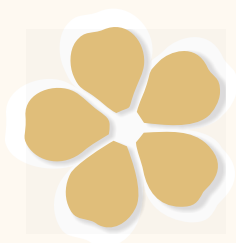


Senioren Residenz Uelzen



Residenz – Journal

Juni 2026

Unsere Leitung der Residenz!



„Wer sich im Sommer über die Sonne freut, trägt sie im Winter in seinem Herzen“.

Rainer Haak 1947 - heute

Heiner McNeil
Residenzleitung



„Die Freude und das Lächeln sind der Sommer des Lebens“.

Jean Paul 1763-1825

Patrick Lichtenberg
Heimleiter



**Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
sehr geehrte Leserinnen und Leser des
Residenz-Journals,**

In diesem Jahr habe ich wieder das große Vergnügen, Sie mit diesen Zeilen in den Juni zu begleiten und Ihnen meine derzeitigen Gedanken brühwarm mitzuteilen.

Ich bin ein „Juni-Mensch“ und man sagt Menschen wie mir oft nach, als Zwilling zwei Gesichter zu haben. Nun überlege ich, ob ich Ihnen von den derzeit betrüblichen Dingen der Welt berichte oder aber die positiven und schönen Aussichten präsentiere.

Ich habe mich nun klar auf die positive Seite gestellt und freue mich sehr, dass wir derzeit in den Vorbereitungen unseres diesjährigen Sommerfestes für alle Bewohnenden stecken. Thema: „La Dolce Vita“ (ital. „das süße Leben“). Ich freue mich schon sehr darauf.

La Dolce Vita

Als Geschäftsführer einer Einrichtung mit über 140 Mitarbeitenden, gibt es wahrscheinlich schlechtere Aufgaben, als sich Gedanken um die Bestellung von echt italienischem Eis oder die Auswahl von leckeren Cocktails zu machen, zusammen mit dem gesamten Team der Residenz.

In diesen Momenten meiner Arbeit in unserem schönen Haus, vergesse ich alles um mich herum und sprühe meist vor Ideen und Möglichkeiten, noch mehr positive Ergebnisse für uns alle herauszuholen. Und warum ist das so? Weil es einfach Spaß macht!

Natürlich ist im Leben nicht alles Spaß, nicht umsonst heißt es ja, „das Leben ist kein Zuckerschlecken“. Aber in diesem Falle ist es sogar genau das.

Und dafür bin ich sehr dankbar. Spaß an der Arbeit, mit netten Menschen, einen tollen Tag verbringen, lachende Gesichter um mich zu haben und am Ende des Tages mit dem Team zusammensitzen, um mit einem kühlen Getränk auf das Geleistete zurückschauen.

Positive Erinnerungen zu sammeln ist für mich die Sinnerfüllung meines Daseins. Ob in der Familie, im Beruf, mit Freunden und auch mit fremden Menschen. Diese Situationen sind es für mich, Lebensfreude zu spüren, die man nicht vergisst. Alles andere wird nebensächlich oder gar ganz ersetzt. Bitte mehr davon! Natürlich muss ich diese Entscheidung noch selbst treffen, welches Eis es denn nun wird.



„Eine positive Lebenseinstellung trägt nachweislich zu einer höheren Lebenserwartung bei“ (Studie doi: 10.1073/pnas.1900712116).

Also sogar noch mehr Zeit, für die schönen Dinge im Leben. Für die Familie, die Freunde, die lachenden Gesichter, die Cocktails, das italienische Eis!

Uns allen einen guten Start in den Frühsommer mit positiver Einstellung, vielen tollen Erinnerungen und ganz viel „La Dolce Vita“ für uns alle!

Viele herzliche Grüße,
Ihre Residenzleitung

Heiner McNeil



Veranstaltungsplan Juni 2026

Bei Angeboten mit einem ● handelt es sich um kostenfreie Aktivitäten.

Montag, den 01. Juni

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 09:30 Uhr / um 10:20 Uhr feste Gruppen



Zeitreise durch Deutschland -

im Achteck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 02. Juni

Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

- um 9:30 Uhr



Herren-Aktivgruppe -

für Kraft und Balance im
Gymnastikraum

- um 9:30 Uhr

feste Gruppe

Muskelfunktionstraining für Damen -

im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr *feste Gruppe*

Mit allen Sinnen

Thema: Weltmilchtag -

im Achteck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 03. Juni

Mittagsfahrt -

Landgasthaus Grote in Klein Hesebeck
zum Spargelessen

Anmeldung an der Rezeption

- Abfahrt um 11:15 Uhr



Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Donnerstag, den 04. Juni

Gymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 09:30 Uhr / um 10:20 Uhr feste Gruppen

