesorgt. Damit wir entsprechend planen können, bitten wir um vorherige Anmeldung und freuen uns nach der Veranstaltung über eine Spende. Am Samstag vor dem ersten Advent freuen sich die Teilnehmer der Travemünde-Reise über ein Wiedersehen. Im monatlichen Filmclub wird im Dezember der Film „A Christmas Carol“ („Die Nacht vor Weihnachten“ oder auch „Die drei Weihnachtsgeister“) – ein Klassiker nach einem Buch von Charles Dickens in deutscher Sprache gezeigt. Davor zeigen wir im November den Film „Charles Dickens: Der Mann, der Weihnachten erfand.“, der als Spielfilm über die Entstehung dieses Weihnachtsklassikers erzählt.

Ab Dezember schwingt das bewährte Küchenteam wieder den Kochlöffel. Wir kochen für Sie Grünkohl und servieren ein festliches Adventsfrühstück, sowie ein adventliches Festessen.

Am Nikolaustag erwartet Sie in der Begegnungsstätte ein adventlicher Nachmittag mit einem Nikolausquizz. Ich bin schon gespannt, wer sich beim Thema Nikolaus am besten auskennt und einen Preis gewinnt. Etwas zum Raten gibt es auch beim Krimirätsel-Nachmittag. Der Gruppe wird ein kriminalistischer Sachverhalt vorgestellt und sie rät dann gemeinsam, was vorher passiert sein könnte.

Bei der letzten Veranstaltung in diesem Jahr, unserem Weihnachtsbingo, besteht auch die Möglichkeit, mit einem schönen Gewinn nach Hause zu gehen.

Die Veranstaltungsreihe „Rat und Tat – Senioren werden digital“ wird mit drei weiteren Informationsveranstaltungen fortgesetzt. Auf Wunsch der Teilnehmer der vergangenen Infoveranstaltungen bieten wir auch erstmals einen Kurs (3 x 90 Minuten) für PC-Neulinge an. Interessenten, die noch unschlüssig sind, ob sich für Sie der Kauf eines Laptops lohnt, kann vom Dozenten für den Kurs ein Leihlaptop zur Verfügung gestellt werden.

Der gestiegenen Nachfrage für Sportaktivitäten können wir mit zwei neuen Sportangeboten nachkommen.

Sie lesen, die letzte Ausgabe 2021 beinhaltet wieder ein gut gefülltes Programm mit vielen altbewährten, aber auch einigen neuen Veranstaltungen. Nun wünsche ich Ihnen viel Vergnügen beim Stöbern im neuen Programm und würde mich sehr freuen, Sie bei der einen oder anderen Veranstaltung begrüßen zu dürfen.

Ich möchte auch die Gelegenheit nutzen, mich beim Vorstand, der Geschäftsführung und den Mitgliedern der Stiftung Geschwister Gerhard e. V. und natürlich bei meinem haupt- und ehrenamtlichen Team und den Referenten für die Unterstützung in dieser herausfordernden Zeit zu bedanken. Auch bei Ihnen, liebe Besucherin, lieber Besucher möchte ich mich herzlich bedanken. Sie sind diejenigen, die unser Programm und unser Haus mit Leben füllen. Ich freue mich immer über viele Gäste, aber auch auf konstruktive Kritik und Ihre Anregungen.

Ihnen und Ihren Angehörigen wünsche ich, auch im Namen des Vorstands, der Geschäftsführung und der Mitglieder, sowie des Teams der Begegnungsstätte eine besinnliche Adventszeit, ein wunderschönes Weihnachtsfest und einen guten Start in das neue Jahr 2022, das uns Glück, Gesundheit und ein weiteres Stück Normalität im Alltag bescheren möge.

Aber bis Weihnachten sehen wir uns bestimmt noch, oder?

Herzlichst Ihre



# Wochenplan

Uhrzeit	Montag	Datum
10.00 – 11.00 Uhr	Neu: Heiter und gelassen mit Yoga-Fitness auf dem Stuhl***	Start 08.11.
12.15 – 13.45 Uhr	Computerclub Gruppe 2**	
14.30 – 16.00 Uhr	Computerclub Gruppe 1**	
14.45 – 17.00 Uhr	Canastarunde Boule*	Winterpause
15.00 – 16.00 Uhr	Kniffelrunde*	08.11. & 22.11.

