

Der Ferkelhirte von Ratingen (Die Ratinger Verkeshirdensage)

von Renate Buddensiek

In Ratingen, nicht weit vom Rhein,
erzählt man sich die Sage,
wie einst durch eines Hirten Schwein
ein Fundstück kam zu Tage.

Der Schatz, viel' hundert Jahre alt
und fast drei Tonnen schwer,
lag vor der Stadt versteckt im Wald.
Wie kam er bloß hierher?

Es herrschte Krieg seit vielen Jahr'n.
Die Menschen litten Not,
und überall im Lande war'n
nur Hunger, Leid und Tod.

An jenen kriegeischen Tagen
marschierten auch am Rhein
die Söldnertrupps, gefolgt von Wagen,
durch jedes Stadttor ein.

Sie sollten Kirchenglocken holen
und Waffen daraus schmieden.
Die Kriegsherrn hatten es befohlen,
denn nirgends gab es Frieden.

Das war den Ratingern bekannt.
Die Zeiten waren schwer.
Doch ihre Glocke, „Märch“ genannt,
die gab die Stadt nicht her.

Kein andrer sollt' die Glocke haben.
Sie wurde fort gebracht
und außerhalb der Stadt vergraben
im fahlen Licht der Nacht.

Die Helfer schwiegen bis zum Grab.
Der Krieg war längst vorbei,
doch niemand holte „Märch“ mehr ab,
ihr Platz im Turm blieb frei.



Quelle: www.ratinger-jonges.de
Foto: ©Andreas Berndt

Viel Wasser floss durchs Angertal,
die „Märch“ galt als verschollen.
Es gab nicht ein Erkennungsmal.
Wo hätt' man suchen sollen?

Nach Jahren sah ein Hirtenbub
im Wald mit seinen Schweinen,
wo er schon oft nach Pilzen grub,
Metall im Erdreich scheinen.

Im Sturmschritt ist er fort geeilt,
hat in der Stadt berichtet,
das Wunder allen mitgeteilt:
die „Märch“ hätt' er gesichtet!

Bald kam der ausgegrabne Schatz
zur Freude vieler Leute
im Kirchturm an den alten Platz.
Da hängt die „Märch“ noch heute.

Damit sie nicht vergessen wird,
die „Verkeshirden“-Sage,
verschönt die Stadt der „Verkeshird“
als Denkmal heutzutage.



Neues aus der Begegnungsstätte

Im vergangenen Programm haben wir auf dieser Seite unser Projekt „Wehrlos im Alter?... Nicht mit uns!“ vorgestellt. Nun stehen alle Termine für dieses Projekt fest:

Donnerstag	23.07.	11.00 Uhr	Informationsveranstaltung: „Sicher im Alltag – Kriminalprävention von Straftaten zum Nachteil älterer Menschen“ Referentin: Kriminalhauptkommissarin Stephanie Kleimann
Mittwoch	29.07.	15.00 Uhr	Workshop Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Senioren Teil 1: Selbstverteidigung Grundkenntnisse Trainer: Jürgen Wiedinger
Mittwoch	05.08.	15.00 Uhr	Workshop Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Senioren Teil 2: Selbstverteidigung mit Stock, Schirm oder Schal Trainer: Jürgen Wiedinger
Mittwoch	12.08.	15.00 Uhr	Workshop Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Senioren Teil 3: Selbstverteidigung mit dem Kubotan Trainer: Jürgen Wiedinger
Donnerstag	29.10.	11.00 Uhr	Informationsveranstaltung: „Online – aber sicher – Internetkriminalität“ Referentin: Kriminalhauptkommissarin Ilka Kleppe
Donnerstag	05.11.	11.00 Uhr	Informationsveranstaltung: „Einbruchschutz“ Referent: Kriminalhauptkommissar Lars Hannapel

Die Workshops sind für die Teilnehmer/Teilnehmerinnen unserer Sportangebote und für Mitglieder des TV Höfels kostenfrei, Nichtmitglieder zahlen 15,00 € für alle drei Workshop-Termine.

Für die drei geplanten, kostenlosen Informationsveranstaltungen konnten wir Kriminalhauptkommissare/Kriminalkommissarinnen der Abteilung Kriminalprävention Opferschutz der Kreispolizeibehörde Mettmann gewinnen. Da für deren Einsatz eine Mindestteilnehmerzahl erforderlich ist, bitten wir für diese Veranstaltungen um frühzeitige Anmeldung. Wer vorher um 10.00 Uhr am Frühstückstreff teilnehmen möchte, wird ebenfalls um Anmeldung gebeten.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung in der Begegnungsstätte oder telefonisch unter Telefon 02102/68101.