Aktiv und Fit -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr

Singkreis Kunterbunt - ●

im Achtereck

- um 19:00 Uhr



Freitag, den 05. Juni

Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr

Samstag, den 06. Juni

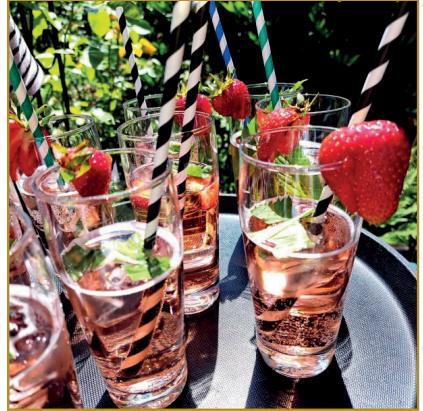
Sommerfest - ●

„La Dolce Vita“



- Beginn 11:00 Uhr

Bitte Aushang beachten



Montag, den 08. Juni

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 09:30 Uhr / um 10:20 Uhr feste Gruppen

Zeitreise durch Deutschland -

im Achteck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 09. Juni

Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

- um 9:30 Uhr



Herren-Aktivgruppe -

für Kraft und Balance

im Gymnastikraum

- um 9:30 Uhr feste Gruppe

Muskelfunktionstraining für Damen -

im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr feste Gruppe



Spiele im Freien -

„Leitergolf“

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 10. Juni

Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Weinmarkt -

Treffen im Foyer

- um 16:00 Uhr



Donnerstag, den 11. Juni

Gymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 09:30 Uhr / um 10:20 Uhr feste Gruppen

Aktiv und Fit -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Singkreis Kunterbunt - ●

im Achtereck

- um 19:00 Uhr

Freitag, den 12. Juni

Technikrunde - Fragen zum Handy -

im Achtereck

- um 10:00 Uhr

Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- um 15:30 Uhr

Samstag, den 13. Juni

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr

Montag, den 15. Juni

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 09:30 Uhr / 10:20 Uhr

feste Gruppen



Zeitreise durch Deutschland -

im Achtereck

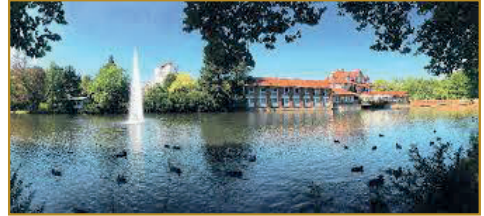
- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 16. Juni
Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

- um 9:30 Uhr



Herren-Aktivgruppe -

für Kraft und Balance

im Gymnastikraum

- um 9:30 Uhr feste Gruppe

Muskelfunktionstraining für Damen -

im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr feste Gruppe



Tanzen im Sitzen -

im Achteck

- um 15:00 Uhr

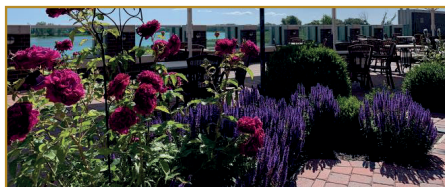


Mittwoch, den 17. Juni

Mittagsfahrt -

Elbterrassen in Wussege
Anmeldung an der Rezeption

- Abfahrt um 11:15 Uhr



Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Weinmarkt -

Treffen im Foyer

- um 16:00 Uhr



Donnerstag, den 18. Juni

Gymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 9:30 Uhr / um 10:20 Uhr feste Gruppen

Aktiv und Fit -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr

Singkreis Kunterbunt - ●

im Achtereck

- um 19:00 Uhr

Freitag, den 19. Juni

**Technikrunde -
Fragen zum Handy**

im Achtereck

- um 10:00 Uhr



Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr

Samstag, den 20. Juni

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr

Montag, den 22. Juni

Senioren-gymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 09:30 Uhr / 10:20 Uhr

feste Gruppen



Zeitreise durch Deutschland -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 23. Juni

Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

- um 9:30 Uhr



Herren-Aktivgruppe -

für Kraft und Balance

im Gymnastikraum

- um 9:30 Uhr

feste Gruppe

Muskelfunktionstraining für Damen -

im Gymnastikraum

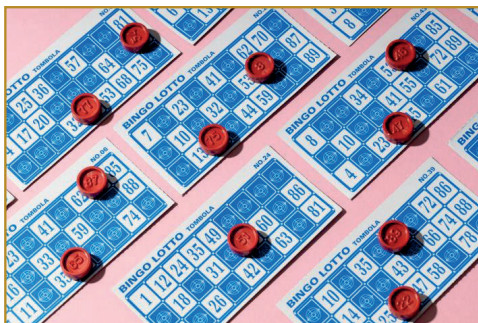
- um 10:30 Uhr feste Gruppe



Bingo -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 24. Juni

Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Donnerstag, den 25. Juni

Gymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 9:30 Uhr /

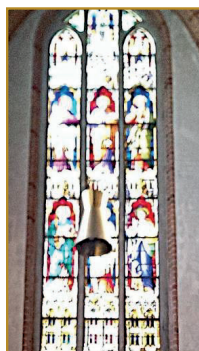
um 10:20 Uhr feste Gruppen

Andacht

mit Frau Dr. Mecking, Pastorin - ●

im Restaurant

- um 15:30 Uhr



Singkreis Kunterbunt - ●

im Achteck

- um 19:00 Uhr



Freitag, den 26. Juni

**Technikrunde -
Fragen zum Handy**

im Achtereck

- um 10:00 Uhr



Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr

Samstag, den 27. Juni

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr

Montag, den 29. Juni

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

- um 09:30 Uhr / 10:20 Uhr feste Gruppen

Zeitreise durch Deutschland -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 30. Juni

Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

- um 9:30 Uhr

Herren-Aktivgruppe -

für Kraft und Balance

im Gymnastikraum

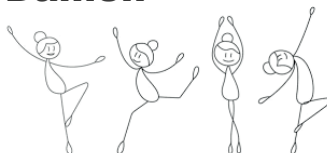
- um 9:30 Uhr

feste Gruppe

Muskelfunktionstraining für Damen -

im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr feste Gruppe



Uelzener Geschichten -

im Achteck

- um 15:00 Uhr



Bitte achten Sie an allen Tagen auf unsere Aushänge!

Konzertreihe in der Residenz

Die Helgoländer Jungs begeisterten bei ihrem Konzert im Restaurant mit stimmungsvollen Shantys und alten Seemannsliedern. Von der ersten Minute an sprang die Freude am Singen auf ihr begeistertes Publikum über, viele klatschten mit oder stimmten selbst mit ein.



Wie schütze ich mich im Alter vor Kriminalität?

Darüber informierte uns Polizeioberkommissarin Stella Giese durch ihren Vortrag mit eindrucksvollen Beispielen. Der sogenannte Enkeltrick war einer Bewohnerin schon passiert, sie konnte allerdings richtig reagieren. Eine Tonaufnahme eines solchen Betrugsversuchs spielte Frau Giese vor und jeder im Raum war schockiert von der hartnäckigen und massiven Druck ausübenden Vorgehensweise des Betrügers. Senioren/-innen sind noch zu Höflichkeit erzogen, sollten sich aber nicht scheuen, sich am Telefon nicht mit Namen zu melden und ggf. auflegen, um den Enkel, die Tochter oder wer auch immer sich angeblich in einer Notlage befindet, zurückzurufen.

Frau Giese warnte auch vor falschen Polizisten/-innen, die Geld und Wertsachen in Verwahrung nehmen wollen. Dies würden „echte“ Beamte niemals tun. Sie ließ alle Teilnehmer einen Blick auf ihren Dienstausweis werfen und riet allen, sich immer die Dienstnummer zu notieren. Abschließend gab es noch Tipps, wie jede/r sich bestmöglich vor Taschendiebstahl schützen kann.

Herzlichen Dank an Frau Giese für die Vermittlung dieses wichtigen Themas.



SUDOKU

	7		9			1		
				7			6	
9		6				4		
6					9	8		
2					4			5
5	1		3		6		9	
	5	8			3			9
				2				
7					1	3		

Auflösung auf der vorletzten Seite

Testen Sie Ihr Wissen!

Warum ist die Sonneneinstrahlung im Sommer stärker als im Winter?

- a. weil die Erde der Sonne näher ist
- b. Sonnenstrahlen treffen in einem steileren Winkel auf die Erde
- c. die Sonne wird im Sommer heißer

Welche Aussage über Schweiß ist korrekt?

- a. Schweiß kühlt nur, wenn er verdunstet
- b. Schweiß kühlt sofort beim Austreten
- c. Schweiß hat keine Kühlfunktion



Was beschreibt der UV- Index?

- a. die Luftfeuchtigkeit
- b. die Stärke der UV-Strahlung
- c. die Temperatur der Sonne

Was bedeutet der Begriff Tropennacht?

- a. ein Gewitter in der Nacht
- b. eine Nacht mit Temperaturen über 30 Grad
- c. eine Nacht, in der es nicht unter 20 Grad abkühlt

Warum ist Sonnenschutz auch im Schatten wichtig?

- a. UV-Strahlen können reflektiert werden
- b. weil die Haut im Schatten empfindlicher ist
- c. durch die Erderwärmung wird es im Schatten wärmer

Warum wirkt ein Aufenthalt am Wasser oft kühler?

- a. wegen der Reflektion des Lichts
- b. durch Verdunstung und Luftbewegung
- c. weil Wasser die Sonne abschwächt

Warum sind die Tage im Sommer länger?

