



**JOHANNITER**

# Die Johanniter-Hauspost gegen Langeweile

**Ausgabe 6 - KW 50/2020**

Johanniter Begegnungsstätte „Alt und Jung“  
im Johanniter-Haus Erkrath



**Kontaktdaten der Begegnungsstätte:**

Begegnungsstätte „Alt und Jung“

Hildener Str. 19

40699 Erkrath

Telefon: 02104 21 60 610 (Eva Flader)

02104 21 60 612 (Gabi Gründker)

E-Mail: [begegnungsstaette.erkath@johanniter.de](mailto:begegnungsstaette.erkath@johanniter.de)

**Aus Liebe zum Leben**

Seite 1 / von 12



Liebe Besucher\*innen der Begegnungsstätte „Alt und Jung“,

auch in dieser Woche haben wir wieder Rätsel, Bastelanleitungen und Bewegungstipps für Sie zusammengestellt. Ganz besonders freuen wir uns über ein Rezept von Frau Christ – ich habe es bereits getestet und mir und meiner Familie hat es sehr gut geschmeckt.

Wenn Sie mögen, reichen Sie uns doch auch ein Lieblingsrezept ein – vielleicht für Ihre besten Weihnachtsplätzchen – und lassen uns und die anderen Besucher\*innen daran teilhaben.

Die Begegnungsstätte ist in den nächsten zwei Wochen zu folgenden Zeiten besetzt:

Montag,	07.12.	8:00 – 15:00 Uhr
Dienstag,	08.12.	8:00 – 15:00 Uhr
Mittwoch,	09.12.	8:00 – 15:00 Uhr
Donnerstag,	10.12.	8:00 – 15:00 Uhr
Freitag,	11.12.	8:00 – 14:00 Uhr

Montag,	14.12.	8:00 – 15:00 Uhr
Dienstag,	15.12.	8:00 – 15:00 Uhr
Mittwoch,	16.12.	8:00 – 17:00 Uhr
Donnerstag,	17.12.	8:00 – 15:00 Uhr
Freitag,	18.12.	8:00 – 15:00 Uhr

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit der Johanniter-Hauspost und eine schöne Adventszeit. Bleiben Sie aktiv, optimistisch und vor allem gesund!

Ihr Begegnungsstättenteam  
Eva Flader und Gabi Gründker



## Denksport-Aufgaben

### Kopfnuss – Nummer 1

1	2 A B C	3 D E F
4 G H I	5 J K L	6 M N O
7 PQ RS	8 T U V	9 WX YZ
*	0	#

Diese Tastatur kennen Sie von alten Handys oder einem Festnetztelefon.

Jede Zahl steht dabei für mehrere Buchstaben.

Finden Sie heraus, welche Wörter jeweils mit der Tastatur geschrieben wurden.

Alle Wörter haben etwas mit dem Advent und Weihnachten zu tun! Die ersten drei Begriffe dienen der Dekoration, die zweiten drei Begriffe sind zum Essen.

53793

---

58435

---

8266362286

---

532582436

---

946878376

---

7865536

---



## Rezepttipp

Schrotteln á la Mama  
von Frau Christ

### Zutaten:

- 6-8 Pellkartoffeln
- Fett
- Mehl
- Milch
- 3 Lorbeerblätter
- 4 Scheiben Kochschinken
- Rote Beete (fertig eingelegt, selbst eingelegt aus dem Steintopf oder Rote-Beete-Kugeln)



### So wird's gemacht:

Kartoffeln kochen, pellen und schnibbeln, Kochschinken klein schneiden.

Aus Fett, Mehl und Milch zum Ablöschen eine Mehlschwitze herstellen.

Mit Salz abschmecken.

Lorbeerblätter zugeben, ebenso den Kochschinken und die geschnibbelten Pellkartoffeln. Alles unterrühren und einige Minuten ziehen lassen.

Reichen Sie dazu fertige rote Beete, Rote-Beete-Kugeln oder selbst eingelegte rote Beete aus dem Steintopf.

Das schmeckt,

guten Appetit!



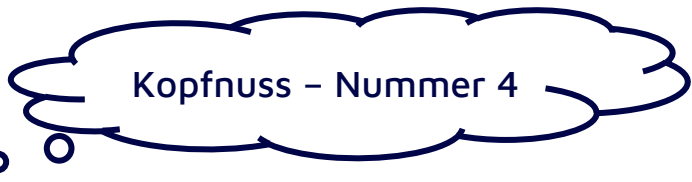
## Warnung der Polizei NRW Mettmann

Aus aktuellem Anlass warnt die Polizei vor Trickbetrügern, die sich als Mitarbeiter der Stadtwerke ausgeben.

