

Gespenssternacht in Ratingen

von Renate Buddensiek

Wenn in Ratingen im Dunkeln
Geister durch die Straßen ziehn,
Kürbisköpfe schaurig funkeln,
ist's die Nacht von Halloween.

Sonderbare Fabelwesen,
Henker, Satan, Sensenmann,
Drachen, Hexen mitsamt Besen,
grinsen uns gespenstisch an.

Ekelhafte Spinnentiere,
Skorpione, Schlangenbrut,
Fledermäuse und Vampire
wittern gierig Menschenblut.

Gruselige Kürbislichter
geistern flackernd durch die Nacht.
Schaurig schöne Bösewichter
spuken bis der Tag erwacht.



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

Sommer in der Begegnungsstätte



Regelmäßiges Programm

Montag	Uhrzeit	Datum
Heiter und gelassen mit Yoga-Fitness auf dem Stuhl	10.00 – 11.00 Uhr	außer am 19.10.
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 15.09. & 22.09.
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	außer am 21.10.
Stuhlgymnastik mit Isometrischen Übungen – Grp. 2	10.15 – 11.00 Uhr	außer am 21.10.
Gesundheit für jeden Tag mit Bewegung, Atem- und Entspannungsübungen	11.15 – 12.15 Uhr	außer am 21.10.

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

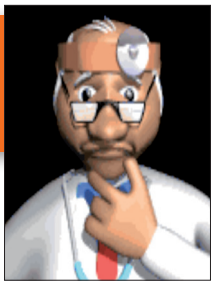
Programm September

Wochentag	Uhrzeit	Datum	Programm
Mittwoch	02.09.	12.30 Uhr	Cercle Français
Freitag	04.09.	15.00 Uhr	Klangerlebnis mit Andrea
Dienstag	08.09.	10.30 Uhr	Heiteres Gedächtnistraining mit Trudi Sonnenschein
Donnerstag	10.09.	10.00 Uhr	Senioren Gottesdienst
Donnerstag	10.09.	14.00 Uhr	Exkursion zum Gebrauchtwarenkaufhaus in Velbert* Projekt „Alles wird teurer... wie kann ich meine alltäglichen Kosten reduzieren?“ Fahrgemeinschaften ab Begegnungsstätte
Freitag	11.09.	15.00 Uhr	Filmclub Flimmerkiste: „Rocketman“ (Elton John) Kostenlose Veranstaltung
13.09. – 23.09.		Seniorenreise nach Bad Wiessee	
Mittwoch	16.09.	17.00 Uhr	Infos zum Thema „Selbstfürsorge“ Selbsthilfegruppe „Alt – pflegebedürftig – einsam? Das muss nicht sein...“ für von Alterserkrankungen betroffene Menschen und deren pflegende Angehörige
Donnerstag	17.09.	15.00 Uhr	Picknick im Poensgenpark* Projekt „Alles wird teurer... wie kann ich meine alltäglichen Kosten reduzieren?“ Anmeldung erforderlich. Bei Regen fällt die Veranstaltung aus.
Freitag	18.09.	15.00 Uhr	Traumreise mit Sonja
Mittwoch	23.09.	15.00 Uhr	Die Digitalpaten Einzeltermine nach Anmeldung – die Beratung ist kostenlos
Donnerstag	24.09.	10.00 Uhr	Frühstückstreff und anschließender Informationsveranstaltung Kosten: 7,00 €, Anmeldung bis zum 21.09.
Donnerstag	24.09.	11.00 Uhr	Infoveranstaltung „Grundsicherung“* Projekt „Alles wird teurer... wie kann ich meine alltäglichen Kosten reduzieren?“ Referent: Herr Akbulak, Stadt Ratingen
Freitag	25.09.	15.00 Uhr	Bingo
Mittwoch	30.09.		Besuch der Rater Tafel* Projekt „Alles wird teurer... wie kann ich meine alltäglichen Kosten reduzieren?“

* Weitere Informationen (u. a. Abfahrtszeiten) und Anmeldung in der Begegnungsstätte.
Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Seniorenbegegnungsstätte Ratingen-Mitte statt.
Kostenlose Veranstaltung – Anmeldung erforderlich.