- a. weil die Erde näher an der Sonne ist
- b. wegen der Neigung der Achse
- c. wegen der Rotation des Mondes

Welche Rolle spielt Ozon in Bezug auf die Sonne?

- a. er verstärkt die UV-Strahlung
- b. er blockiert einen Teil der UV-Strahlung
- c. er hat keinen Einfluss

Was ist der Hauptgrund für die Bildung von Land-See-Wind im Sommer?

- a. unterschiedliche Luftfeuchtigkeit
- b. Temperaturunterschiede zwischen Land und Wasser
- c. die Erdrotation

Was passiert bei einer Hitzewelle in Städten besonders stark?

- a. Abkühlung durch die Gebäude
- b. verstärkte Windzirkulation
- c. Bildung von Wärmeinseln

Auflösung auf der
letzten Seite



Gute Geschichten aus allen Teilen der Welt!

Erdmännchen sind faszinierende kleine Tiere, die vor allem durch ihr ausgeprägtes Sozialverhalten beeindrucken. In ihren Gruppen, auch Kolonien genannt, zeigt sich eine enge Zusammenarbeit, die für das Überleben aller Mitglieder entscheidet ist. Jedes Tier übernimmt eine Rolle. Während einige nach Nahrung suchen, halten andere wachsam Ausschau nach Gefahren. Besonders bemerkenswert ist ihr fürsorglicher Umgang miteinander. Die Aufzucht der Jungen wird nicht nur von den Eltern übernommen. Auch andere Gruppenmitglieder helfen mit, die Kleinen zu füttern, zu beschützen und ihnen wichtige Fähigkeiten beizubringen. Dieses gemeinschaftliche Verhalten stärkt den Zusammenhalt und sorgt dafür, dass die Gruppe als Ganzes erfolgreich ist. Sie nutzen verschiedene Laute, um sich zu verständigen, Gefahren zu signalisieren oder den Kontakt zueinander zu halten. Dabei zeigt sich, wie eng sie miteinander verbunden sind und wie gut diese Säugetierart als Team agiert.

Erdmännchen sind ein wunderbares Beispiel dafür, wie Kooperation, Vertrauen und gegenseitig Unterstützung in der Tierwelt funktionieren können – Eigenschaften, von denen wir Menschen uns manchmal eine Scheibe abschneiden können.



Auflösung SUDOKU

4	7	5	9	6	2	1	8	3
8	3	1	4	7	5	9	6	2
9	2	6	1	3	8	4	5	7
6	4	3	2	5	9	8	7	1
2	8	9	7	1	4	6	3	5
5	1	7	3	8	6	2	9	4
1	5	8	6	4	3	7	2	9
3	9	4	8	2	7	5	1	6
7	6	2	5	9	1	3	4	8

Testen Sie Ihr Wissen – Auflösung

Warum ist die Sonneneinstrahlung im Sommer stärker als im Winter?

Die Sonnenstrahlen sind stärker da sie in einem steileren Winkel auf die Erde treffen!

Welche Aussage über Schweiß ist korrekt?

Die Aussage Schweiß kühlt nur, wenn er verdunstet ist richtig!

Was beschreibt der UV-Index?

Der UV-Index beschreibt die Stärke der UV-Strahlung!

Was bedeutet der Begriff Tropennacht?

In einer Tropennacht kühlt es nicht unter 20 Grad ab!

Warum ist Sonnenschutz auch im Schatten wichtig?

Auch im Schatten können UV-Strahlen reflektiert werden!

Warum wirkt ein Aufenthalt am Wasser oft kühler?

Durch die Verdunstung und Luftbewegung wirkt der Aufenthalt kühler!

Warum sind die Tage im Sommer länger?

Die Tage sind durch die Neigung der Erdachse im Sommer wärmer!

Welche Rolle spielt Ozon in Bezug auf die Sonne?

Ozon blockiert einen Teil der UV-Strahlung!

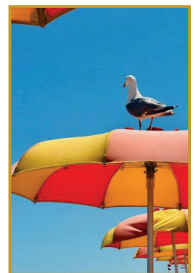
Was ist der Hauptgrund für die Bildung von Land-See-Wind im Sommer?

Die Bildung entsteht durch den Temperaturunterschied zwischen Land und Wasser!

Was passiert bei Hitzewellen in Städten besonders stark?

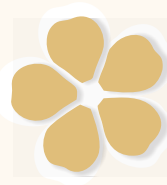
Es bilden sich Wärmeinseln in den Städten!

... na, alles gewusst?





**Zuhause im Leben
& aktiv dabei**



**Senioren Residenz
Uelzen**

Achterstraße 13-19 29525 Uelzen Tel. (0581) 9 73 70

www.seniorenresidenz-uelzen.de