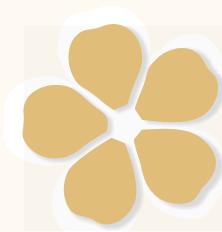


# Senioren Residenz Uelzen



**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



### **Mit allen Sinnen -**

im Achtereck

- um 15:00 Uhr

## Mittwoch, den 14. Januar

### **Skatrunde - ●**

in der Bibliothek

- um 14:30 Uhr



### **Vorlesen -**

im Achtereck

- 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 -**

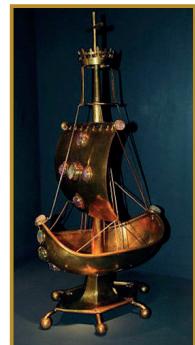
im Gymnastikraum - Damen

- 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 Achtereck

- 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 textsicheren, 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 Kakaogetränk

**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<sub>2</sub> frei. Schätzungen zu folge 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<sub>2</sub>, sondern helfen auch, den Wasserkreislauf 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?**

Weiße 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?**

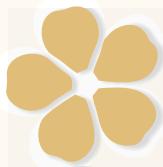
Der Kakaanteil, beziehungsweise die Kakaomasse!

... 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](http://www.seniorenresidenz-uelzen.de)**