

Erinnerungen, Neuigkeiten, Veranstaltungen, Termine –  
das aktuelle Betreuungsprogramm!



# HAUSZEITUNG

# Januar

2026





## Winterzauber im Innpark

### Ein Nachmittag voller Wärme und Begegnung

Der Winterzauber im Innpark am 29. November 2025 war ein voller Erfolg und wird uns allen noch lange in schöner Erinnerung bleiben. Schon kurz nach Beginn füllte sich unsere Cafeteria, alle Sitzplätze waren belegt und auch an den Stehtischen wurde angeregt geplaudert, gelacht und gemeinsam die vorweihnachtliche Stimmung genossen.

Viele Besucherinnen und Besucher nutzten die Gelegenheit, durch die liebevoll gestalteten Stände zu stöbern. Mit großer Freude konnten wir erleben, dass alle selbstgemachten Plätzchen, Marmeladen und Liköre restlos verkauft wurden. Auch unsere Gestecke fanden großen Anklang – lediglich drei Adventskränze blieben am Ende übrig. Besonders beliebt waren zudem die Schutzengel und die gestrickten Socken, die viele Gäste als kleine Geschenke oder für sich selbst mitnahmen. Der Nachmittag war geprägt von herzlichen Begegnungen, guten Gesprächen und einer warmen Atmosphäre. Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige, Mitarbeitende sowie Gäste aus der Umgebung kamen zusammen und machten den Winterzauber zu einem echten Gemeinschaftserlebnis.

Wir bedanken uns von Herzen bei allen, die diesen Tag möglich gemacht haben – durch Vorbereitung, Mitgestaltung, Backen, Basteln oder einfach durch ihr Dabeisein. Der Winterzauber im Innpark hat einmal mehr gezeigt, wie viel Zusammenhalt, Engagement und Freude in unserer Innpark-Gemeinschaft stecken.

## Der Nikolaus zu Besuch

### mit Engel, Krampus und ganz viel Freude

Unsere Nikolausfeier am 8. Dezember war ein wunderschöner Nachmittag voller Lachen, Musik und Herzenswärme. Der Nikolaus besuchte uns in diesem Jahr zum ersten Mal in Begleitung eines Engelchens und des Krampus – ein fröhliches Trio, das für viele strahlende Gesichter sorgte. Besonders schön war, dass der Nikolaus mit seinem Gefolge auch einige Bewohnerinnen und Bewohner in ihren Zimmern besuchte und jedem ein liebevoll gefülltes Nikolaussäckchen überreichte. Für eine festliche Stimmung sorgte das Betreuungsteam mit einem liebevoll gestalteten Programm aus kleinen Geschichten, Liedern und besinnlichen Momenten. Gemeinsam wurde die Geschichte des heiligen Nikolaus erzählt, begleitet von bekannten Weihnachtsliedern, die mit Hilfe der Liederhefte an den Tischen begeistert mitgesungen wurden.

Auch die selbstgebastelten Servietten fanden großen Anklang – einige Bewohnerinnen und Bewohner wollten sie gar nicht benutzen, sondern lieber als Erinnerung mit nach Hause nehmen. Es war ein Nachmittag voller Gemeinschaft, Wärme und Vorfreude auf die Weihnachtszeit – genau so, wie der Advent im Innpark sein soll.







# Liebe Leserinnen & Leser

**W**ir wünschen Ihnen von Herzen ein frohes neues Jahr! Möge 2026 Ihnen Gesundheit, schöne Begegnungen und viele kleine Lichtblicke bringen. Gleich zu Beginn dürfen wir sieben Geburtstagskinder feiern – wir gratulieren herzlich und wünschen alles Gute für das neue Lebensjahr. Leider mussten wir uns auch von einem geschätzten Bewohner verabschieden. In stillem Gedenken sind unsere Gedanken bei seiner Familie.

Ein besonderer musikalischer Auftakt erwartet uns am **4. Januar**: Die Burghauser Turmbläser unter der Leitung von Herrn Kremser sind zu Gast in unserer Cafeteria. Ab 10:45 Uhr dürfen wir uns auf festliche Klänge und eine wohltuende Atmosphäre freuen. Bewohnerinnen, Bewohner und Angehörige sind herzlich eingeladen, diesen Moment gemeinsam zu erleben.

In unserer Mitarbeiter-Vorstellung lernen Sie diesmal Ina Hopfauf-Müller kennen. Sie ist bereits seit sechs Jahren als Betreuungskraft im InnPark tätig – mit viel Herz und

Einsatz für unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Wir freuen uns, ihr in dieser Ausgabe ein kleines Porträt zu widmen.

