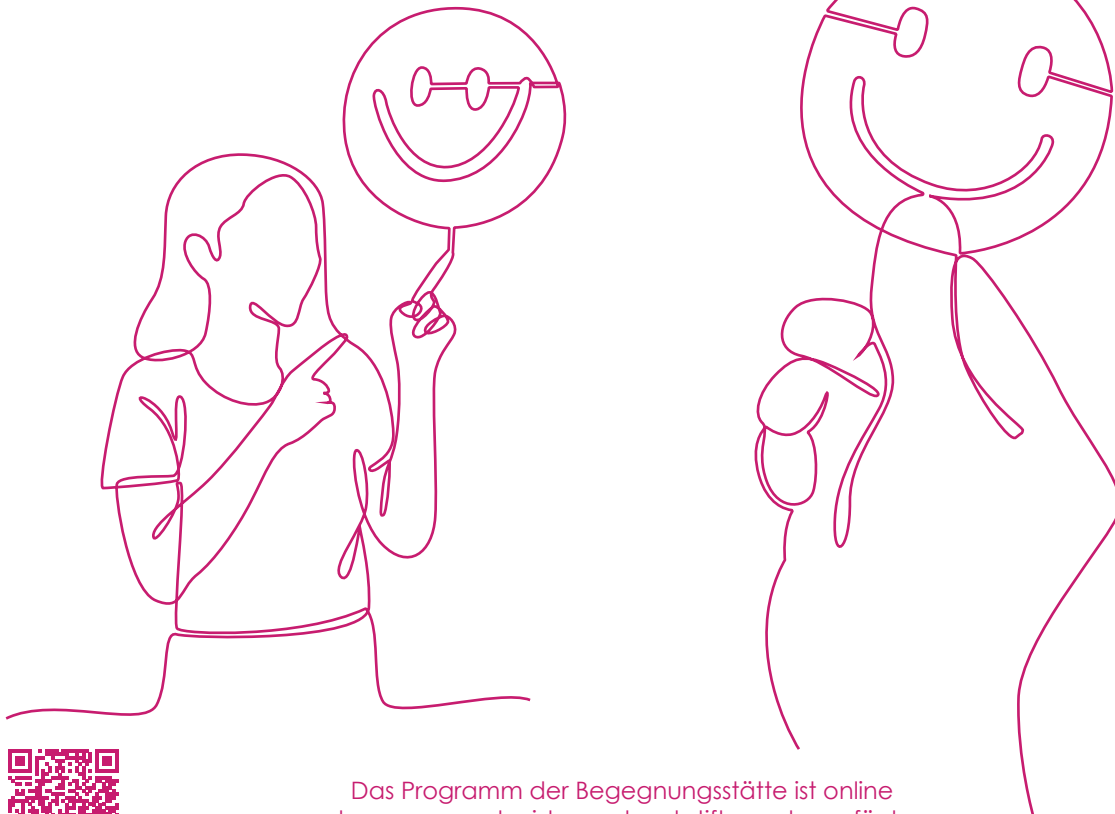




### Ein Lächeln

Es kostet nichts und bringt viel ein.  
Es bereichert den Empfänger,  
ohne den Geber ärmer zu machen.  
Es ist kurz wie ein Blitz,  
aber die Erinnerung daran ist oft unvergänglich.  
Keiner ist so reich,  
dass er darauf verzichten könnte,  
und keiner so arm,  
dass er es sich nicht leisten könnte.  
Es bringt Glück in's Heim,  
schafft guten Willen im Geschäft  
und ist das Kennzeichen der Freundschaft.  
Es bedeutet für den Müden Erholung,  
für den Mutlosen Ermunterung,  
für den Traurigen Aufheiterung  
und ist das beste Mittel gegen Ärger.  
Man kann es weder kaufen,  
noch erbitten, noch leihen oder stehlen,  
denn es bekommt erst dann einen Wert,  
wenn es verschenkt wird.

*Frank Irving Fletcher*



Das Programm der Begegnungsstätte ist online  
unter [www.geschwister-gerhard-stiftung.de](http://www.geschwister-gerhard-stiftung.de) verfügbar.



# Aktuelles

Mit dieser Seite Aktuelles möchten wir frühzeitig drei Termine bekanntgeben:



In diesem Jahr laden wir am **27. Juli ab 11.00 Uhr** wieder zu einem sommerlichen Fröhshoppen mit Livemusik in unserer Gartenanlage ein.