Programm Oktober

Wochentag	Uhrzeit	Datum	Programm
Donnerstag	01.10.	10.00 Uhr	Senioren kochen für Senioren
Donnerstag	01.10.	12.30 Uhr	Mittagessen: ½ Backhendl mit Krautsalat und Thymiankartoffeln Kosten: 9,00 €, Anmeldung bis zum 25.09.
Freitag	02.10.	18.00 Uhr	Lesung Andreas F. Achenbach: „Wie wir werden, damit wir sind – Voller Neugier auf der Suche: lesen lieben lernen (1943-1965, Band 1)“ Anmeldung bis zum 30.09.
Dienstag	06.10.	10.30 Uhr	Heiteres Gedächtnistraining mit Trudi Sonnenschein
Mittwoch	07.10.	12.30 Uhr	Cercle Français
Donnerstag	08.10.	10.00 Uhr	Frühstückstreff und anschließender Informationsveranstaltung Kosten: 7,00 €, Anmeldung bis zum 05.10.
Donnerstag	08.10.	11.00 Uhr	Infoveranstaltung: „Zuzahlungsbefreiung für Medikamente und Hilfsmittel und zu finanziellen Hilfen für Kranke und Pflegebedürftige“* Projekt „Alles wird teurer... wie kann ich meine alltäglichen Kosten reduzieren?“ Referent: Frank Görgen (Pflegeberater)
Freitag	09.10.	15.00 Uhr	Traumreise mit Sonja
Freitag	16.10.	15.00 Uhr	Filmclub Flimmerkiste: „Magie der Moore“ Kostenlose Veranstaltung
Mittwoch	21.10.	17.00 Uhr	Infos zum Thema „Weihnachten und die Art zu feiern im Alter“ Selbsthilfegruppe „Alt – pflegebedürftig – einsam? Das muss nicht sein...“ für von Alterserkrankungen betroffene Menschen und deren pflegende Angehörige
Donnerstag	22.10.	12.30 Uhr	Nachtreffen zur Reise nach Juist
Freitag	23.10.	15.00 Uhr	Klangerlebnis mit Andrea
Mittwoch	28.10.	15.00 Uhr	Die Digitalpaten Einzeltermine nach Anmeldung – die Beratung ist kostenlos
Donnerstag	29.10.	10.00 Uhr	Frühstückstreff und anschließender Informationsveranstaltung Kosten: 7,00 €, Anmeldung bis zum 26.10.
Donnerstag	29.10.	11.00 Uhr	Infoveranstaltung: „Online – aber sicher – Internetkriminalität“ Projekt „Wehrlos im Alter? Nicht mit uns...“ Referentin: Kriminalhauptkommissarin Ilka Kleppe Anmeldung bis zum 26.10.
Freitag	30.10.	15.00 Uhr	Bingo



Gehirnjogging

Schlaumeier!

Ein ostfriesischer Bauer sagt zu seinem Nachbarn: „Ich habe jetzt ein Zahlenschloss am Schweinestall anbringen lassen. Alle Ziffern sind Fünfen. Aber ich verrate natürlich keinem, in welcher Reihenfolge!“

Anhängen

Durch Anhängen eines Buchstabens bekommt das erste Wort eine andere Bedeutung.

Beispiel: Aus Erbgut wird eine Stadt in der Schweiz	GEN	GENF
Aus einem Netzgewebe wird ein Ausgiesser	Tüll	
Aus einer Schweizer Stadt wird ein Männernamen	Bern	
Aus einem Tresen wird Gesichtsbehaarung	Bar	
Aus einem Höhenzug wird ein geistliches Gewand	Alb	
Aus einer Entfernung wird eine Brennstelle	Meile	
Aus einem Schwein wird ein Stoffrand	Sau	
Aus einem Abgasreiniger wird eine Hütte	Kat	
Aus einem Erkennungszeichen wird ein Gerstenprodukt	Mal	
Aus einer Geländevertiefung wird Rinderfett	Tal	
Aus einem großen Raum wird ein Fluss	Saal	

Abschiedslieder

Versuchen Sie, mit Hilfe der untenstehenden Hinweise herauszubekommen, um welche Lieder es sich handelt!

1. S_g b_m Ab_d l_e S_us.
2. A_f W_ehn, auf Wie_n.
3. H_e an Bord, _o_s f_t.
4. A_i R_a.
5. Ne_t A_hi_, B_üder, _iss ...
6. Ad_z_g_N_.
7. M_l de_, mu_i de_z_m Stä_le hi_s ...

Auflösung Juli – August

Brückenwörter: Liebe; Schrei bzw. Träne; Frieden; Mutter; Raub; Glück; Freude; Dienst; Frieden; Feuer; Spiel; Ziel; Käfer; Garten; Schaden; Tafel; Wo steht das? Wer hat das gesagt?; Goethe „Faust“; Schiller „Glocke“; Zar und Zimmermann; Struwpeter-Heinrich Hoffmann „Geschichte v. Schwarzen Buben“; Bundeslied für den Allgemeinen Deutschen Arbeiterverein 1863; Bibel „2. Ths 3,10“; Schiller „Wallensteins Tod“