Auch unser Betreuungsprogramm startet mit neuen Impulsen ins Jahr: Ab sofort wechseln sich die Angebote am Donnerstagnachmittag alle vier Wochen ab – mit Musikantenstadl, Schlagerparade oder Gemeinschaftsaktionen wie Bingo im großen Speisesaal oder, ganz aktuell, einem Wii-Bowling-Turnier. So bleibt unser Alltag bunt und lebendig.

Unser Obst des Monats ist die Ananas – exotisch, vitaminreich und ein erfrischender Start in das neue Jahr.

Wir freuen uns auf 2026 mit Ihnen – auf vertraute Rituale, neue Ideen und eine gute Zeit miteinander.

Mit herzlichen Grüßen,  
**Ihre Heimleitung und Pflegedienstleitung  
vom InnPark**

## IMPRESSUM

### HERAUSGEBER

Innpark Seniorenzentrum GmbH  
Berliner Straße 24  
84524 Neuötting  
Telefon: 0 86 71 / 97 87 – 0  
Telefax: 0 86 71 / 97 87 – 99  
E-Mail: [info@innpark-seniorenzentrum.de](mailto:info@innpark-seniorenzentrum.de)

Handelsregister Traunstein HRB 12986

### GESCHÄFTSFÜHRUNG

Eberhard Jach

### REDAKTION

Peter Fähndrich (V.i.S.d.P.)

### REDAKTIONSSCHLUSS

16.12.2025

### GESTALTUNG & LAYOUT

Luehnsen Heinrich GmbH  
Atelierstraße 1  
81671 München

### DRUCK

WIRmachenDRUCK GmbH  
Mühlbachstraße 7  
71522 Backnang

# Herzlich Willkommen

Wir freuen uns, zwei neue Bewohnerinnen und Bewohner herzlich im InnPark begrüßen zu dürfen! Mit großer Freude heißen wir Sie in unserer Gemeinschaft willkommen und hoffen, dass Sie sich bei uns schnell zuhause fühlen. Gemeinsam möchten wir viele schöne Momente erleben

und Ihnen einen angenehmen Start in Ihrem neuen Zuhause ermöglichen. Unser Team steht Ihnen jederzeit zur Seite, um Ihnen bei Fragen oder Anliegen zu helfen. Wir freuen uns darauf, Sie näher kennenzulernen und Sie bei uns zu haben!

**Fr. Drescher Hermine**

ROT

**Hr. Asenkerschbaumer Alfons**

REGENBOGEN

## CAFETERIA ÖFFNUNGSZEITEN

Im Januar öffnet unsere Cafeteria wieder von **14 bis 17 Uhr** ihre Türen und lädt Sie ein, gemütliche Stunden in angenehmer Gesellschaft zu verbringen. Genießen Sie eine duftende Tasse Kaffee und ein Stück hausgemachten Kuchen, während Sie sich mit anderen austauschen

oder einfach die entspannte Atmosphäre auf sich wirken lassen. Lassen Sie den Alltag hinter sich und gönnen Sie sich eine kleine Auszeit. Wir freuen uns darauf, Sie in unserer Cafeteria willkommen zu heißen und gemeinsam den Januar genussvoll zu verbringen!

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			01.01.26 Geschlossen	02.01.26 Geschlossen	03.01.26 Geschlossen	04.01.26 Geöffnet
05.01.26 Geöffnet	06.01.26 Geschlossen	07.01.26 Geöffnet	08.01.26 Geöffnet	09.01.26 Geöffnet	10.01.26 Geschlossen	11.01.26 Geöffnet
12.01.26 Geöffnet	13.01.26 Geschlossen	14.01.26 Geöffnet	15.01.26 Geöffnet	16.01.26 Geöffnet	17.01.26 Geschlossen	18.01.26 Geöffnet
19.01.26 Geöffnet	20.01.26 Geschlossen	21.01.26 Geöffnet	22.01.26 Geöffnet	23.01.26 Geöffnet	24.01.26 Geschlossen	25.01.26 Geöffnet
26.01.26 Geöffnet	27.01.26 Geschlossen	28.01.26 Geöffnet	29.01.26 Geöffnet	30.01.26 Geöffnet	31.01.26 Geschlossen	

# Festlichkeiten & Veranstaltungen

IM JAHRESKREIS



## Januar

### Neujahrskonzert

Wir starten ins neue Jahr!