Uhrzeit	Dienstag	Datum
14.00 – 16.00 Uhr	Doppelkopfrunde*	
15.00 – 16.30 Uhr	Die Kreativ-Runde*	
16.30 – 17.15 Uhr	Sanftes Yoga auf und mit dem Stuhl Gruppe 1***	
17.30 – 18.15 Uhr	Sanftes Yoga auf und mit dem Stuhl Gruppe 2***	
15.15 Uhr	Wassergymnastik	kann zzt. auf Entscheidung der REHA-Klinik (Schwimmbadbetreiber) noch nicht angeboten werden

Uhrzeit	Mittwoch	Datum
09.00 – 10.00 Uhr	Neu: Gesundheit für jeden Tag mit Bewegung, Atem- und Entspannungsübungen***	Start 10.11.
10.15 – 11.00 Uhr	Stuhlgymnastik mit Isometrischen Übungen***	
14.00 – 16.00 Uhr	Cercle Français*	Jeden 1. Mittwoch im Monat
14.30 – 16.00 Uhr	Neu: Kurskurs (3 x 90 Min.) für PC-Neulinge****	17.11., 24.11. & 01.12.

Uhrzeit	Donnerstag	Datum
15.00 – 16.00 Uhr	Tai-Chi – Qi Gong*	monatlich – Termine auf Anfrage

Uhrzeit	Freitag	Datum
09.30 – 11.00 Uhr	Computerclub Gruppe 3**	
12.00 – 13.30 Uhr	Computerclub Gruppe 4**	
15.00 – 16.00 Uhr	Bingo*	05.11. & 17.12. (Weihnachtsbingo)
15.00 – 16.00 Uhr	Heiteres Gedächtnistraining*	12.11., 26.11. & 10.12.

## Hinweise

\*Weitere Informationen in der Begegnungsstätte, Telefon 02102 68101. Neue Teilnehmer sind nach vorheriger Anmeldung willkommen! Das Team der Begegnungsstätte freut sich auf Ihren Anruf, Telefon 02102 68101.

\*\*Der Computerclub ist eine fortlaufende Veranstaltung und findet z. Zt. als Wechselunterricht statt: In geraden Kalenderwochen als Präsenzunterricht in der Begegnungsstätte – in ungeraden Wochen online per Zoom-Videokonferenz. Neue Teilnehmer sind nach vorheriger Anmeldung willkommen! Weitere Informationen erhalten Sie beim Kursleiter Heinz Mehl, Telefon 02102 706841.

\*\*\*Die Sportangebote werden in Kooperation mit dem TV Hösel angeboten. Anmeldung und weitere Informationen in der Begegnungsstätte, Telefon 02102 68101.

\*\*\*\*Kurskurs für PC-Neulinge: Kosten für 3 x 90 Minuten: 50,00 €/Teilnehmer, Kleingruppe: Mindestens 2, maximal 3 Teilnehmer, Anmeldung beim Kursleiter Heinz Mehl, Tel. 02102 706841.