Für Freitag, den **13. Dezember** planen wir unseren **3. „Kleinen Adventsmarkt“** mit regionalen Produkten und Weihnachtsleckereien.

Auf vielfachen Wunsch bieten wir im **Dezember** eine **dritte Reise** an:

**Advent wie im Märchen  
Weihnachtsglanz an der Romantischen Straße  
18.12. – 21.12.24**

Busreise mit 3 Übernachtungen/Frühstück im 4\* NH Hotel Klösterle Nördlingen Stadtführung und Weihnachtsmarktbesuch in Nördlingen, Rothenburg o.d. Tauber, Dinkelsbühl und Nürnberg, Besuch des Aschaffener Weihnachtsmarktes.

Weitere Unternehmungen stellen wir in den nächsten Programmen vor – detaillierte Informationen gibt es in der Begegnungsstätte. Auf Ihre/eure Anregungen, Fragen und Anmeldungen freuen sich

Sabine Jour und Doris Theissing



# Regelmäßiges Programm

## Montag

	Uhrzeit	Datum
Heiter und gelassen mit Yoga-Fitness auf dem Stuhl	10.00 – 11.00 Uhr	
Computerclub – Gruppe 2	11.15 – 12.30 Uhr	
Computerclub – Gruppe 1	12.45 – 14.00 Uhr	
Canastarunde & Spielenachmittag	14.30 – 18.00 Uhr	
Boule	15.00 – 16.30 Uhr	außer bei Regen

## Dienstag

	Uhrzeit	Datum
Heiteres Gedächtnistraining mit Trudi Sonnenschein	11.00 – 12.00 Uhr	21.05. & 18.06.
Doppelkopfrunde	14.00 – 16.00 Uhr	
Die Kreativ-Runde	14.00 – 16.30 Uhr	
Sanftes Yoga auf und mit dem Stuhl – Gruppe 1	16.30 – 17.15 Uhr	
Sanftes Yoga auf und mit dem Stuhl – Gruppe 2	17.30 – 18.15 Uhr	

## Mittwoch

	Uhrzeit	Datum
Stuhlgymnastik mit Isometrischen Übungen	10.15 – 11.00 Uhr	
Gesundheit für jeden Tag mit Bewegung, Atem- und Entspannungsübungen	11.15 – 12.15 Uhr	
Cercle Français	12.30 – 14.30 Uhr	08.05. & 05.06.

## Donnerstag

	Uhrzeit	Datum
Senioren kochen für Senioren	ab 10 Uhr	23.05. & 20.06.
Pflegeberatung/Einzelberatung	14.30 – 16.00 Uhr	mit Voranmeldung: 23.05. & 13.06.

## Freitag

	Uhrzeit	Datum
Computerclub – Gruppe 3	09.30 – 11.00 Uhr	
Computerclub – Gruppe 4	12.00 – 13.30 Uhr	
Bingo	15.00 – 16.30 Uhr	17.05. & 07.06.
Klangerlebnis mit Andrea	15.00 – 16.00 Uhr	10.05. & 14.06.

## Hinweise

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

Informationen zum **Computerclub** erhalten Sie beim Kursleiter Heinz Mehl, Telefon 02102 706841. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Die **Sportangebote** werden in Kooperation mit dem TV Hösel angeboten. Anmeldung und weitere Informationen in der Begegnungsstätte.

Informationen und Voranmeldung zur **Familialen Pflege** bei Frank Görden, Tel. 02102 303 485 oder Mobil +49 15172631382 oder in der Begegnungsstätte