Am Dienstag, den 01.12. hatten sich zwei bislang unbekannte Männer auf diese Art und Weise Zugang zu einer Wohnung beschafft und Schmuck und Bargeld entwendet.

Bitte bleiben Sie vorsichtig und lassen Sie niemanden der unangekündigt erscheint in Ihre Wohnung.

## Denksport



Kopfnuss - Nummer 4

Welche Wörter können Sie aus den Buchstaben des Wortes

B E G E G N U N G S S T Ä T T E

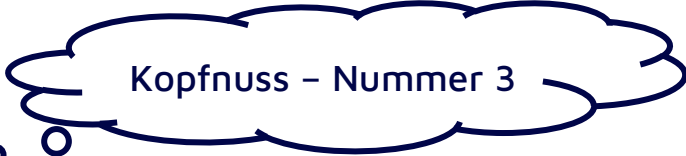
bilden? Teilen Sie uns doch das längste Wort, das Sie gefunden haben mit – wir sind gespannt auf Ihre Ergebnisse!

genug \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## Denksport



Kopfnuss - Nummer 3

1	2 A B C	3 D E F
4 G H I	5 J K L	6 M N O
7 PQ RS	8 T U V	9 WX YZ
*	0	#

Hier noch eine Aufgabe zu der  
Telefontastatur.

Finden Sie nun selbst möglichst  
lange Wörter, die aus maximal drei  
Ziffern bestehen.

Beispiel:

Das Wort „Geige“ wird mit der  
Tastatur 43443 geschrieben,  
besteht also nur aus zwei Ziffern,  
der 3 und der 4.

Geige = 43443

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Denksport

### Kopfnuss – Nummer 4

Welche Märchen verstecken sich hinter diesen Beschreibungen?

1. Ein Tier gibt sich mit mehreren Tricks als ein anderes aus, um sechs kleine Geschwister zu verspeisen. Das siebte kann sich in einer Uhr verstecken und mit Hilfe seiner Mutter die Geschwister retten.

Lösung: \_\_\_\_\_

2. Sieben Jungen werden durch einen gedankenlos ausgesprochenen Wunsch in Vögel verwandelt. Die Schwester muss eine lange Reise unternehmen, um ihre Brüder zu retten.

Lösung: \_\_\_\_\_

3. Eine Prinzessin verliert einen geliebten Gegenstand und bekommt Hilfe von einem Tier, dass sie später an die Wand wirft. Zum Schluss folgt eine wunderschöne Hochzeit.

Lösung: \_\_\_\_\_

4. Vier Tiere, die von ihren Besitzern nicht mehr gewollt werden, beschließen Sänger zu werden.

Lösung: \_\_\_\_\_



## Bewegung

### Übungen für den oberen Rücken im Sitzen

Setzen Sie sich aufrecht hin, so dass ihr Rücken die Lehne nicht berührt. Rutschen Sie wenn nötig ein wenig an die Stuhlkante.

Ziehen Sie beide Schultern langsam nach oben, halten Sie dort für drei Sekunden und senken die Schultern anschließend wieder ab. Wiederholen Sie die Übung dreimal. Bewegen Sie die Schultern nun auf gleiche Art im Wechsel, ebenfalls dreimal.

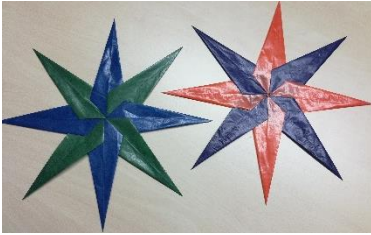
Kreisen Sie die Schultern nach vorne, anschließend nach hinten. Wiederholen Sie jede Bewegungsrichtung fünfmal.

Drehen Sie Ihren Kopf langsam von links nach rechts, schauen Sie dreimal in jede Richtung. Drehen Sie anschließend den gesamten Rumpf ebenfalls dreimal in jede Richtung.

Neigen Sie den Oberkörper nun abwechselnd nach links und rechts, als ob Sie etwas vom Boden aufheben möchten. Wiederholen Sie auch hier jede Seite dreimal.

Beugen Sie Ihre Ellenbogen an, so dass die Finger nach vorne zeigen. Bewegen Sie nun die Hände nach außen, die Oberarme und Ellenbogen bleiben am Körper. Ziehen Sie die Schultern zusammen und halten Sie die Position für drei Sekunden. Gehen Sie langsam wieder in die Ausgangsstellung und wiederholen Sie auch diese Übung dreimal.