# Programm November

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Programm
Donnerstag	04.11.	15.00 Uhr	<b>Basteln zur Advents- und Winterzeit: Papier(tüten)sterne*</b> Teilnehmerzahl begrenzt! Anmeldung bis 03.11. erforderlich!
Mittwoch	10.11.	10.15 Uhr	<b>Ausflug zum Gasometer Oberhausen***</b> Neue Ausstellung: „Das zerbrechliche Paradies“ Im Anschluss Einkehr in Gelis Café. Kosten: 35,00 € für Busfahrt, Eintritt und Führung Gasometer Achtung: Maskenpflicht im Bus und im Gasometer! Wir bitten um Anmeldung!
Donnerstag	11.11.	10.30 Uhr	<b>Informationsveranstaltung „Sicher unterwegs im Internet“*</b> Referent: Heinz Mehl – Computerdozent Kostenlos – Anmeldung unbedingt erforderlich!
Donnerstag	11.11.	17.00 Uhr	<b>Martinsfeier mit Posaunenchor auf dem Außengelände der Begegnungsstätte*</b> Für das leibliche Wohl wird gesorgt. Um Anmeldung wird gebeten!
Donnerstag	18.11.	15.00 Uhr	<b>Rätselnachmittag: Krimirätsel*</b> Gemeinsam erraten, was passiert ist... Eintritt frei – Anmeldung unbedingt erforderlich!
Freitag	19.11.	15.00 Uhr	<b>Filmclub Flimmerkiste „Charles Dickens: Der Mann, der Weihnachten erfand.“*</b> Eintritt frei – Anmeldung unbedingt erforderlich!
Donnerstag	25.11.	09.15 Uhr	<b>Frühstückstreff – Herzhaftes Frühstück (kein Buffet)*</b> Kosten: 4,50 €, wir bitten um Anmeldung bis 23.11.
Donnerstag	25.11.	10.30 Uhr	<b>Informationsveranstaltung „Einkaufen und Bezahlen im Internet“*</b> Referent: Heinz Mehl – Computerdozent Kostenlos – Anmeldung unbedingt erforderlich!
Freitag	26.11.	13.30 Uhr	<b>Halbtagesausflug/Adventsfahrt Schloss Grünewald (Solingen)***</b> Kosten 29,00 € für Fahrt mit dem Reisebus und Eintritt Weihnachtsmarkt Achtung: Maskenpflicht im Bus! Wir bitten um Anmeldung!
Samstag	27.11.	15.00 Uhr	<b>Nachtreffen Travemünde-Reise*</b>

## Impressum

### Stiftung Geschwister Gerhard e. V. Seniorenwohnanlage mit Begegnungsstätte

Bahnhofstraße 90, 40883 Ratingen  
Telefon 02102 68101  
Telefax 02102 528051

[www.geschwister-gerhard-stiftung.de](http://www.geschwister-gerhard-stiftung.de)

Für allgemeine Fragen & Wohnungsangelegenheiten:  
[info@geschwister-gerhard-stiftung.de](mailto:info@geschwister-gerhard-stiftung.de)  
Für Fragen zur Begegnungsstätte & Ihrem Programm:  
[sabine.jour@geschwister-gerhard-stiftung.de](mailto:sabine.jour@geschwister-gerhard-stiftung.de)

Verantwortlich für Texte und Inhalte: Sabine Jour (V.i.S.d.P.)

### Öffnungszeiten der Begegnungsstätte

Montags	von 09.00 bis 12.00 Uhr	und 13.00 bis 17.00 Uhr
Dienstags	von 09.00 bis 12.00 Uhr	und 13.00 bis 18.30 Uhr
Mittwochs	von 09.00 bis 13.00 Uhr	
Donnerstags	von 09.00 bis 12.00 Uhr	und 13.00 bis 17.00 Uhr
Freitags	von 09.00 bis 12.00 Uhr	und 13.00 bis 17.00 Uhr

# Programm Dezember

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Programm
Donnerstag	02.12.	12.30 Uhr	<b>Grünkohlessen*</b> Kosten: 6,00 €, wir bitten um Anmeldung bis 29.11.
Freitag	03.12.	15.00 Uhr	<b>Filmclub Flimmerkiste „A Christmas Carol“*</b> Filmklassiker nach dem Buch von Charles Dickens in deutscher Sprache Eintritt frei – vorherige Anmeldung unbedingt erforderlich!
Montag	06.12.	15.00 Uhr	<b>Adventlicher Nachmittag mit Nikolausquizz*</b> Wer kennt den Nikolaus am besten? Kosten: 5,00 € für Kaffee, Kuchen und Quizz Vorherige Anmeldung unbedingt erforderlich!
Donnerstag	09.12.	09.15 Uhr	<b>Adventsfrühstück – Festliches Frühstück (kein Buffet)*</b> Kosten: 6,50 €, wir bitten um Anmeldung bis 07.12.
Donnerstag	09.12.	10.30 Uhr	<b>Informationsveranstaltung „Mein Smartphone kann viel mehr als telefonieren“*</b> Referent: Heinz Mehl – Computerdozent Kostenlos – Anmeldung unbedingt erforderlich!
Donnerstag	09.12.	14.00 Uhr	<b>Halbtagesausflug/Adventsfahrt Waldweihnacht auf dem Hof von Schulze-Beikel in Marbeck***</b> Kosten: 30,00 € für Fahrt mit dem Reisebus und Eintritt Weihnachtsmarkt Achtung: Maskenpflicht im Bus! 2G = nur für Geimpfte und Genesene! Wir bitten um Anmeldung!
Donnerstag	16.12.	12.30 Uhr	<b>Adventliches Festessen*</b> Weitere Informationen in der Begegnungsstätte Anmeldung bis 10.12. erforderlich!
Freitag	17.12.	15.00 Uhr	<b>Weihnachtsbingo*</b> Kosten: 5,00 €