Regelmäßiges Programm

Montag	Uhrzeit	Datum
Heiter und gelassen mit Yoga-Fitness auf dem Stuhl	10.00 – 11.00 Uhr	außer am 13.07.
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 (nicht bei Regen)	15.00 – 16.30 Uhr	
Dienstag	Uhrzeit	Datum
Doppelkopfrunde	11.45 – 13.45 Uhr	
Sturzprophylaxe	13.40 – 14.40 Uhr	außer am 07.07., 14.07. & 04.08.
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	außer am 08.07. & 15.07.
Stuhlgymnastik mit Isometrischen Übungen – Grp. 2	10.15 – 11.00 Uhr	außer am 08.07. & 15.07.
Gesundheit für jeden Tag mit Bewegung, Atem- und Entspannungsübungen	11.15 – 12.15 Uhr	außer am 08.07. & 15.07.
Donnerstag	Uhrzeit	Datum
Pflegeberatung/Einzelberatung	14.30 – 16.00 Uhr	nur mit Voranmeldung
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

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, Mobil +49 177 5989868 oder in der Begegnungsstätte.

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.)

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 Juli

Wochentag	Uhrzeit	Datum	Programm
Mittwoch	01.07.	12.30 Uhr	Cercle Français
Freitag	03.07.	15.00 Uhr	Bingo
Dienstag	07.07.	10.30 Uhr	Heiteres Gedächtnistraining mit Trudi Sonnenschein
08.07.-15.07.			Seniorenreise nach Juist
Freitag	10.07.	15.00 Uhr	Filmclub Flimmerkiste: „Comedian Harmonists“ Die Veranstaltung ist kostenlos
Mittwoch	15.07.	17.00 bis 19.00 Uhr	Gemeinsamer Grillabend für Teilnehmer der Selbsthilfegruppe „Alt – pflegebedürftig – einsam? Das muss nicht sein...“ für von Alterserkrankungen betroffene Menschen und deren pflegende Angehörige
Donnerstag	16.07.	15.00 Uhr	Projekt „Alles wird teuer... wie kann ich meine alltäglichen Kosten reduzieren?“ Lange Freude an erschwinglicher Kleidung und Accessoires – Fröhlich bunter Mädels-Nachmittag mit Farb- und Stilberatung Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Seniorenbegegnungsstätte Ratingen-Mitte statt. Anmeldung erbeten.
Freitag	17.07.	15.00 Uhr	Traumreise mit Sonja
Mittwoch	22.07.	15.00 Uhr	Die Digitalpaten Einzeltermine nach Anmeldung – die Beratung ist kostenlos
Donnerstag	23.07.	10.00 Uhr	Frühstückstreff und anschließender Informationsveranstaltung Kosten: 7,00 €, Anmeldung bis zum 20.07.
Donnerstag	23.07.	11.00 Uhr	Projekt „Wehrlos im Alter? Nicht mit uns...“ Informationsveranstaltung: „Sicher im Alltag – Kriminalprävention von Straftaten zum Nachteil älterer Menschen“ Referentin: Kriminalhauptkommissarin Stephanie Kleimann Anmeldung erbeten.
Freitag	24.07.	15.00 Uhr	Klangerlebnis mit Andrea
Mittwoch	29.07.	15.00 Uhr	Projekt „Wehrlos im Alter? Nicht mit uns...“ Workshop Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Senioren Teil 1: Selbstverteidigung Grundkenntnisse Trainer: Jürgen Wiedinger Kosten: Für Mitglieder des TV Hösel kostenlos; Nichtmitglieder zahlen 15,00 € für alle 3 Workshoptermine Teilnehmerzahl begrenzt – Anmeldung erforderlich!