## Februar

### Faschingsfeier

Helau!



## Mai

### Muttertagskaffee mit Maibaumaufstellen

Alles neu macht der Mai!



## Juli

### Dultbierprobe

Hopfen und Malz, Gott erhalt's!



## September

### Sommerfest

Sonnenschein und gute Laune!



## Oktober

### Oktoberfest

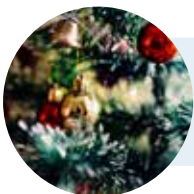
Der goldene Oktober wird gefeiert



## Dezember

### Nikolausfeier

Drauß' vom Walde komm' ich her...



## Dezember

### Weihnachtsfeier

Besinnlichkeit zur Weihnachtszeit!



### Christmette

Wir feiern Weihnachtsgottesdienst!

Zusätzliche, kleinere Veranstaltungen, wie z.B. Modenverkauf, Brunch usw. werden kurzfristig festgelegt und per Aushang bekannt gegeben. Die Zeitpunkte der oben angegebenen Veranstaltungen können abweichen. Wir behalten uns vor, diverse Veranstaltungen abzusagen, wenn die Witterung sie nicht zulässt oder andere wichtige Gründe gegen eine Veranstaltung sprechen würden.



# Geburtstage

## IM JANUAR

In diesem Monat dürfen wir gleich elf Mal „Herzlichen Glückwunsch“ sagen. Jeder Geburtstag ist ein schöner Anlass, gemeinsam zu feiern, gute Wünsche zu teilen und ein Stück Kuchen zu genießen.

Wir freuen uns darauf, diesen besonderen Tag mit Ihnen zu begehen und wünschen allen Geburtstagskindern Gesundheit, Freude und viele glückliche Momente im neuen Lebensjahr.

**Fr. Savoia Brigitte**  
REGENBOGEN

01.01.2026

**74 Jahre**

**Fr. Koch Anna**  
ROT

03.01.2026

**87 Jahre**

**Hr. Bayer Peter Stefan**  
ROT

04.01.2026

**65 Jahre**

**Fr. Streubel Stephanie**  
GRÜN

07.01.2026

**61 Jahre**

**Hr. Kastner Franz**  
BLAU

10.01.2026

**100 Jahre**

**Hr. Priller Rudolf**  
REGENBOGEN

17.01.2026

**89 Jahre**



**Wir  
wünschen  
Ihnen allen  
einen  
wunderschönen  
Geburtstag!**



**Hr. Alexy Horst**  
BLAU

17.01.2026

**67 Jahre**

**Fr. Blum Jaehrig Evelyne**  
BLAU

18.01.2026

**90 Jahre**

**Fr. Frese Gertrud**  
GRÜN

22.01.2026

**81 Jahre**

**Hr. Gnyp Gerhard**  
GRÜN

25.01.2026

**77 Jahre**

**Fr. El Manakhly Aminah**  
REGENBOGEN

25.01.2026

**78 Jahre**



**Wir mussten uns von folgenden Mitbewohnern  
im Dezember verabschieden:**

**86 Jahre**

† 02.12.2025

**Hr. Marscha  
Alois  
ROT**

**Wir nehmen Abschied von diesen besonderen Menschen,  
die Spuren in unseren Herzen hinterlassen haben.**





# Unser Betreuungsprogramm im Januar

## **DONNERSTAG, 01. Januar 2026**    Namenstag: Maria

Blau, Rot, Grün und Haus Regebogen	<b>09.00 - 12.00</b> <b>14.00 - 14.45</b>	Einzelbetreuung
---------------------------------------	--	-----------------

## **FREITAG, 02. Januar 2026**    Namenstag: Basilius, Dietmar

Blau, Rot, Grün und Haus Regebogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
---------------------------------------	----------------------	--

## **SAMSTAG, 03. Januar 2026**    Namenstag: Adele, Genoveva, Hermine, Odilo

Blau, Grün, Rot und Haus Regenbogen	<b>9.00 – 12.00</b>	Einzelbetreuung
--	---------------------	-----------------

## Musikalisches Highlight im Innpark Seniorenzentrum

Am Sonntag, den 4. Januar, dürfen wir uns auf ein ganz besonderes musikalisches Ereignis freuen: Die Burghauser Turmbläser unter der Leitung von Herrn Paul Kremser geben ein Konzert in unserer gemütlichen Cafeteria. Der Auftritt beginnt **um 10:45 Uhr** und verspricht klangvolle Melodien und eine festliche Atmosphäre.