# Programm Mai

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Programm
26.04. – 06.05.2024			<b>Seniorenreise nach Bad Bocklet</b>
Freitag	03.05.	10.15 Uhr	<b>Ausflug: Nordpark Düsseldorf mit Japanischem Garten</b> (bei Regen alternativ zum Aquazoo Düsseldorf) weitere Informationen erhalten Sie in der Begegnungsstätte Teilnahmekosten: Anteilig Gruppentagesticket VRR, bei Regen Eintrittsticket für Aquazoo (Wir bitten um Anmeldung)
Donnerstag	16.05.	10.00 Uhr	<b>Frühstückstreff</b> Kosten 6,00 € (Wir bitten um Anmeldung bis 13.05.)
Donnerstag	16.05.	11.00 Uhr	<b>Projekt: Kunst für alle</b> <b>Vortrag über Porzellanmalerei</b> Referentin: Marlis Scheiter (Kostenlos – wir bitten um Anmeldung)
Donnerstag	23.05.	12.30 Uhr	<b>Senioren kochen für Senioren</b> <b>Mittagessen: Spargelragout, Schnitzel und Mandelkroketten</b> Kosten 10,00 € (Wir bitten um Anmeldung bis 21.05.)
Freitag	24.05.	10.15 Uhr	<b>Projekt: Kunst für alle</b> <b>Ausflug: Besuch des Hetjensmuseums/Deutsches Keramikmuseum Düsseldorf mit Führung durch die Dauerausstellung</b> weitere Informationen erhalten Sie in der Begegnungsstätte Teilnahmekosten: Anteilig Gruppentagesticket VRR und anteilig Kosten für Führung und Eintritt Museum (Wir bitten um Anmeldung)
Freitag	31.05.	15.00 Uhr	<b>Filmclub Flimmerkiste: „Samba in Mettmann“</b> Eintritt frei

*Bitte beachten Sie auch unsere jeweils einmal im Monat stattfindenden Angebote im regelmäßigen Programm, wie Gedächtnistraining, Bingo, Klangerlebnis!*

## Impressum

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

Bahnhofstraße 90, 40883 Ratingen  
Telefon 02102 68101  
Telefax 02102 528051  
www.geschwister-gerhard-stiftung.de

Für allgemeine Fragen und Wohnungsangelegenheiten:  
info@geschwister-gerhard-stiftung.de  
Für Fragen zur Begegnungsstätte und zum Programm:  
sabine.jour@geschwister-gerhard-stiftung.de

Verantwortlich für Texte und Inhalte: Sabine Jour (V.i.S.d.P.)  
Fotos: Wolfgang Arnold, Sabine Jour, Shutterstock

### Öffnungszeiten der Begegnungsstätte

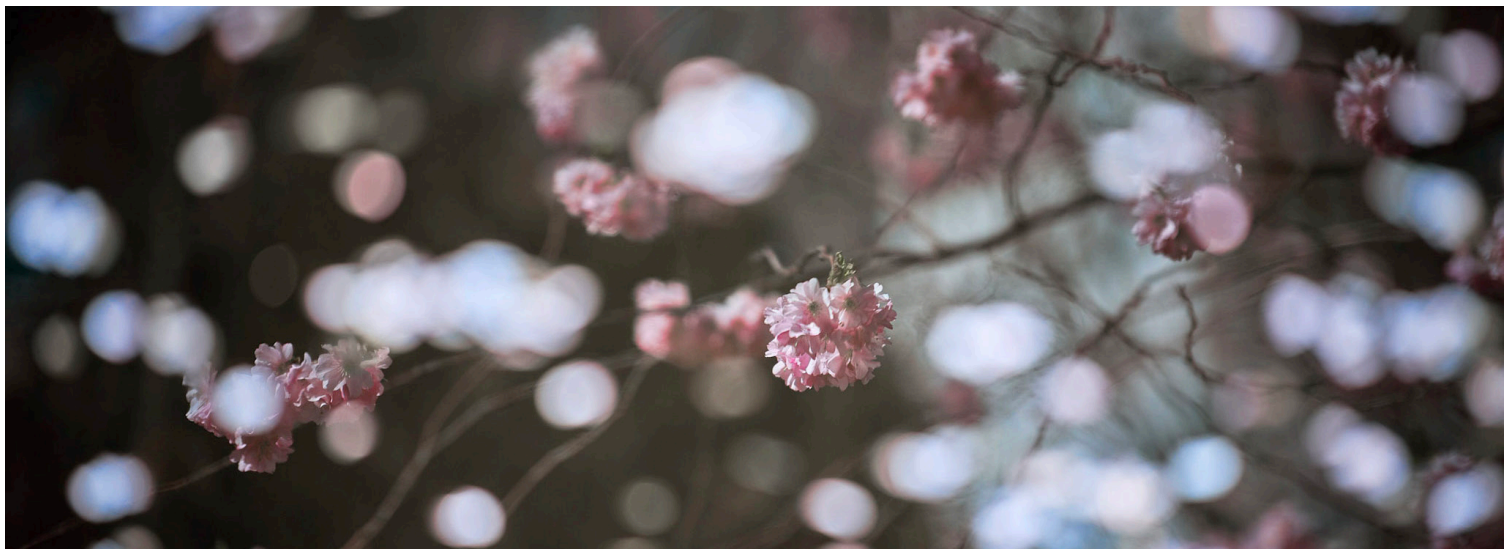
Montags	von 09.00 bis 12.00 Uhr und 13.00 bis 17.00 Uhr
Dienstags	von 09.00 bis 12.00 Uhr und 13.00 bis 18.30 Uhr
Mittwochs	von 09.00 bis 13.00 Uhr
Donnerstags	von 09.00 bis 12.00 Uhr und 13.00 bis 17.00 Uhr
Freitags	von 09.00 bis 12.00 Uhr und 13.00 bis 17.00 Uhr

