



Altweibersommer

Langsam geht das Jahr zu Ende,
mildes Wetter kost uns zart.
Buschwerk ändert seine Farben,
Tageslicht wird eingespart.

Die Natur schminkt ihre Falten
ockergelb und purpurrot,
Wind haucht zärtlich an den Blättern,
Baumes Kleid gerät in Not.

©Norbert van Tiggelen



Das Programm der Begegnungsstätte ist online
unter www.geschwister-gerhard-stiftung.de verfügbar.

Neues aus der Begegnungsstätte



Fotoimpressionen vom Sommerfest am 19. Juli 2025

Regelmäßiges Programm

Montag	Uhrzeit	Datum
Heiter und gelassen mit Yoga-Fitness auf dem Stuhl	10.00 – 11.00 Uhr	außer 08.09. & 15.09.
Computer- und Smartphone-Club – Grp. 2	11.15 – 12.30 Uhr	außer in den Ferien
Computer- und Smartphone-Club – Grp. 1	12.45 – 14.00 Uhr	außer in den Ferien
Canastarunde & Spielenachmittag	14.30 – 18.00 Uhr	
Boule	15.00 – 16.30 Uhr	wöchentlich, außer bei Regen

Dienstag	Uhrzeit	Datum
Heiteres Gedächtnistraining mit Trudi Sonnenschein	11.00 – 12.00 Uhr	16.09. & 21.10.
Sturzprophylaxe	13.40 – 14.40 Uhr	außer 16.09. & 23.09.
Die Kreativ-Runde	14.00 – 16.30 Uhr	
Sanftes Yoga auf und mit dem Stuhl – Grp.1	16.30 – 17.15 Uhr	
Sanftes Yoga auf und mit dem Stuhl – Grp. 2	17.30 – 18.15 Uhr	

Mittwoch	Uhrzeit	Datum
Stuhlgymnastik mit Isometrischen Übungen – Grp.1	09.15 – 10.00 Uhr	
Stuhlgymnastik mit Isometrischen Übungen – Grp. 2	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	03.09. & 01.10.
Doppelkopfrunde	14.00 – 16.00 Uhr	
Die Digitalpaten (kostenlose Beratung)	15.00 – 17.00 Uhr	24.09. & 22.10. (Einz. Termine n. Anm.)

Donnerstag	Uhrzeit	Datum
Senioren kochen für Senioren	ab 10.00 Uhr	11.09. & 09.10. (für Mittagessen)
Pflegeberatung/Einzelberatung	14.30 – 16.00 Uhr	nur mit Voranmeldung: 11.09. & 30.10.

Freitag	Uhrzeit	Datum
Computer- und Smartphone-Club – Grp. 3	09.30 – 11.00 Uhr	außer in den Ferien
Computer- und Smartphone-Club – Grp. 4	12.00 – 13.30 Uhr	außer in den Ferien
Bingo	15.00 – 16.30 Uhr	12.09. & 10.10.
Klangerlebnis mit Andrea	15.00 – 16.00 Uhr	05.09. & 24.10.
NEU: Traumreise mit Sonja	15.00 – 16.00 Uhr	31.10.

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 Pflegeberatung/Einzelberatung bei Frank Görgen, Tel. 02102 303 485 oder Mobil +49 15172631382 oder in der Begegnungsstätte

Programm September

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Programm
Donnerstag	04.09.	10.00 Uhr	Ev. Gottesdienst
Donnerstag	11.09.	12.30 Uhr	Mittagessen: Dicke Bohnen mit Kassler Kosten: 7,50 € (Anmeldung bis zum 08.09.)
Mittwoch	17.09.	11.00 Uhr	Projekt „Mobil bleiben im Alter – Sicher unterwegs mit PKW und Pedelec“ Pedelec-Tour 40-50 km Treffpunkt: Begegnungsstätte mit E-Bike & Fahrradhelm Kostenlos – Teilnehmerzahl begrenzt Vorherige Anmeldung in der Begegnungsstätte erforderlich!
Donnerstag	18.09.	10.00 Uhr	Klönfrühstück Kosten: 7,00 € (Anmeldung bis zum 15.09.)
Sonntag	21.09.	17.00 Uhr	Projekt: Kunst für alle – Musik „Duo Fellini“ In Kooperation mit dem Kulturkreis Hösel Veranstaltungsort: Adolf-Clarenbach-Kirche, Bahnhofstr., Hösel Eintritt: 20,00 € Vorherige verbindliche Anmeldung bis 15.09. in der Begegnungsstätte unbedingt erforderlich!
Mittwoch	24.09.	15.00 Uhr	Projekt: Kunst für alle – Musik „Musikalischer Ausflug ins Vereinte Königreich und nach Irland“ Wir laden zur English Tea Time mit Musikgenuss Musikauswahl: Andreas F. Achenbach (Anmeldung bis zum 18.09.)
Donnerstag	25.09.		Tagesausflug: Zeitreise ins historische Wuppertal In Kooperation mit dem Kulturkreis Hösel Besichtigung des Schwebodroms, Fahrt mit der Schwebebahn und Führung in der Historischen Stadthalle, Mittagspause im Restaurant Da Vinci (Selbstzahler) Abfahrt: 8.45 Uhr ab Ratingen-Hösel, Feuerwehrplatz Rückkunft: gegen 17.00 Uhr an Ratingen-Hösel, Feuerwehrplatz Kosten: 60,00 € für Fahrt im Reisebus, Eintritte, Führung Anmeldung: ab sofort in der Begegnungsstätte
Freitag	26.09.	15.00 Uhr	Filmclub Flimmerkiste: „Maria“ Die Veranstaltung ist kostenlos