Wir laden alle Bewohnerinnen und Bewohner sowie ihre Angehörigen herzlich ein, diesem besonderen Moment beizuwohnen und gemeinsam die Musik zu genießen.

Ein Vormittag voller Harmonie und Gemeinschaft erwartet uns – wir freuen uns auf Sie!



## MONTAG, 05. Januar 2026 Namenstag: Emilia, Nepomuk, Roger, Edward

Jeweils auf Blau, Grün, Rot und Regenbogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
--	----------------------	---

## HEILIGE DREI KÖNIGE, 06. Januar 2026 Namenstag: Kaspar, Melchior, Baltasar

Jeweils auf Blau, Grün, Rot und Regenbogen	<b>9.00 – 12.00</b>	Einzelbetreuung
--	---------------------	-----------------

## MITTWOCH, 07. Januar 2026 Namenstag: Sigrid, Reimund, Reinhold, Knud

Haupthaus und Regenbogen	<b>8.30 – 15.00</b>	Der Friseur kommt zu uns ins Haus: Bitte melden Sie sich an!
--------------------------	---------------------	--

Regenbogen	<b>10.45 – 11.45</b>	Seniorengymnastik mit Sandra Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
------------	----------------------	--

Jeweils auf Blau, Grün und Rot	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
--------------------------------	----------------------	---

## **DONNERSTAG, 08. Januar 2026**    **Namenstag: Gundula, Thorsten, Severin, Erhard**

Gymnastikraum Haupthaus, Rot und Blau	<b>10.30 – 11.30</b>	Seniorengymnastik mit Astrid Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Speisesaal Haupthaus	<b>15.00 – 16.00</b>	Wii Bowling, Kegeln mit der Wii Konsole
Regenbogen	<b>15.00 – 16.30</b>	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Annemarie

## **FREITAG, 09. Januar 2026**    **Namenstag: Alice, Adrian, Julian**

Jeweils auf Blau, Grün, Rot und Regenbogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
---	----------------------	--

## **SAMSTAG, 10. Januar 2026**    **Namenstag: Leonie, Gregor, Wilhelm**

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	<b>09.00 – 12.00</b> <b>14.00 – 14.45</b>	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	<b>15.00 – 17.30</b>	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

## **SONNTAG, 11. Januar 2026**    **Namenstag: Paulinus, Thomas**

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	<b>09.00 – 12.00</b> <b>14.00 – 14.45</b>	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	<b>15.00 – 17.30</b>	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

## **MONTAG, 12. Januar 2026**    **Namenstag: Tatjana, Xenia, Ernst**

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regebogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
--	----------------------	--

## **DIENSTAG, 13. Januar 2026**    **Namenstag: Jutta, Hilmar, Gottfried**

Gymnastikraum, Haupthaus, Grün	<b>10.30 – 11.30</b>	Seniorengymnastik mit Astrid Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
-----------------------------------	----------------------	---

## **MITTWOCH, 14. Januar 2026**    **Namenstag: Rainer, Felix, Engelmar**

Haupthaus und Regenbogen	<b>8.30 – 15.00</b>	Der Friseur kommt zu uns ins Haus: Bitte melden Sie sich an!
Jeweils auf Blau, Grün und Rot	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus, Blau, Rot und Grün	<b>10.30 – 11.30</b>	Sturzprophylaxe mit Birgit
Regenbogen	<b>10.45 – 11.45</b>	Seniorengymnastik mit Annemarie Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Blau	<b>15.00 – 16.30</b>	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Sonja

## **DONNERSTAG, 15. Januar 2026**    **Namenstag: Arnold**

Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Blau	<b>10.30 – 11.30</b>	Seniorengymnastik mit Astrid Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Speisesaal, Haupthaus	<b>15.00 – 16.00</b>	Musikantenstadl





## **FREITAG, 16. Januar 2026** Namenstag: Priscilla, Tillman, Theobald, Tasso

Jeweils auf Blau, Grün, Rot und Regenbogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Jeweils für Blau, Grün und Rot	<b>10.00 – 11.30</b>	Kreatives Gestalten mit Ina
Hauskapelle	<b>16.00 – 17.00</b>	Heilige Messe mit Predigt

## **SAMSTAG, 17. Januar 2026** Namenstag: Rosalina, Rosalind, Antonius

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>09.00 – 12.00</b> <b>14.00 – 14.45</b>	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>15.00 – 17.30</b>	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

