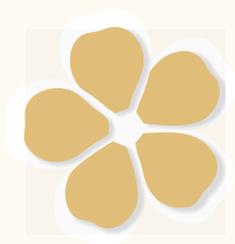


Senioren Residenz Uelzen



Residenz – Journal

September 2025

Unsere Leitung der Residenz !



„Wer alles mit einem Lächeln beginnt, dem wird das meiste gelingen.“

Dalai Lama 1940 - heute

*Heiner McNeil
Residenzleitung*



„Das Geheimnis des Glücks ist, statt der Geburtstage die Höhepunkte des Lebens zu zählen.“

Mark Twain 1835 - 1910

*Patrick Lichtenberg
Heimleiter*



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

der September ist ein Monat des Übergangs, der oft als Altweibersommer mit warmen Tagen und kühlen Nächten erlebt wird. Es ist die Zeit, in der sich der Sommer langsam verabschiedet und der Herbst beginnt mit seinem morgendlichen Frühnebel.

Ab Mitte September kämpfen die Rothirschmännchen um die Herrschaft im Rudel. Wer am lautesten röhrt, hat schon viele Rivalen ausgeschaltet und mächtig die Gunst der weiblichen Hirschkühe gewonnen.



In vielen Wildparks, mit Glück auch im Wildgatter am Stadtwald, kann man die Brunft erleben. In der Abenddämmerung lassen die Rothirsche die Besucher des Waldes an ihrem spektakulären Brunftverhalten teilhaben. Immer im

Herbst ertönt das laute Rufen oder Röhren der männlichen Tiere.

In diesem September findet in Uelzen das Hansefest statt: Am 13. und 14. September verwandelt sich ein Teil der Stadt in einen lebendigen Mittelaltermarkt.

Der Bereich ab der Heiligen-Geist-Kapelle bis zum Schnellenmarkt-Viertel wird dann erneut zum Schauplatz für ein stimmungsvolles Spektakel mit historischen Klängen, buntem Markttreiben und vielfältigen Mitmachaktionen für alle Generationen.

Der Weg ist nicht weit und es ist sicher einen Besuch wert.

Klassische Klänge gibt es am 19.09.2025 im Restaurant. Der gebürtige Ungar Zoltán Udvarnoki stimmt mit schwungvollen Melodien musikalisch auf den Herbst ein. Nach vielen Jahren als Konzertmeister des Budapester Operettentheaters und Orchestermitglied der Göttinger Symphoniker, gastiert der erfolgreiche Geiger seit einigen Jahren als Solist, mit seinem Begleiter Adam Hegyes am Klavier, in vielen Städten Deutschlands und auch regelmäßig in der Senioren Residenz.

Es gibt also viel zu erleben – ich wünsche Ihnen einen schönen und abwechslungsreichen September.

Viele herzliche Grüße,
Ihre Heimleitung

Patrick Lichtenberg



Veranstaltungsplan September 2025

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

Montag, den 01. September

Seniorengymnastik -
im Gymnastikraum - Damen

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

Dienstag, den 02. September

Herren-Aktivgruppe -
für Kraft und Balance
im Gymnastikraum

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

Muskelfunktionstraining für Damen -
im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr feste Gruppe

Erzählrunde -
im Achteck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 03. September

Mittagsfahrt -

Fischessen im Restaurant Waldfrieden in Hitzacker

Anmeldung an der Rezeption

- *Abfahrt 11:45 Uhr*



Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- *um 14:30 Uhr*

Donnerstag, den 04. September

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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

Singkreis Kunterbunt - ●

im Achtereck

- *um 19:00 Uhr*

Freitag, den 05. September

Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- *um 15:00 Uhr*



Samstag, den 06. September

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 9:30 Uhr



Montag, den 08. September

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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

Zeitgeschehen im

Wochenrückblick -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 09. September

Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

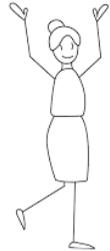
- um 09:30 Uhr

Herren-Aktivgruppe -
für Kraft und Balance
im Gymnastikraum

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

Muskelfunktionstraining für Damen -
im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr feste Gruppe



Bingo -
im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 10. September

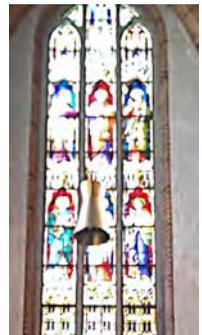
Andacht

mit Frau Dr. Mecking, Pastorin - ●
im Restaurant

- um 10:00 Uhr

Skatrunde - ●
in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr



Donnerstag, den 11. September

Seniorengymnastik -
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 12. September