\*Weitere Informationen erhalten Sie in der Begegnungsstätte Telefon 02102 68101.

\*\*Eintrittskarten in der Begegnungsstätte erhältlich!

\*\*\*Ausflüge finden in Kooperation mit BTS Taday Reisen statt. Information und Anmeldung in der Begegnungsstätte, Telefon 02102 68101. ACHTUNG: IM BUS BESTEHT MASKENPFLICHT!

## Vorschau

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Programm
Freitag	28.01.	10.45 Uhr	<b>Wie ein ganzer Tag am Meer...</b> Wintermorgen in der Salzgrotte Ratingen*
Sonntag	20.02.	14.00 Uhr	<b>„Kumm, los mer fiere“***</b>



# Gehirnjogging

Vor dem Elefantengehege im Zoo fragt Gerda: „Du, Tante Hilde, wo kommen denn eigentlich die Elefantenbabies her? Aber erzähl mir bloß nicht, dass die auch der Klapperstorch bringt!“

## Rätselhaftes – ein Steckbrief

Der gesuchte Begriff soll aufgrund verschlüsselter Hinweise erraten werden:

1. Einstmals habe ich mich auf einen Teppich gestellt und das war eine Provokation.
2. Ich war der erste meiner Art.
3. Meine letzte große Reise habe ich mit dem Schiff angetreten.
4. Meine sprachliche Einfärbung zeigte deutlich woher ich kam.
5. Heute wäre ich weit über 100 aber noch keine 150 Jahre alt.
6. Ich war Jurist von der Ausbildung her.
7. Ich habe ein Brot erfunden.
8. Ich habe Schumann häufig getroffen.
9. Ich war oft im Zentrum.
10. Präsident war ich auch einmal.
11. Abgesetzt wurde ich auch einmal.
12. In einem Kinderbuch ermahnte eine Mutter ihr Kind mit meinem Vornamen.
13. Einer meiner Nachfolger war noch länger im Amt.
14. Ich war katholisch und hatte 1922 eine wichtige Funktion beim Katholikentag.
15. Man nannte mich auch den Alten.

Lösungswort: \_ \_ \_ \_ \_ .

## Biersorten

Welche Sorten kennen Sie?

Die Rechtschreibung ist nicht so ernst zu nehmen und sollte mit Fantasie und Humor gesehen werden. Was steckt also hinter den folgenden Umschreibungen?

z. B. Schweizer Zahlungsmittel will nach Hause = Frankenheim

„ F “ mit altem Wort für Frühjahr lebt in einem alten, massivem Gebäude =

\_\_\_\_\_ ,

Unbunte Deutsche Hauptstadt= \_\_\_\_\_ ,

Ein Frauenname in der Mehrzahl ist betagt = \_\_\_\_\_ ,

Nicht lügendes Baumaterial = \_\_\_\_\_ ,

Getreideart der Mönche = \_\_\_\_\_ ,

Ehemaliger Bundeskanzler ohne „sch“ soll nicht geliebt werden = \_\_\_\_\_ ,

Herrschertitel trifft Waldpflanzen = \_\_\_\_\_ !

## Auflösung September – Oktober

Lieder Quiz: Blümelein, Enzian, Erde, im Wald, der Klee, im Kornfeld, den Baum, die Augen der Frauen beim Weine, Mai, weiße Rosen, rote Rosen, eine Linde, kleiner grüner Kaktus, Tulpen, Haselnuss, Lindenbaum und im Garten; Denkfähigkeit: Gebot, Samen, Stamm und Stufen.

Quelle: BvGT; HeKo