## **SONNTAG, 18. Januar 2026** Namenstag: Margarethe, Priska, Regina, Ulfried, Uwe

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>09.00 – 12.00</b> <b>14.00 – 14.45</b>	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>15.00 – 17.30</b>	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

## **MONTAG, 19. Januar 2026** Namenstag: Martha, Pia, Marius, Mario

Regenbogen	<b>10.00 – 11.30</b>	Kreatives Gestalten mit Ina
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining



## DIENSTAG, 20. Januar 2026 **Namenstag: Ursula, Ute, Fabian, Sebastian**

Gymnastikraum, Haupthaus, Grün	<b>10.30 – 11.30</b>	Seniorengymnastik mit Ina Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Regenbogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining mit Sandra
Regenbogen	<b>15.00 – 16.00</b>	Musikantenstadl

## MITTWOCH, 21. Januar 2026 **Namenstag: Agnes, Ines, Meinrad**

Haupthaus und Regenbogen	<b>8.30 – 15.00</b>	Der Friseur kommt zu uns ins Haus: Bitte melden Sie sich an!
Jeweils auf Blau, Grün und Rot	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Gymnastikraum, Haupthaus, Blau, Rot und Grün	<b>10.30 – 11.30</b>	Gedächtnistraining mit Astrid
Regenbogen	<b>10.45 – 11.45</b>	Seniorengymnastik mit Annemarie Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Grün	<b>15.00 – 16.30</b>	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Karin
Gymnastikraum, Haupthaus, Blau, Rot und Grün	<b>15.00 – 16.00</b>	Yoga mit Diana



## **DONNERSTAG, 22. Januar 2026**    **Namenstag: Dietlinde, Vinzenz, Walther**

Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Blau	<b>10.30 – 11.30</b>	Seniorengymnastik mit Ina Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Speisesaal, Haupthaus	<b>15.00 – 16.00</b>	Bingo
Regenbogen	<b>15.00 – 16.30</b>	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Annemarie

## **FREITAG, 23. Januar 2026**    **Namenstag: Hartmut, Eugen**

Jeweils auf Blau, Grün, Rot und Regenbogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
---	----------------------	--

## **SAMSTAG, 24. Januar 2026**    **Namenstag: Vera, Arno, Franz**

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>09.00 – 12.00</b> <b>14.00 – 14.45</b>	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>15.00 – 17.30</b>	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

## **SONNTAG, 25. Januar 2026**    **Namenstag: Eberhard, Wolfram**

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>09.00 – 12.00</b> <b>14.00 – 14.45</b>	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>15.00 – 17.30</b>	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

## **MONTAG, 26. Januar 2026**    **Namenstag: Paula, Robert, Tim, Timo**

<b>Fortbildung der Betreuungskräfte – Heute findet keine Betreuung statt</b>		
--	--	--

## **DIENSTAG, 27. Januar 2026** Namenstag: **Antonia, Georg, Alrun**

**Fortbildung der Betreuungskräfte – Heute findet keine Betreuung statt**

## **MITTWOCH, 28. Januar 2026** Namenstag: **Caroline, Karl, Manfred**

Haupthaus und Regenbogen	<b>8.30 – 15.00</b>	Der Friseur kommt zu uns ins Haus: Bitte melden Sie sich an!
Jeweils auf Blau, Grün und Rot	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Regenbogen	<b>10.45 – 11.45</b>	Seniorengymnastik mit Annemarie Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr

## **DONNERSTAG, 29. Januar 2026** Namenstag: **Gerhard, Julius, Valerius**

Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Blau	<b>10.30 – 11.30</b>	Seniorengymnastik mit Astrid Bewegungsgeschichten, Sitztänze und vieles mehr
Speisesaal, Haupthaus	<b>15.00 – 16.00</b>	Schlagerparade
Regenbogen	<b>15.00 – 16.30</b>	Gemeinsamer Besuch der Cafeteria mit Annemarie

### **DER INNPARK MITTAGSTISCH FÜR GÄSTE**

Auch Gäste und Senioren aus der Nachbarschaft können am Mittagstisch im Innpark teilnehmen.

**Täglich zwei Gerichte zur Auswahl**

**Preis pro Mahlzeit: 6 Euro**

**Essenszeit: 12.15 - 13.15 Uhr**

Eine Anmeldung (mindestens einen Tag vorher) ist erforderlich.