Technikrunde - Fragen zum Handy -
im Achtereck

- um 10:00 Uhr

Spielenachmittag -
im Restaurant

- um 15:00 Uhr



Samstag, den 13. September

Jakkolo -

im Achtereck

- um 9:30 Uhr



Montag, den 15. September

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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

Zeitgeschehen im
Wochenrückblick -
im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 16. September

Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

- um 09:30 Uhr

Herren-Aktivgruppe -
für Kraft und Balance
im Gymnastikraum

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

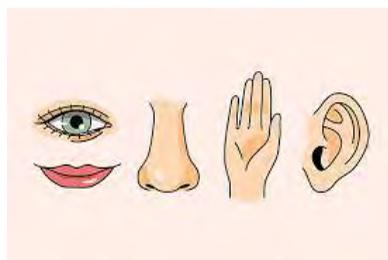
Muskelfunktionstraining für Damen -
im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr feste Gruppen



Mit allen Sinnen -
im Achteck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 17. September

Kaffeefahrt -
ins Waldcafé nach Hermannsburg
Anmeldung an der Rezeption

- Abfahrt 14:30 Uhr



Skatrunde - ●
in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Donnerstag, den 18. September

Senioren gymnastik -
im Gymnastikraum - Damen

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

Aktiv und Fit -
im Achtereck

- um 15:00 Uhr

Herrentreff - ●
in der Bibliothek

- um 16:00 Uhr



Singkreis Kunterbunt - ●
im Achtereck

- um 19:00 Uhr

Freitag, den 19. September

Technikrunde - Fragen zum Handy -
im Achtereck

- um 10:00 Uhr

Konzert - ●

„Einstimmung in den Herbst“
mit Zoltán Udvarnoki
und Adam Hegyes
im Restaurant

- um 15:30 Uhr



Samstag, den 20. September

Jakkolo - ●
im Achtereck

- um 09:30 Uhr



Sonntag, den 21. September

Vergiß-mein-nicht-

Gottesdienst ●

- bitte Aushang beachten



Montag, den 22. September

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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



Zeitgeschehen im
Wochenrückblick-
im Achteck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 23. September

Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

- um 09:30 Uhr



Herren-Aktivgruppe -
für Kraft und Balance
im Gymnastikraum

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

Muskelfunktionstraining für Damen -
im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr feste Gruppe



Uelzener Geschichten -
im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 24. September

Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Donnerstag, den 25. September

Senioren gymnastik -
im Gymnastikraum - Damen

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

Aktiv und Fit -
im Achtereck

- um 15:00 Uhr

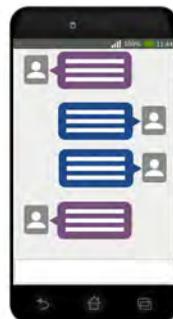
Singkreis Kunterbunt - ●
im Achtereck

- um 19:00 Uhr

Freitag, den 26. September

Technikrunde - Fragen zum Handy -
im Achtereck

- um 10:00 Uhr



Spielenachmittag - ●
im Restaurant

- um 15:00 Uhr

Samstag, den 27. September

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr



Montag, den 29. September

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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

Zeitgeschehen im
Wochenrückblick -
im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 30. September

Stadtrundgang - ●

Treffen im Foyer

- um 9:30 Uhr

Muskelfunktionstraining für Damen -
im Gymnastikraum

- um 10:30 Uhr feste Gruppe



Herren-Aktivgruppe -
für Kraft und Balance
im Gymnastikraum

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

Tanzen im Sitzen -
im Achteck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 30. September

Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Bitte achten Sie an allen Tagen auf unsere
Aushänge!

Internationaler Tag der Freundschaft!

Bereits zum zweiten Mal wurde am 30. Juli in der Seniorenresidenz der Tag der Freundschaft begangen. Dieser Tag wurde bereits 1956 in Paraguay ins Leben gerufen, um an die Bedeutung der Freundschaft zwischen Personen, Ländern und Kulturen zu erinnern.



Getreu dem Motto „Freunde sind die Familie, die wir uns selbst aussuchen“ durfte jede/-r Bewohner/-in einen ihr/ihm wichtigen Menschen zu Kaffee und Kuchen in unser Restaurant einladen.





Gemeinsam wurden Lieder über Freundschaft gesungen und das schöne Gedicht „Die Freunde“ von Wilhelm Busch erzeugte große Heiterkeit.



Es wurde ausgiebig geklönt und zur Erinnerung an diesen schönen Nachmittag erhielten alle einen heiteren Spruch über Freundschaft.



SUDOKU

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

Auflösung auf der vorletzten Seite

Testen Sie Ihr Wissen!

