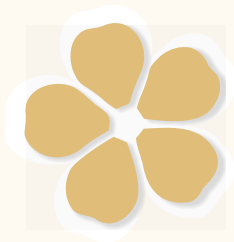


Senioren Residenz Uelzen



Residenz – Journal

Januar 2026

Unsere Leitung der Residenz !



„Ein kalter, schöner Januar
bringt meistens auch ein
gutes Jahr.“

-Deutsche Bauernregel

*Heiner McNeil
Residenzleitung*



„Ist der Januar hell und weiß,
wird der Sommer sicher heiß.“

-Deutsche Bauernregel

*Patrick Lichtenberg
Heimleiter*



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

der Beginn eines neuen Jahres lädt uns ein, für einen Moment innezuhalten. Wir blicken zurück auf all das, was hinter uns liegt – auf schöne Begegnungen, auf Herausforderungen, die wir gemeistert haben, und auf jene Augenblicke, die uns geprägt haben. Gleichzeitig richten wir den Blick nach vorn, auf all das, was kommen darf, und öffnen uns für neue Erfahrungen und Begegnungen.

Der Jahreswechsel ist in vielen Kulturen ein besonderer Anlass, und überall auf der Welt gibt es eigene Rituale, die Glück, Gesundheit, oder einen guten Neuanfang bringen sollen. Sie zeigen, wie ähnlich sich Menschen letztendlich sind, ganz gleich, wo sie leben: Der Wunsch nach Hoffnung, Frieden und Verbundenheit ist universell.



In Dänemark wird zum Jahresende traditionell altes Geschirr zerschlagen und vor die Türen von Freunden gestellt. Je größer der Scherbenhaufen am Morgen, desto mehr Freundschaften und Glück soll man im neuen Jahr haben. Ein fröhliches Ritual, das zeigt, wie wichtig Zusammenhalt und Gemeinschaft sind.

In Japan beginnt das neue Jahr mit dem Joya no Kane, dem Läuten der Tempelglocken- 108-mal, um negative menschliche Eigenschaften symbolisch abzulegen.

Es ist ein Moment der inneren Reinigung und des Neubeginns. Viele Familien besuchen einen Schrein oder Tempel, um gutes Gelingen für das kommende Jahr zu erbitten und in Stille und Achtsamkeit den ersten Schritt in das neue Jahr zu setzen.

In Griechenland wiederum schneidet man am Neujahrstag den Vasilopita, einen Kuchen, in dem eine Münze versteckt ist. Wer sie findet, soll besonders viel Glück haben.



All diese Bräuche mögen unterschiedlich sein, doch sie erzählen von denselben menschlichen Bedürfnissen: dem Wunsch nach einem friedvollen und gesunden und glücklichen Jahr.

Ich wünsche Ihnen allen ein Jahr 2026 voller Zuversicht, guter Begegnungen und wertvoller Augenblicke. Lassen Sie uns gemeinsam auch in den kleinen Dingen des Alltags den Zauber finden.

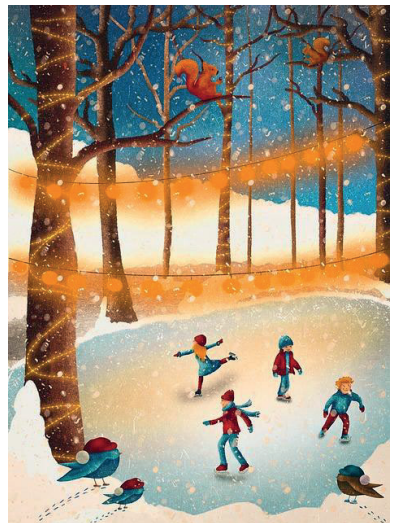
Viele herzliche Grüße,
Ihr Heimleiter
Patrick Lichtenberg



Winterwunderland

Weißer Rauhreif auf den Bäumen
und der Schnee lädt ein zum Träumen,
die Äste glitzern frostbizarr
und der See glänzt kälteklar,
die Sonne strahlt in sattem Blau
des Himmels und wohin ich schau`,
erblick ich Schnee am Waldesrand,
oh, du Winterwunderland.

Oskar Stock *1946



Veranstaltungsplan Januar 2026

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

Donnerstag, den 01. Januar
Neujahr - Feiertag



Freitag, den 02. Januar
Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr



Samstag, den 03. Januar
Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr

Montag, den 05. Januar

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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

Neujahrsempfang - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr

Konzert mit Adrian Bartels

- um 15:30 Uhr



Dienstag, den 06. Januar

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



Erzählrunde -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch , den 07. Januar

Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr



José Carreras – ●

Gala auf DVD -

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Donnerstag, den 08. Januar

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 09. Januar

Technikrunde - Fragen zum Handy -

im Achtereck

- um 10:00 Uhr

Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr



Samstag, den 10. Januar

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr

Montag, den 12. Januar

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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