Telefon: 08671 / 97870





## FREITAG, 30. Januar 2026 Namenstag: Adelgunde, Serena, Clarissa

Jeweils auf Blau, Grün, Rot und Regenbogen	<b>10.30 – 11.45</b>	Zeitungsrunde und anschließend Gedächtnistraining
Hauskapelle	<b>16.00 – 17.00</b>	Heilige Messe mit Predigt

## SAMSTAG, 31. Januar 2026 Namenstag: Emma, Luisa, Marcella, Eusebius

Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>09.00 – 12.00</b> <b>14.00 – 14.45</b>	Einzelbetreuung
Jeweils auf Blau, Rot, Grün und Regenbogen	<b>15.00 – 17.30</b>	Wir singen und musizieren gemeinsam die alten Lieder mit Christine

## Die Enkel **ÖFTER** sehen?

Dann zeigen Sie ihnen diese Anzeige!  
Wir bilden aus!

### Ausbildung zur Pflegefachkraft (m/w/d)

Das INNPARK Seniorenzentrum in Neuötting steht für moderne Altenpflege auf höchstem Niveau. Unsere Bewohner verdienen stets das Beste, und dafür setzen wir auf ein Team aus verschiedensten Fachbereichen.

Jetzt bist **DU** gefragt! Werde Teil unseres engagierten Teams: Wir suchen aktuell **Auszubildende für Pflegefachkräfte**. Tauche ein in eine Zukunft mit Perspektive und Herz!

SCHICKE DEINE BEWERBUNG VIA E-MAIL AN:  
[pflegedienstleitung@innpark-seniorenzentrum.de](mailto:pflegedienstleitung@innpark-seniorenzentrum.de)

Mehr Infos findest du unter:  
[INN PARK-SENIORENZENTRUM.DE](http://INN PARK-SENIORENZENTRUM.DE)



# Mitarbeiterinnen & Mitarbeiter Vorstellung

## Ina Hopfauf-Müller – Betreuungskraft

Ich heiße Ina Hopfauf-Müller, bin 48 Jahre alt und lebe mit meiner Familie in Altötting. Seit 26 Jahren bin ich glücklich verheiratet mit meinem Mann – zusammen haben wir drei wunderbare Kinder, die unser Leben jeden Tag bereichern.



Seit fast sechs Jahren bin ich nun als Betreuungskraft im Innpark tätig – ein Weg, der durch meine Mama Nadja und Frau Vogel zu mir gefunden hat. Meine Mama hat über 20 Jahre als Hauswirtschaftskraft auf dem Bereich Rot gearbeitet, und als sich bei mir beruflich eine Veränderung abzeichnete, war es Fr. Vogel, die mich ermutigte, den Schritt in die Betreuung zu wagen. Heute kann ich sagen: Ich habe diese Entscheidung keine Sekunde bereut.

Zuvor habe ich fast 20 Jahre lang beim Dehner in Neuötting gearbeitet – nach meiner Ausbildung zur Floristin bei Blumen Reitmeier. Die Liebe zu Blumen, Farben und Kreativität ist geblieben – und im Innpark finde ich viele Gelegenheiten, genau das auszuleben. Ob in der Werkgruppe, beim gemeinsamen Dekorieren oder bei kreativen Projekten: Es erfüllt mich, wenn ich anderen Menschen mit meinen Ideen eine Freude machen kann.

Das Schönste an meiner Arbeit ist das Lächeln unserer Bewohnerinnen und Bewohner. Wenn sie beim Basteln, Singen oder im Gespräch ihre Sorgen für einen Moment vergessen,

weiß ich: Ich habe etwas bewirkt. Das ist für mich der größte Lohn. Ich habe noch viele Ideen – eine davon ist das „Blumen Café“. Dort möchte ich gemeinsam mit Kolleginnen frische Blumen, Kaffee und ein kleines Gebäckstück anbieten – zu Preisen, die sich auch unsere Bewohner leisten können. Denn ich finde: Blumen gehören zum Leben dazu, nicht nur an Feiertagen.

Ich freue mich auf die kommenden Monate – auf viele gemeinsame Momente, neue Projekte und ein Miteinander, das von Herzlichkeit und Kreativität lebt.





# Lachen ist die beste Medizin

## UNSERE WITZE DES MONATS



Bei einem Zoobesuch sagt die **Mutter** besorgt zu ihrer **Tochter**:  
„Lisa, geh sofort von dem Löwen weg!“  
Meint **Lisa** treuherzig:  
„Wieso Mama? Ich tue ihm doch gar nichts!“

**Vater:** „Fritz, zeig mal dein Zeugnis!“  
**Fritz:** „Ich habe es Paul geliehen, er wollte seine Eltern erschrecken.“



Treffen sich zwei Bauern.