Wieviel Liter Wasser braucht ein Rind pro Tag?

- a. bis zu 50 Liter
- b. bis zu 10 Liter
- c. bis zu 100 Liter

Welche der folgenden Pflanzen ist kein Getreide?

- a. Mais
- b. Einkorn
- c. Buchweizen

Bitte vervollständigen Sie: Mais: ...?

- a. hat auf dem Kolben immer eine gerade Anzahl von Kornreihen
- b. kann als Pflanze über sieben Meter hoch werden
- c. wurde vor 70 Jahren hierzulande mehr angebaut als heute

Bei einer Temperatur von 4-16 Grad ...?

- a. fühlen sich Kühe am wohlsten
- b. geben Kühe mehr Milch als bei einer Temperatur unter 4 Grad
- c. zeigen Kühe Hitzestress

Zu den drei Bundesländern mit den meisten Schafen gehört?

- a. Niedersachsen
- b. Bayern
- c. Hessen

Schweine können ...?

- a. nicht schwitzen
- b. so laut quieken wie ein Düsenflugzeug
- c. besser sehen als der Mensch



Regenwürmer sind ...?

- a. Zwitter
- b. Warmblüter
- c. Hybriden

Welches Grundnahrungsmittel wird weltweit am häufigsten angebaut?

- a. Getreide
- b. Reis
- c. Maniok

Welches Nutztier hat in **D**eutschland den höchsten wirtschaftlichen Wert?

- a. Schaf
- b. Biene
- c. Forelle



Bitte vervollständigen Sie: Marienkäfer ...?

- a. verspeisen täglich bis zu 150 Blattläuse
- b. erhalten im Laufe Ihres Lebens mehr Punkte
- c. können im Verteidigungsfall mit ihrem Stachel zustechen

Im Vergleich zu älteren Hennen legen Junghennen ...?

- a. mehr Eier im Jahr
- b. im Durchschnitt größere Eier
- c. Eier mit dickerer Schale

Auflösung auf der letzten Seite

Wie eine Seegurke helfen kann

Ein Forschungsteam der University of Mississippi hat in der Seegurken-Art *Holothuria floridana* eine Substanz entdeckt, die in der Krebstherapie der Zukunft eine große Rolle spielen könnte. Fucosyliertes Chondroitinsulfat, eine Zuckerverbindung, hemmt das Enzym Sulf-2. Bei bestimmten Krebsarten wie Leberzell- und Bauchspeicheldrüsenkrebs ist das Enzym fehlgesteuert und an der Entstehung und Verbreitung von Krebstumoren beteiligt. In Labortest und computergestützten Simulationen zeigte sich: Der Seegurken-Zucker hemmt das Enzym effektiv. Ein weiterer Vorteil: Im Gegensatz zu anderen Medikamenten beeinträchtigt die Substanz die Blutgerinnung nicht. Die Untersuchung bringt aber auch andere Aufgaben für das Forschungsteam mit sich: Um die Substanz in ausreichender Menge für die nächste Studienphase bereitzustellen, müssen die Forschenden einen Weg finden, den Wirkstoff synthetisch herzustellen.

Quelle: web.de



Auflösung SUDOKU

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

Testen Sie Ihr Wissen – Auflösung

Wieviel Liter Wasser braucht ein Rind pro Tag?

Bis zu 100 Liter Wasser braucht ein Rind pro Tag!

Welche der folgenden Pflanzen ist kein Getreide?

Buchweizen ist kein Getreide!

Bitte vervollständigen Sie: Mais ...?

Mais hat auf dem Kolben immer eine gerade Anzahl an Kornreihen!

Bei einer Temperatur von 4-16 Grad...?

Kühe fühlen sich bei dieser Temperatur am wohlsten!

Zu den drei Bundesländern mit den meisten Schafen gehört?

Bayern gehört zu den drei Bundesländern mit den meisten Schafen!

Schweine können ...?

Schweine können nicht schwitzen!

Regenwürmer sind ...?

Regenwürmer sind Zwitter!

Welches Grundnahrungsmittel wird weltweit am häufigsten angebaut?

Weltweit wird Reis als Grundnahrungsmittel am häufigsten angebaut!

Welches Nutztier hat in Deutschland den höchsten wirtschaftlichen Wert?

Die Biene hat den höchsten wirtschaftlichen Wert!



Bitte vervollständigen sie: Marienkäfer ...?

Marienkäfer verspeisen täglich bis zu 150 Blattläuse!

Im Vergleich zu älteren Hennen legen Junghennen...?

Junghennen legen Eier mit einer dickeren Schale!

...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