



JOHANNITER

Die Johanniter-Hauspost gegen Langeweile

Ausgabe 9 - KW 53/2020

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

Aus Liebe zum Leben

Seite 1 / von 12



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

wir hoffen, dass Sie die Festtage schön verbringen konnten und mit uns gemeinsam gesund und zuversichtlich auf das neue Jahr blicken. Wir bedanken uns von Herzen für alle Weihnachtswünsche und die positiven Rückmeldungen, die wir in den letzten Tagen erhalten haben.

Bis wir wieder öffnen, werden wir auch weiterhin wöchentlich Rätsel, Bewegungsübungen und eine bunte Mischung an Informationen und Lesestoff für Sie zusammenstellen.

Wir sind in den nächsten zwei Wochen zu folgenden Zeiten für Sie da und freuen uns über Ihren Besuch oder Ihren Anruf:

Montag, 28.12. 9:00 – 16:00 Uhr

Dienstag, 29.12. 9:00 – 15:00 Uhr

Mittwoch, 30.12. 8:00 – 14:00 Uhr

Vom 31.12. bis zum 03.01. ist die Begegnungsstätte geschlossen.

Montag, 04.01. 8:00 – 14:00 Uhr

Dienstag, 05.01. 8:00 – 14:00 Uhr

Mittwoch, 06.01. 8:00 – 14:00 Uhr

Donnerstag, 07.01. 8:00 – 15:00 Uhr

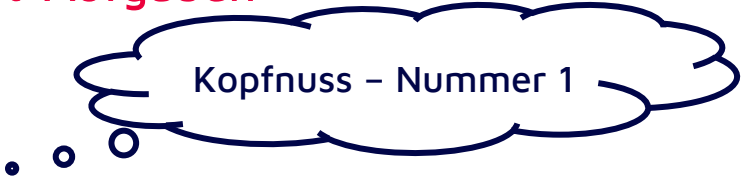
Freitag, 08.01. 8:00 – 15:00 Uhr

Nun wünschen wir Ihnen viel Freude mit der Johanniter-Hauspost und einen glücklichen Start ins neue Jahr. Bleiben Sie aktiv, optimistisch und vor allem gesund!

Ihr Begegnungsstättenteam
Eva Flader und Gabi Gründker



Denksport-Aufgaben



Kopfnuss - Nummer 1

In den unten aufgeführten Tabellen haben sich Liedertitel versteckt. Im oberen Bereich finden Sie die Buchstaben für die jeweilige Spalte, die noch in die richtige Reihenfolge gebracht werden müssen.

Beispiel:

G	u	c	s			e	u	t	h	h	l	t			i	e
F	a	n	h	s	g	d	s		o	a	s	e	n	d		
F	u	c	h	s		d	u		h	a	s	t		d	i	e
G	a	n	s		g	e	s	t	o	h	l	e	n			

D	e	s		M	a	l	d	e	r	s		L	u	t	t	
d	a	s		W	ü	n	l	e	r	n		i	s	s		

M	i	n		W	a	a	d	e	r		w	a	n	n		
e	e	i	n		V	n	t	e	r	s	m	a	r			



Wissenswertes

Zwischen den Jahren soll man nicht waschen!

Von diesem Brauch haben wahrscheinlich die meisten schon einmal gehört. Aber warum ist das eigentlich so?

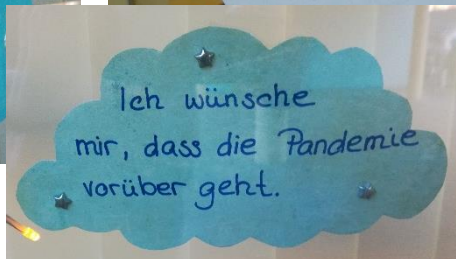
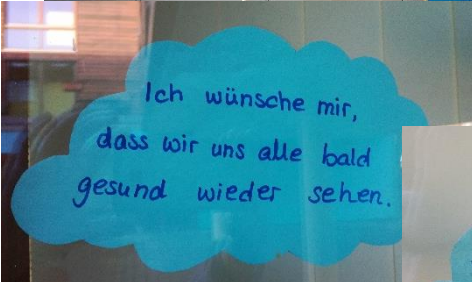
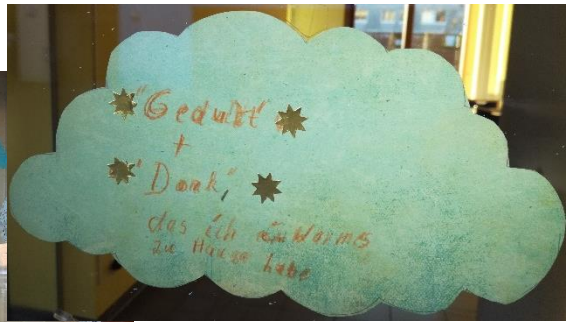
Der Aberglaube geht auf die Sage von dem nordischen Gott Wotan zurück, der in den Rauhnächten zwischen Weihnachten und dem 6. Januar mit seinem achtbeinigen Hengst und seinen Reitern eine wilde Jagd veranstaltet.

Grundsätzlich haben die Menschen nichts vor den Reitern zu befürchten, aber wehe, sie verfangen sich in einer Wäscheleine, dann droht Verderben!

Kennen Sie noch weitere Bräuche für die Tage „zwischen den Jahren“?