## Basteltipp: Bunter Weihnachtsstern

Sie benötigen:

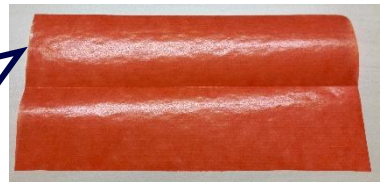
- Vier Transparentfaltpapiere
- Kleber
- Schere



Falten Sie das Papier in der Mitte und schneiden es anschließend an der Faltkante in zwei Hälften.



Arbeiten Sie mit einer der Hälften weiter und falten diese ebenfalls in der Mitte. Öffnen Sie das Papier wieder.



Falten Sie nun alle vier Ecken bis zur Faltkante um.





## Basteltipp

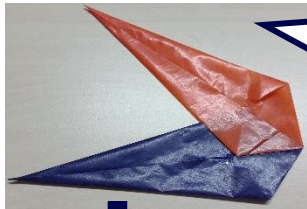
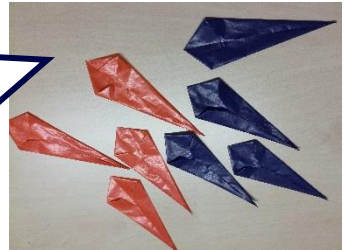


Falten Sie die Ecken an einer Seite erneut bis zur Mitte.

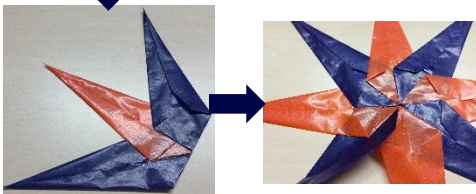


Wiederholen Sie den letzten Schritt noch einmal und fixieren Sie Ihre Faltung wenn nötig mit etwas Kleber.

Verfahren Sie auf die gleiche Weise mit der anderen Hälfte und den anderen Papieren, so dass Sie acht kleine Drachen erhalten.



Kleben Sie die einzelnen Teile an den kurzen Spitzen wie gezeigt zusammen. Schieben Sie die letzte Spitze unter die erste und kleben Sie ebenfalls fest.



Wenn Sie Lust zum Basteln bekommen haben, können Sie die Papiere gerne in der Begegnungsstätte abholen! (Bitte telefonisch anmelden)



## Scherzfragen

Wer kann gut um die Ecke denken?

Welche Bauern haben weder Acker noch Hof?

Welche Bären bevorzugen das Meer?

In welches Horn kann man nicht blasen?

Welche Bilder kann man nur im Dunkeln sehen?

## Lösungen aus Ausgabe 4

Zu Kopfnuss Nr. 2 aus Ausgabe 4

Hier ein paar sehr schöne Sätze von Frau Lerch, herzlichen Dank dafür!

1. Schwarze Stare schimpfen ständig.  
Schlangen starren schon stundenlang.
2. Zwitschernde Zaunkönige zwicken.  
Zwanzig Zecken zwicken zwölf zottelige Zebras.
3. Unsere Tauben untersuchen Tretminen.  
Ute trauert um Theo.
4. Traurige Priester trinken Prosekko.  
Treue Preisträger trainieren privat.



## Lösungen aus Ausgabe 5

### Kopfnuss Nr. 1

Adventskranz	Engelshaar	Lichterbogen
Adventskalender	Gabentisch	Tannenbaum
Baumschmuck	Glockenklang	Weihnachtskarten
Christkind	Heiligabend	Wunderkerzen

### Kopfnuss Nr. 2

Süßer die Glocken nie klingen – Morgen kommt der  
Weihnachtsmann

Ihr Kinderlein kommet – Es ist ein Ros entsprungen

Leise rieselt der Schnee – Zu Bethlehem geboren ist uns ein  
Kindelein

Alle Jahre wieder kommt das Christuskind – O du fröhliche, o du  
selige

Maria durch den Dornwald ging – Stern über Bethlehem zeig uns  
den Weg

Vom Himmel hoch da komm ich her – In der Weihnachtsbäckerei  
gibt es manche Leckerei

Engel auf den Feldern singen – Kommet ihr Hirten, o kommet doch  
all

Wir bedanken uns für Ihre Rückmeldungen und freuen uns  
auch weiterhin über Ideen und Beiträge von Ihnen zur  
Johanniter-Hauspost.

Bleiben Sie gesund!

Herzliche Grüße,

Ihr Begegnungsstättenteam

Eva Flader und Gabi Gründker

**Aus Liebe zum Leben**