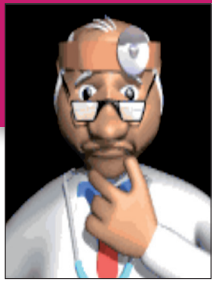
# Programm Juni

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Programm
Donnerstag	06.06.	10.00 Uhr	<b>Ev. Gottesdienst</b>
Donnerstag	20.06.	12.30 Uhr	<b>Senioren kochen für Senioren Mittagessen: Schwedisches Midsommar-Buffer</b> Kosten 10,00 € (Wir bitten um Anmeldung bis 17.06.)
20.06. – 27.06.2024			<b>Flugreise nach Schweden</b>
Donnerstag	27.06.	10.00 Uhr	<b>Frühstückstreff</b> Kosten 6,00 € (Wir bitten um Anmeldung bis 24.06.)
Donnerstag	27.06.	11.00 Uhr	<b>Informationsveranstaltung „Mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs – den Überblick behalten mit DB-App und Rheinbahn-App“</b> Referent: Heinz Mehl – Computerdozent (Kostenlos – wir bitten um Anmeldung)
Freitag	28.06.	15.00 Uhr	<b>Filmclub Flimmerkiste: „Der Gesang der Flusskrebse“</b> Eintritt frei

# Programmorschau Juli

- 15.07. **Ausflug ins Olsberger Hochsauerland zum Rosendorf Assinghausen und zum Gutshof Schloss Bruchhausen – Rosenbogen Heidrich**
- 27.07. **Sommerlicher Frühschoppen mit Live-Musik**
- Veranstaltungen zum Projekt „Mobilität“ mit Schwerpunkt „Rollator“**





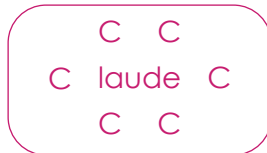
# Gehirnjogging

Schäl: „Sach, Tünnes, jläufst do an Seelenwanderung?“ Tünnes: „Ija, ich z.B. wor fröher ens e Kamel.“ Schäl: „Wann wor dat denn, Tünn.“ Tünnes: „Domols, wie ich ding Schwester jehierot han.“

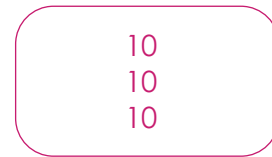
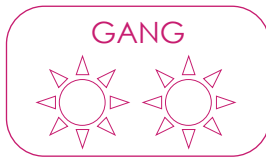
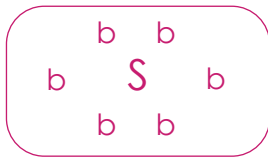
## Rätselhafte Bilderrätsel

also ein REBUS, d. h.: wie ist die schlichte Wahrnehmung!

Ein Beispiel:



Das sieht man ja, C um laude, also Lösung: „cumlaude“!



## Mit Phantasie nicht so ernst um die Ecke gedacht: Was ist gemeint?

Beispiel: Der Marktwert zur Tagesneige, Lösung: Abendkurs

Pferdeausflug eines Klostervorstehers: \_\_\_\_\_

Bürger einer Stadt in der Eifel: \_\_\_\_\_

Anfang eines Briefes an einen italienischen Dichter: \_\_\_\_\_

Bratgefäß für den oberen Hausabschluss: \_\_\_\_\_

## Auflösung März – April

Logisch: richtige Ziffer in der einzelnen Reihe von 1 bis 4, z. B. 1. Reihe die Nr. 4 = Tonband, 2, 3, 3, 4, 3, 1, 2, 4, 2, 3, 4, 3, 4 und 2 ;

Wörterbilden: Maske, Ball und Baske