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 (Titel), Sabine Jour

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 Oktober

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Programm
Donnerstag	02.10.	12.30 Uhr	Nachtreffen zur Reise nach Juist
Donnerstag	09.10.	12.30 Uhr	Mittagessen: Bayerische Schmankerl mit Sauerkraut Kosten: 9,00 € (Anmeldung bis zum 06.10.)
Mittwoch	15.10.		Tagesausflug: „Auf seidenen Pfaden in Krefeld“ In Kooperation mit dem Kulturkreis Hösel Besuch des Hauses für Seidenkultur mit Führung, Samt- und Seidensüppchen als Vorspeise im Brauhaus, 2-stündige Stadtrundfahrt „Auf seidenen Pfaden“ und Abschluss-Kaffeetrinken im Winkmannshof Abfahrt: 9.15 Uhr ab Ratingen-Hösel, Feuerwehrplatz Rückkunft: gegen 18.30 Uhr an Ratingen-Hösel, Feuerwehrplatz Kosten: 52,00 € für Fahrt im Reisebus, Eintritte, etc. Anmeldung: ab sofort in der Begegnungsstätte
Freitag	17.10.	15.00 Uhr	Filmclub Flimmerkiste: „Bolero“ Die Veranstaltung ist kostenlos
Montag	20.10.	15.00 Uhr	Nachtreffen zur Reise nach Bad Rothenfelde
Donnerstag	30.10.	10.00 Uhr	Frühstückstreff Kosten: 7,00 € (Anmeldung bis zum 27.10.)
Donnerstag	30.10.	11.00 Uhr	Informationsveranstaltung für von Erkrankungen im Alter Betroffene und Angehörige Thema: Versorgung und Unterstützung durch Angehörige Referent: Frank Görgen (Pflegerberater Familiäre Pflege)

Bitte beachten Sie auch unsere regelmäßig einmal im Monat stattfindenden Angebote im regelmäßigen Programm!

Programmvorschau

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Programm
Freitag	07.11.		Filmclub Flimmerkiste: „Monsieur Aznavour“
Freitag	05.12.		Tagesausflug: Adventsfahrt zum Kerstmarkt Fluweelengrot in Valkenburg (NL)
Freitag	12.12.		Kleiner Adventsmarkt mit regionalen Produkten und Weihnachtsleckereien Anmeldung: ab sofort in der Begegnungsstätte



Gehirnjogging

Ihr Küchenpersonal scheint besonders reinlich zu sein, Herr Wirt!“ sagt der Gast. „Freut mich mein Herr! Und woran haben Sie das erkannt?“ „Daran, dass alles nach Seife schmeckt.“

Pisa Test 2

Es geht um eine logische, aber richtige Antwort:

1. Wenn du um 9 Uhr ins Bett gehst und um 10 Uhr aufstehst, wie viele Stunden hast du dann geschlafen?
Hier die Antwort als Beispiel: 1 Stunde
2. Wie viele Geburtstage hat ein durchschnittlicher Mensch? _____
3. Kann ein Mann, der in Hamburg lebt, in München beerdigt werden? _____
4. Berlin schreibt man am Anfang mit B und hinten mit h, stimmt das? _____
5. Wie viele Eier kannst du auf nüchternen Magen essen? _____
6. Ein Obsthändler ist rundlich und 1,60 m groß. Was wiegt er? _____
7. Was versteht man unter einer Eisenbahnbrücke? _____
8. Was liegt in der Mitte von Rom? _____
9. Eines Vaters Kind und einer Mutter Kind und doch niemandes Sohn? _____

Tierische Gerichte

Welche tierische Spezialität versteckt sich hinter nachfolgender Umschreibung? Beispiel Nr. 5 = Mäusespeck

1. Ein Vierbeiner in winterlichen Temperaturen: _____
2. Eine Hunderasse auf einem langen Tisch: _____
3. Ein Honiglieferant, der Schmerzen bereitet: _____
4. Da ist wohl das Berliner Wappentier schmutzig geworden: _____
5. Hüftgold eines kleinen, grauen Nagetiers: _____
6. Bewegliches Organ im Mund eines Stubentigers: _____
7. Da ist es wohl der Fellnase zu heiß geworden: _____
8. Die Lauscher eines Borstentiers: _____
9. Schwäbische Auster: _____
10. Unechtes Langohr: _____
11. Bambis Kreuz: _____
12. Satan in einem geschlossenen Gewässer: _____
13. Langohr am höchsten katholischen Fest: _____

Dechiffrieren

Wandeln Sie die Zahlen in Buchstaben. Also: A entspricht 1, B entspricht 2 usw.

Ein kleiner Hinweis: Es geht um Kaffee

- A) 7-5-14-21-19-19 _____
C) 26-21-3-11-5-18 _____
E) 2-15-8-14-5 _____

- B) 13-9-12-3-8 _____
D) 20-1-19-19-5 _____

Auflösung Juli – August

Um die Ecke gedacht: A) Merz, Lindner, Fischer, Lauterbach, Heil, Buschmann, Söder, B) Von der Leihen, Merkel, Baerbock, Süßmuth, Roth, Strack Zimmermann, Paus; Wörter finden: Hemd, Hahnen, Hosen; Lideranfänge: Zogen einst 5 wilde Schwäne, O – Du lieber Augustin, Sah ein Knab ein Röslein stehn, Komm, lieber Mai und mache