



JOHANNITER

Die Johanniter-Hauspost gegen Langeweile

Ausgabe Herbst 2023

Johanniter Begegnungsstätte Alt und Jung
im Johanniter-Haus Erkrath



Kontaktdaten der Begegnungsstätte:

Begegnungsstätte Alt und Jung

Hildener Str. 19

40699 Erkrath

Telefon: 02 104 21 60 6 10 (Eva Flader)

02 104 21 60 6 12 (Gabi Gründker)

E-Mail: begegnungsstaette.bergischesland@johanniter.de

Aus Liebe zum Leben

Seite 1 von 12
Stand September 2023



Liebe Besucher*innen der Begegnungsstätte Alt und Jung,

das Team der Begegnungsstätte Alt und Jung freut sich über Verstärkung! Auf Seite 4 finden Sie eine kurze Vorstellung von Luisa Joisten, die uns im Rahmen eines Freiwilligen Sozialen Jahrs seit dem 1. September tatkräftig unterstützt.

Außerdem finden Sie in dieser Ausgabe wieder reichlich Sport für Kopf und Körper, einen Rückblick auf tolle Aktionen in der letzten Zeit und die Vorankündigungen für unseren Adventsmarkt und das große 25-jährige Jubiläum im kommenden Jahr! Für beide Feste freuen wir uns natürlich wie immer über viele helfende Hände – melden Sie sich gerne bei uns!

Wir wünschen Ihnen einen guten Start in die Herbstzeit und freuen uns auf viele weitere gemeinsame Erlebnisse.

Ihr Begegnungsstättenteam

Eva Flader, Gabi Gründker und Luisa Joisten





Denksport

Kopfnuss – Nummer 1

Die folgenden Wörter beschreiben das gesuchte Wort mit den unten genannten Anfangsbuchstaben.

Bsp.:

Anfangsbuchstabe des gesuchten Wortes ist **K**.

- Zeit, Monate, Jahr, Termine, Datum = _____
Lösung: Kalender

1. Anfangsbuchstabe des gesuchten Wortes ist **H**.

- Insekt, grün, Gesang, Zirpen, Sprungbeine
= _____

2. Anfangsbuchstabe des gesuchten Wortes ist **G**.

- Säugetier, groß, lange Körperanhänge, Afrika
= _____

3. Anfangsbuchstabe des gesuchten Wortes ist **G**.

- Land, Gyros, Namenstag, Blau-weiß, Urlaub
= _____

4. Anfangsbuchstabe des gesuchten Wortes ist **U**.

- Vogelart, orange-gelbe Augen, große Federohren, gestreiftes Gefieder
= _____

5. Anfangsbuchstabe des gesuchten Wortes ist **P**.

- Wunde, Blut, Schutz vor Schmutz und Bakterien, Heilung
= _____



JOHANNITER

Herzlich Willkommen!



Mein Name ist Luisa Joisten. Ich bin 20 Jahre alt und habe mich nach meinem Abitur dazu entschlossen, hier in der Begegnungsstätte Alt und Jung im Johanniter-Haus Erkrath ab dem 01.09.2023 ein Freiwilliges Soziales Jahr zu machen. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit und die kommende Zeit.

Aus Liebe zum Leben

Seite 4 von 12
Stand September 2023



Nächstes Jahr wird groß gefeiert!

Im nächsten Jahr wird das Johanniter-Haus 25 Jahre alt – am **Samstag, den 31. August 2024** möchten wir dies gemeinsam mit Ihnen feiern!

Zu diesem Anlass freuen wir uns schon jetzt über Ihre Unterstützung:

Gerne möchten wir beim Fest alle aktuellen Angebote und Gruppen auf Stellwänden kurz vorstellen. Wir freuen uns sehr, wenn wir ein Foto Ihrer Gruppe machen dürfen oder von Ihnen erhalten und gemeinsam mit Ihnen einen kurzen Text erstellen können!



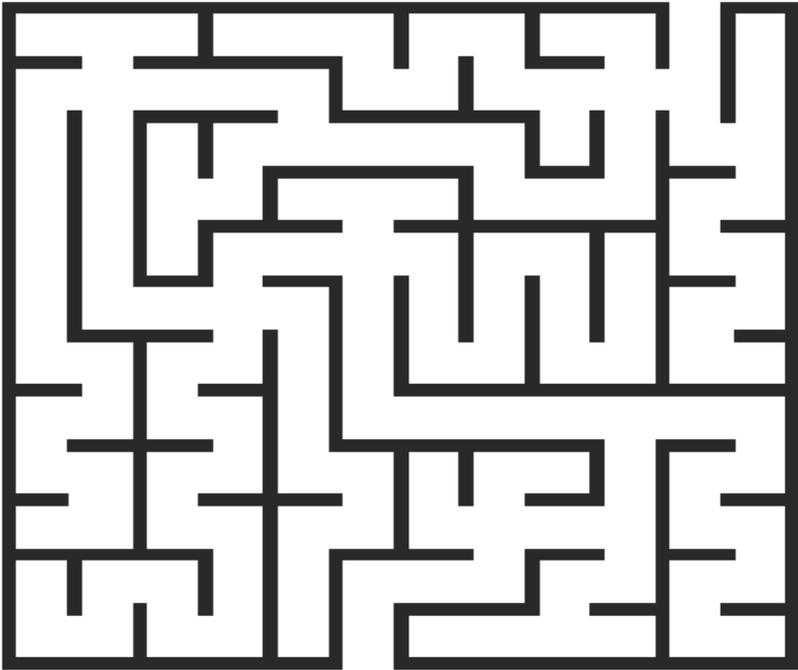


Denksport

Kopfnuss – Nummer 2

Zurück zur Schule

Helfen Sie dem Mädchen ihre Schultasche zu finden.