Wunsch-Wolken

Am Fenster der Begegnungsstätte ist ein schöner Wunsch-Himmel für das neue Jahr entstanden. Vielen Dank für Ihre Beteiligung bei der Erstellung der Wunsch-Wolken! Wie zu erwarten drehen sich viele Wünsche um Gesundheit und Geselligkeit. Nun drücken wir die Daumen, dass uns das Jahr 2021 wenigstens einige dieser Wünsche erfüllt. Wenn Ihnen noch weitere Wünsche einfallen, können wir diese gerne noch ergänzen.





Bewegung

Heute stellen wir Ihnen einige Übungen für die Koordination vor. Hier trainieren Sie neben Kraft und Beweglichkeit auch die Zusammenarbeit Ihrer beiden Gehirnhälften!

Boxen Sie mit der rechten Hand nach vorne in die Luft, während Sie die linke Hand in einer Kreisbewegung wie beim Teigrühren bewegen. Tauschen Sie anschließend die Bewegungen von rechter und linker Seite.

Klatschen Sie in folgendem Rhythmus auf Ihre Oberschenkel: 1x links, 1x rechts, 1x links, 2x rechts, 1x links, 3x rechts
Wenn Sie die Bewegungsabfolge beherrschen, tauschen Sie links und rechts.

Malen Sie mit der linken Hand stehende Kreise (Fenster putzen) und mit der rechten Hand liegende Kreise (Tisch abwischen) in die Luft. Danach wieder die Seiten tauschen.

Wiederholen Sie den Klatschrhythmus indem Sie mit einem Fuß im Sitzen folgendermaßen auftippen:
1x Spitze, 1x Ferse, 1x Spitze, 2x Ferse, 1x Spitze, 3x Ferse
Tauschen Sie nun die Bewegungen von Spitze und Ferse aus.

Üben Sie erst jeden Fuß einzeln, wenn dies gut funktioniert, können Sie es entgegengesetzt probieren: Der linke Fuß beginnt mit der Spitze, der rechte mit der Ferse.



Denksport

Kopfnuss – Nummer 2

In jeder Reihe passt einer der Begriffe nicht zu den anderen.
Welcher Begriff ist das jeweils und warum?

Beispiel:

Delfin – Hecht – Hering – Karpfen – Hai

Lösung: Der Delfin ist kein Fisch, sondern ein Säugetier.

1. Regen – Hagel – Schnee – Riesling – Tau
2. Falke – Kleiber – Rotkehlchen – Drossel – Blaumeise
3. Braun – Schwarz – Orange – Brillen – Eis
4. Schornsteinfeger – Landkärtchen – Trauermantel –
Bienenwolf – Ochsenauge
5. Raps – Blumenkohl – Oliven – Sonnenblume – Kürbis
6. Corona – Grippe – Masern – Malaria – Windpocken
7. Neckar – Isar – Altmühl – Regen – Inn



Scherzfragen

Wer kann gut um die Ecke denken?

- ☺ Was kann ein Stuhl mit drei Beinen nicht?
- ☺ Wer nimmt ab und zu ab und zu?
- ☺ Welcher Monat war im Jahr 2020 in Deutschland der längste?
- ☺ Ein Flugzeug stürzt genau auf der Grenze zwischen Deutschland und Frankreich ab. Wo begräbt man die Überlebenden?
- ☺ Was war der höchste Berg, bevor der Mount Everest entdeckt wurde?
- ☺ Darf ein Mann nach deutschen Gesetzen die Schwester seiner Witwe heiraten?
- ☺ Wie viele Tiere nahm Moses mit auf die Arche?
- ☺ Was wird nasser, je mehr es trocknet?



Vorsicht vor Betrug!

In den letzten Tagen sind bereits erste versuchte Betrugsfälle aufgetreten. Bitte beachten Sie in Bezug auf die Corona-Impfung folgende Punkte:

- ✓ **Echte Corona-Impfungen sind kostenfrei**
- ✓ **Es steht noch nicht fest, auf welchem Weg die Berechtigten außerhalb der Pflegeheime informiert werden**
- ✓ **Termine können erst im nächsten Jahr vereinbart werden**



Zitate zum Jahreswechsel

Lasst uns gehn mit frischem Mute in das neue Jahr hinein! Alt soll unsre Lieb` und Treue, neu soll unsre Hoffnung sein.

Hoffmann von Fallersleben

Ab Neujahr lichtet sich der Blick, die frohe Laune kehrt zurück, die uns verlassen im Versagen. Ich nehm mir vor, nicht mehr zu klagen.

Leonard Bernstein

Wird's besser? Wird's schlimmer? fragt man alljährlich. Seien wir ehrlich: Leben ist immer lebensgefährlich!

Erich Kästner



Zitate zum Jahreswechsel

Das neue Jahr sieht mich freundlich an, und ich lasse das alte mit seinem Sonnenschein und Wolken ruhig hinter mir.

Johann Wolfgang von Goethe

Wenn's alte Jahr erfolgreich war, dann freue dich auf's neue.
Und war es schlecht, ja dann erst recht.

Albert Einstein

Aus der Ferne diesen Wunsch:
Glückliche Sterne und guten Punsch!

Theodor Fontane



Lösungen aus Ausgabe 8

Kopfnuss Nr. 2

Bratapfel – Lebkuchen – Gluehwein

Lichterkette – Adventskranz – Wunschzettel

Kopfnuss Nr. 3

Anna – braune Haare – Buch

Lisa – blonde Haare – Malstifte

Klara – rote Haare – Puppe

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

Herzliche Grüße,

Ihr Begegnungsstättenteam

Eva Flader und Gabi Gründker