Programm August

Wochentag	Uhrzeit	Datum	Programm
Samstag	01.08.	11.00 Uhr	Sommerlicher Frühschoppen mit Live-Musik
Dienstag	04.08.	10.30 Uhr	Heiteres Gedächtnistraining mit Trudi Sonnenschein
Mittwoch	05.08.	12.30 Uhr	Cercle Français
Mittwoch	05.08.	15.00 Uhr	Projekt „Wehrlos im Alter? Nicht mit uns...“ Workshop Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Senioren Teil 2: Selbstverteidigung mit Stock, Schirm oder Schal Trainer: Jürgen Wiedinger Kosten & Teilnehmer: siehe Veranstaltung vom 29.07.
Donnerstag	06.08.	09.30 Uhr	Mit der Begegnungsstätte unterwegs: Ausflug nach Nijmegen (NL) mit 1¼-stündiger Fahrt auf der Waal mit dem Pannenkoekenboot. Im Anschluss Gelegenheit zum Bummel in Nijmegen Kosten: 62,00 € (Für Reisebus, Schifffahrt und Pfannkuchen-Buffer) Mindestteilnehmer: 25, Anmeldung erforderlich Weitere Informationen in der Begegnungsstätte
Freitag	07.08.	15.00 Uhr	Kreativität trifft auf Acrylfarben – Workshop mit Sonja: Neue Techniken mit Kette Keine Teilnahmegebühren – Materialkosten werden umgelegt. Anmeldung erbeten
Mittwoch	12.08.	15.00 Uhr	Projekt „Wehrlos im Alter? Nicht mit uns...“ Workshop Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Senioren Teil 3: Selbstverteidigung mit dem Kubotan Trainer: Jürgen Wiedinger Kosten & Teilnehmer: siehe Veranstaltung vom 29.07.
Freitag	14.08.	15.00 Uhr	Filmclub Flimmerkiste: „Das grüne Wunder nebenan – Unser Wald“ Die Veranstaltung ist kostenlos
Mittwoch	19.08.	17.00 Uhr	Selbsthilfegruppe „Alt – pflegebedürftig – einsam? Das muss nicht sein...“: Informationen zum Thema „Vergesslichkeit im Alter“ für von Alterserkrankungen betroffene Menschen und deren pflegende Angehörige
Donnerstag	20.08.	10.00 Uhr	Senioren kochen für Senioren
Donnerstag	20.08.	12.30 Uhr	Mittagessen: Pasta- und Salatbuffet Kosten: 10,00 €, Anmeldung bis zum 17.08.
Freitag	21.08.	15.00 Uhr	Klangerlebnis mit Andrea
Mittwoch	26.08.	15.00 Uhr	Die Digitalpaten Einzeltermine nach Anmeldung – die Beratung ist kostenlos
Donnerstag	27.08.	12.00 Uhr	Vortreffen zur Reise nach Bad Wiessee mit bayrischem Frühstück (Weißwürstl und Brezen)
Freitag	28.08.	15.00 Uhr	Bingo



Gehirnjogging

Geographie mangelhaft! „Wo waren Sie in den Ferien?“ „Auf Mallorca.“ „Mallorca ...? Wo liegt denn das?“ „Ich weiß auch nicht, wir sind geflogen.“

Brückenwörter:

Versuchen Sie zwischen Pfeiler 1 und Pfeiler 3 das passende Brückenwort zu finden.
Beispiel: Eltern – Liebe – (s)Heirat

Pfeiler 1	Brücke	Pfeiler 2
Eltern	Liebe	(s) Heirat
Freuden		Sack
Welt		(s) Taube
Schrauben		Liebe
Freiheit (s)		Ritter
Ehe		(s) Gefühl
Leben (s)		(n) Mädchen
Liebe (s)		Magd
Welt		(s) Taube
Hochzeit (s)		Tag
Glück (s)		Wiese
Leben (s)		Gerade
Glück (s)		Larve
Kinder		Laube
Getriebe		Freude
Ahnen		Kleid

Wo steht das? Wer hat das gesagt?

Da steh ich nun ich armer Tor und bin so klug als wie zuvor: _____!

Wenn gute Reden sie begleiten, dann fließt die Arbeit munter fort: _____!

Oh ich bin klug und weise und mich betrügt man nicht: _____!

Die Sonne schien ihm aufs Gehirn, da nahm er seinen Sonnenschirm: _____

Alle Räder stehen still, wenn dein starker Arm es will: _____

Wer nicht arbeitet soll auch nicht essen: _____

Man soll den Tag nicht vor dem Abend loben: _____

Auflösung Mai – Juni

Mit Fantasie um die Ecke denken: Herzkammern, Ellenbogen, Magenpförtner, Handteller, Nase, Adamsapfel, Knie/Hüfte, Achillesverse, Hühneraugen, Muschel, Stubenhocker, Fahrrad weg; Leichte Kost: Handring, Großwiese, Hundesteine, Briefwunder, Apfelsand, Tischdose, Nasenbericht, Autoschuber, Gartenschäum, Zeitungswurf

Quelle: BVGT; HeKo