Sagt der **eine**:

„Stell dir vor, ich bin gestern mit dem Traktor in eine Radarfalle gefahren!“

„Und?“, meint der **andere**.

„Hat es geblitzt?“

„Nein, **GESCHEPPERT!**“



**Mariechen** fragt den **Arzt**:

„Hat das Medikament irgendwelche unangenehmen Nebenwirkungen?“

Daraufhin der **Arzt**:

„Ja! Du kannst morgen wieder in die Schule gehen!“



OBST  
DES  
MONATS

# Leuchtend, saftig, aromatisch

## Die Ananas im Januar

Im Januar, wenn die Welt draußen noch von frostigen Farben geprägt ist, schenkt uns die Ananas ein kleines Stück Exotik und Frische. Ihre unverkennbare Form mit der stacheligen Schale und der grünen Krone ist schon ein kleines Naturkunstwerk. Darin verbirgt sich sonnengelbes Fruchtfleisch, das durch sein süß-säuerliches Aroma an ferne, warme Länder erinnert. Diese Frucht bringt nicht nur Farbe auf den Teller, sondern auch ein Gefühl von Leichtigkeit und Frische. Während die Winterzeit oft schwer und träge erscheinen kann, lädt die Ananas dazu ein, mit jedem Stück ein wenig Wärme zu genießen. Sie ist ideal, um den Tag mit einem fruchtigen Akzent zu beginnen, als Snack zwischendurch oder als Begleiter zu anderen Winterobstsorten. Die Ananas im Januar ist wie ein sonniger Gruß aus dem Süden – lebendig, aromatisch und voller Geschmack.

### Von Südamerika in die Welt: Die Geschichte der Ananas

Die Geschichte der Ananas beginnt weit entfernt von winterlichen Tischen – nämlich in den tropischen Wäldern Südamerikas, vor allem im Gebiet des heutigen Paraguay und Südbrasilien. Dort wurde die Ananas bereits vor über 3000 Jahren von indigenen Völkern genutzt und geschätzt. Sie wussten ihren süßen Geschmack ebenso zu würdigen

wie ihre Fähigkeit, in den feuchten Regionen Südamerikas gut zu gedeihen. Die Frucht wurde nicht nur gegessen, sondern spielte auch in Ritualen und als wertvolles Tauschgut eine Rolle.

Als Christoph Kolumbus 1493 auf der Insel Guadeloupe zum ersten Mal auf die Ananas stieß, war dies der Beginn ihrer weltweiten Verbreitung. Die Frucht beeindruckte durch ihr exotisches Aussehen und ihren intensiven Duft – Eigenschaften, die sie für Europäer sofort begehrenswert machten. Über die spanischen und portugiesischen Handelsrouten gelangte sie bald nach Europa, Afrika und Asien. Im Europa der Barockzeit war die Ananas ein echtes Luxusgut. Sie galt als Statussymbol, wurde in prachtvollen Gewächshäusern – sogenannten Orangerien – kultiviert und bei Hofe präsentiert, wenn Gäste empfangen wurden. Selten und kostbar, wurde sie kaum gegessen, sondern vor allem gezeigt.

Erst im 19. Jahrhundert begann der großflächige kommerzielle Anbau – insbesondere in tropischen Plantagenregionen. Besonders Hawaii wurde zu einem Zentrum des Ananasanbaus, bevor später auch Länder wie Costa Rica, die Philippinen und Thailand große Erntemengen produzierten. In dieser Zeit wurde die Ananas aus dem exklusiven





Luxusgut zu einer Frucht, die auf Märkten rund um den Erdball zu finden war. Heute gehört sie zu den beliebtesten tropischen Früchten und ist im Januar ein willkommener Farbtupfer auf vielen Tischplatten.

## Vitamin C und mehr: Die Ananas als Winterhelfer

Die Ananas ist nicht nur ein Genuss für den Gaumen, sondern auch ein wertvoller Beitrag zu einer gesunden Ernährung – gerade im Januar, wenn die Tage kurz und das Immunsystem besonders gefordert ist. Besonders beeindruckend ist der hohe Gehalt an Vitamin C, einem wichtigen Antioxidans, das die Abwehrkräfte unterstützt und hilft, den Körper vor Infekten zu schützen. Eine Portion Ananas kann einen großen Teil des täglichen Vitamin-C-Bedarfs decken und so einen wichtigen Beitrag zur Stärkung des Immunsystems leisten.