Zeitgeschehen im

Wochenrückblick-

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 13. Januar

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 -

im Achteck

- um 15:00 Uhr

Mittwoch, den 14. Januar

Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Vorlesen -

im Achteck

- um 15:00 Uhr



Donnerstag, den 15. Januar

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 16. Januar

Technikrunde - Fragen zum Handy -

im Achtereck

- um 10:00 Uhr

Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr



Samstag, den 17. Januar

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr

Montag, den 19. Januar

Seniorengymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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

Zeitgeschehen im Wochenrückblick -

im Achtereck

- um 15:00



Dienstag, den 20. Januar

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 Achtereck

- um 15:00 Uhr

Mittwoch, den 21. Januar

Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Die drei Tenöre - ●

Konzert auf DVD

im Achtereck

- um 14:30 Uhr



Donnerstag, den 22. Januar

Gymnastik -

im Gymnastikraum - Damen

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

Andacht mit Frau Dr. Mecking, Pastorin - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr

Aktiv und Fit -

im Achtereck

- um 16:00 Uhr



Singkreis Kunterbunt - ●

im Achtereck

- um 19:00 Uhr

Freitag, den 23. Januar

Technikrunde - Fragen zum Handy -

im Achtereck

- um 10:00 Uhr

Spielenachmittag - ●

im Restaurant

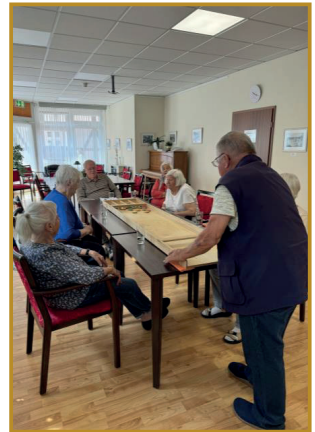
- um 15:00 Uhr

Samstag, den 24. Januar

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr



Montag, den 26. Januar

Seniorengymnastik -

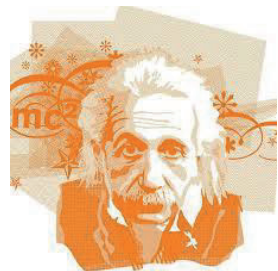
im Gymnastikraum - Damen

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

Zeitgeschehen im Wochenrückblick -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Dienstag, den 27. Januar

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 Achteck

- um 15:00 Uhr



Mittwoch, den 28. Januar

Skatrunde - ●

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr

Winterbasteln -

im Achtereck

- um 15:00 Uhr



Donnerstag, den 29. Januar

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 30. Januar

Technikrunde - Fragen zum Handy -

im Achtereck

- um 10:00 Uhr

Spielenachmittag - ●

im Restaurant

- um 15:00 Uhr



Samstag, den 31. Januar

Jakkolo - ●

im Achtereck

- um 09:30 Uhr



Bitte achten Sie an allen Tagen auf unsere Aushänge!

Adventsmarkt in der Residenz

In der festlich geschmückten Residenz fand der beliebte Adventsmarkt statt. Im Foyer wurden zahlreiche weihnachtliche Dekorationsartikel, Gestecke und selbstgebackene, liebevoll dekorierte Kekse angeboten. Wer auf der Suche nach etwas besonderem war, konnte sich an einer Auswahl von selbstgestalteten Bastelarbeiten und einzigartigen Armbändern erfreuen.



Am traditionellen Stand der Bewohner wurden Weihnachtsartikel gegen eine Spende für den guten Zweck abgegeben. Die Dekorationen wurden von Mitarbeitenden und Bewohner*innen gespendet.



Auch die Stände der Residenz, mit frisch gebackenen Waffeln, Punsch und Bratwurst vom Grill, erfreuten sich großer Beliebtheit bei Bewohnenden und Gästen und schafften eine schöne vorweihnachtliche Atmosphäre.



Der Erlös dieses Tages geht in diesem Jahr an den Kinderschutzbund Uelzen.

Konzertreihe in der Residenz

Zum 1. Advent besuchte uns zum zweiten Mal das Lüneburger Quartett „I musici di Oma“. Mit ihrem weihnachtlichen Programm präsentierten sie Klassisches und luden zum Mitsingen ein, was sehr gerne angenommen wurde. Es machte Freude, den alten Melodien und unseren text-sicheren, sangesfreudigen Bewohner*innen zuzuhören.



Kleine Helfer auf der Pflegestation

Im Dezember wurde es auch auf unserer Pflegestation sehr weihnachtlich. Gemeinsam wurde gesungen, Kekse gebacken, es gab gemütliche Nachmittage bei heißen Waffeln und Punsch und Erzählrunden über vergangene Feste und alte Traditionen.

Anfang Dezember hatten wir einen ganz besonderen Besuch in der Residenz. Eine kleine Gruppe Kinder aus dem Kindergarten in der Zimmermannstraße kam zu uns, um mit uns zu basteln. Gemeinsam wurde gesungen und gelacht. Dank vieler fleißiger Hände sind schöne Anhänger für die weihnachtliche Dekoration entstanden. Ein toller Besuch für „Klein“ und „Groß“.