Fundkiste

Vermissen Sie Kleidung, eine Brille oder Unterlagen? Ein Blick in unsere Fundkiste in der großen Begegnung lohnt sich! Bitte schauen Sie doch bei Ihrem nächsten Besuch einmal nach. Wir werden alles, was nicht abgeholt wurde Ende des Jahres entsorgen oder verschenken.



Briefkasten



Kennen Sie schon unseren Briefkasten für Fragen, Wünsche und Kritik? Wir freuen uns über jede Rückmeldung – natürlich können Sie uns jederzeit auch persönlich ansprechen!



Bewegung für Schultern und Arme

Setzen Sie sich auf einen Stuhl. Stellen Sie ihre Beine hüftbreit auf den Boden und setzen Sie sich vor jeder Übung aufrecht hin.

1. Legen Sie ihre Hände auf ihre Knie. Ziehen Sie ihre Schultern für 5 Sekunden nach oben. Anschließend können Sie die Schultern wieder entspannen. Wiederholen Sie diesen Vorgang **5-mal**.
2. Kreisen Sie ihre Schultern **10-mal** nach hinten. Anschließend wiederholen Sie den Vorgang, indem Sie ihre Schultern in die andere Richtung kreisen.
3. Öffnen Sie ihren Brustkorb, indem Sie ihre Brust nach vorne strecken. Ziehen Sie auch gleichzeitig ihre Schulterblätter hinten zusammen. Danach können Sie ihren Oberkörper wieder entspannen. Wiederholen Sie diesen Vorgang **6-mal**.
4. Lassen Sie ihre Arme neben ihrem Körper hängen. Nun atmen Sie tief ein und heben währenddessen ihre Arme seitlich hoch bis ihre Hände über ihrem Kopf sind. Ihre Arme können Sie strecken und langziehen, sodass ihr Körper ausgestreckt wird. Atmen Sie nun wieder langsam aus, währenddessen Sie ihre Arme wieder langsam zur Seite nach unten senken. Wiederholen Sie diesen Vorgang **3-mal**.



Das war los in der Begegnungsstätte

Seit der letzten Hauspost hat sich in der Begegnungsstätte wieder einiges getan!

Bei unseren digitalen Museumsführungen mit (de)mentia & art konnten Menschen mit und ohne Vergesslichkeit von der Begegnungsstätte aus Bilder aus dem Goldenen Zeitalter und dem Impressionismus betrachten und besprechen.



Unser erster Tanztreff fand großen Anklang. Mit Ivonne Peters konnten wir gemeinsam beim Linedance, Discofox und Walzer die Hüften schwingen.

Auch unser zweiter Ausflug zum Visiodrom in Wuppertal war wieder sehr beeindruckend. In einer immersiven Licht- und Tonshow konnten wir die Werke Leonardo da Vincis bewundern.



Aus Liebe zum Leben



Denksport

Kopfnuss – Nummer 3

Schaffen Sie es, aus den folgenden Buchstaben das gesuchte Wort zu finden?

R T H
E B S

= _____

Ü K C
L G

= _____

E L
B E I

= _____

R U E
F D E

= _____



Social Day NHS Group und Konrad-Heresbach Gymnasium

Gleich zweimal wurde unser Garten der Sinne von hilfreichen Händen in Schuss gebracht!

Im Juni besuchten Schülerinnen und Schüler des Konrad-Heresbach Gymnasium in Mettmann, die ihren Wandertag für Gartenarbeit mit unseren Bewohner*innen und Besucher*innen opferten.



Im August bekamen wir dann Besuch von einer Gruppe der NHS-Group in Düsseldorf. Die Firma unterstützte uns im Rahmen eines Social Days und versorgte uns sogar mit Gartenstauden und Balkonpflanzen, die auch gleich ihren Platz fanden. Auch einen Komposter bekamen wir gespendet und aufgebaut!





JOHANNITER

Adventsmarkt – Helfende Hände gesucht

Bald geht das Jahr schon wieder dem Ende zu und wir gehen in die Planung für unseren Adventsmarkt!

Am 25. November 2023 wird es weihnachtlich im Johanniter-Haus. Im Innenhof erwarten Sie zahlreiche Stände mit weihnachtliche Dekorationen, Basteleien und Leckereien von uns und unseren Kooperationspartnern.

Damit das Fest gelingt, suchen wir schon jetzt helfende Hände. Können Sie sich vorstellen, uns bei Auf- und Abbau oder der Betreuung der Stände zu unterstützen? Melden Sie sich gerne bei uns!



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

Herzliche Grüße
Ihr Begegnungsstättenteam
Eva Flader, Gabi Gründker und Luisa Joisten
Aus Liebe zum Leben