SUDOKU

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

Auflösung auf der vorletzten Seite

Testen Sie Ihr Wissen!

Wodurch entsteht das typische Kakao-Aroma?

- a. durch das Auskochen der Kakofrüchte
- b. durch das Rösten der Kakaobohnen
- c. durch den Zusatz von Aromen

Welche Schokolade ist für Tiere - besonders Hunde - gefährlich?

- a. Vollmilch
- b. Zartbitter
- c. beide Sorten

Welches Volk kannte die Kakaofrucht schon vor 2600 Jahren?

- a. die Maya
- b. die Massai
- c. die Amori

Aus welchen Hauptzutaten besteht Schokolade?

- a. Milch, Kakaomasse, Sahne
- b. Kakao-Öl, Zucker, Milch
- c. Kakaomasse, Kakaobutter, Zucker

Was ist Kuvertüre?

- a. eine besonders kakaoreiche Schokolade
- b. eine Schokolade zum Überziehen mit extra viel Kakaobutter
- c. ein Kakaogeränk



Was bezeichnet man als „Conchieren“?

- a. das Rösten der Kakaobohnen
- b. das Rühren der Schokoladenmasse
- c. das Verpacken der Schokoladentafeln



Warum ist weiße Schokolade weiß?

- a. weil sie hauptsächlich aus Milch besteht
- b. weil sie viel Zucker enthält
- c. weil sie keine Kakaomasse enthält

Wo wird heute der meiste Kakao angebaut?

- a. Indonesien
- b. Elfenbeinküste
- c. Mexiko

Welche Schokosorte ist durch ihre natürliche rosa Farbe bekannt?

- a. Pink Cocoa
- b. Ruby-Schokolade
- c. Rosé-Schokolade

Welcher Bestandteil sorgt für den bitteren Geschmack von Zartbitterschokolade?

- a. Milchzucker
- b. Kakaoanteil/Kakaomasse
- c. Kakaobutter



Auflösung auf der letzten Seite

Erstes Institut für Moorspezialist*innen

Moore sind echte Klimaschützer. Sie machen zwar nur etwa drei Prozent der weltweiten Landfläche aus, speichern aber doppelt so viel Kohlenstoff wie alle Wälder zusammen. Das Problem: Seit Jahrzehnten werden Moore entwässert, um sie für Landwirtschaft oder Bebauung nutzbar zu machen. Die Böden trocknen aus, zersetzen sich und setzen große Mengen CO_2 frei. Schätzungen zufolge stammen um die sieben Prozent der deutschen Treibhausgasemissionen aus entwässerten Mooren und Torfnutzung. Seit April 2025 bildet jetzt das Landesamt für Umwelt, Naturschutz und Geologie (LUNG) in Güstrow in Mecklenburg-Vorpommern zum ersten Mal deutschlandweit Fachkräfte für Moorrenaturierung aus. In dem dreijährigen Kurs lernen die Teilnehmenden, wie sie Moore wiedervernässen und die Artenvielfalt fördern können. Das Ziel: Bis 2032 sollen rund 80 Fachkräfte lernen, wie man geschädigte Moore wieder in ihren natürlichen Zustand bringt. Gesunde Moore speichern nicht nur CO_2 , sondern helfen auch, den Wasserhaushalt im Gleichgewicht zu halten.



Bild Planet Wissen: Moorfrosch

Auflösung SUDOKU

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

Testen Sie Ihr Wissen – Auflösung

Wodurch entsteht das typische Kakao-Aroma?

Durch das Rösten der Kakaobohnen entsteht das typische Aroma!

Welche Schokolade ist für Tiere – besonders Hunde-gefährlich?

Alle Schokoladensorten sind für Tiere gefährlich!

Welches Volk kannte die Kakaofrucht schon vor 2600 Jahren?

Das Volk der Maya kannte die Kakaofrucht bereits vor 2600 Jahren!

Aus welchen Hauptzutaten besteht Schokolade?

Die Hauptzutaten sind Kakaomasse, Kakaobutter und Zucker!

Was ist Kuvertüre?

Kuvertüre ist eine Schokolade zum Überziehen mit extra viel Kakaobutter!

Was bezeichnet man als Conchieren?

Conchieren ist das Rühren der Kakomasse!

Warum ist weiße Schokolade weiß?

Weißer Schokolade enthält keine Kakaomasse!

Wo wird heute der meiste Kakao angebaut?

Der meiste Kakao wird an der Elfenbeinküste angebaut!

Welche Schokoladensorte ist durch ihre natürliche rosa Farbe bekannt?

Durch ihre rosa Farbe ist die Ruby-Schokolade bekannt!

Welcher Bestandteil sorgt für den bitteren Geschmack von Zartbitterschokolade?

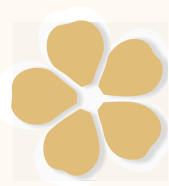
Der Kakaoanteil, beziehungsweise die Kakaomasse!

... 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