Neben Vitamin C liefert die Ananas auch wertvolle Mineralstoffe wie Kalium und Magnesium. Kalium ist wichtig für den Wasserhaushalt und die Funktion von Nerven und Muskeln, während Magnesium bei vielen Stoffwechselprozessen unterstützt. Besonders spannend ist der Inhaltsstoff Bromelain, ein natürliches Enzym, das vor allem im Fruchtfleisch vorkommt. Es kann die Verdauung

von Proteinen fördern und wirkt entzündungshemmend. In der Volksmedizin wird Bromelain zudem eine positive Wirkung bei leichten Schwellungen oder Muskelverspannungen nachgesagt. Die Frucht besteht zu einem hohen Anteil aus Wasser und hat gleichzeitig einen moderaten Kaloriengehalt, was sie zu einer erfrischenden und leichten Zwischenmahlzeit macht. Durch ihren hohen Gehalt an Ballaststoffen regt sie zudem die Verdauung an und kann dafür sorgen, dass man sich länger satt fühlt – ein angenehmer Nebeneffekt nach den üppigen Festtagen. Insgesamt ist die Ananas also nicht nur ein aromatischer Genuss, sondern auch ein vielseitiger Gesundheitsbegleiter im Januar.

## Tropische Vielfalt in der Winterküche

Die Ananas bereichert die Küche mit einem fruchtig-exotischen Geschmack, der sich wunderbar mit winterlichen Aromen verbindet. Frisch geschnitten eignet sie sich hervorragend als Snack zwischendurch – saftig, aromatisch und mit einer angenehmen Süße. Besonders im Januar, wenn andere Obstsorten leicht und farblich zurückhaltend sind, bringt die Ananas Farbe und Frische auf den Tisch. Sie kann pur genossen werden, aber auch als Bestandteil von Obstplatten oder Fruchtschalen ein leuchtender Akzent sein.



In der süßen Küche lässt sich die Ananas vielseitig einsetzen. In warmen Joghurt- oder Quarkspeisen bringt sie eine erfrischende Note, in Desserts oder Cremes verleiht sie eine angenehme Balance zwischen Süße und Säure. Auch in Gebäck oder Kuchen kann sie als fruchtige Komponente für Abwechslung sorgen. Kombiniert mit Vanille, Kokos oder Zimt entstehen Aromen, die perfekt zur winterlichen Jahreszeit passen. Doch auch in herzhaften Gerichten zeigt die Ananas ihre Stärken. Besonders in Kombination mit Geflügel, Schweinefleisch oder Reisgerichten kann sie eine überraschend harmonische Rolle spielen. Ihr Saft eignet sich als Basis für exotische Saucen oder Marinaden, die herzhaften Speisen eine fruchtige Tiefe verleihen. In asiatisch inspirierten Gerichten oder Currys bringt sie eine fruchtige Leichtigkeit, die perfekt mit kräftigen Gewürzen harmoniert.

Auch als Getränk macht sich die Ananas beliebt: frisch gepresst als Saft oder als Bestandteil von Smoothies und exotischen Mixgetränken bringt sie einen fruchtigen Kick. Getrocknet oder kandiert ist sie eine süße Ergänzung in Müslis oder als Snack für unterwegs. Die Ananas passt sich zahlreichen kulinarischen Ideen an und bringt Farbe, Geschmack und tropisches Flair in die winterliche Küche.

## Mit Sonne im Herzen durch den Winter

Im Januar schenkt die Ananas ein Gefühl von Wärme, Frische und exotischem Genuss. Mit ihrem leuchtenden Aroma, den wertvollen Nährstoffen und ihrer kulinarischen Vielseitigkeit bringt sie nach den festlichen Tagen Farbe und Frische in die Küche. Ob pur genossen, in Desserts, herzhaften Gerichten oder Getränken – die Ananas ist ein fruchtiger Begleiter für den Start ins neue Jahr und lädt dazu ein, den Winter mit einem Hauch Süden zu feiern.





# Als die Januarfee das Glück suchte

**LEICHT HAT SIE ES NICHT IMMER, DIE JANUARFEE.** Ein Glück, dass sie viele viele Glückssteinchen in ihrem Gepäck mit sich trägt. Vielleicht ist auch eines für Dich dabei?

Am ersten Tag des neuen Jahres zog die Januarfee ins Land. Sie war ungeduldig und konnte es kaum erwarten, mit ihrer Arbeit zu beginnen. Das Jahr war neu und rein. Ihr Monat, der Januar, stellte den Anfang der kommenden Zeit dar. Die Januarfee lächelte. Sie liebte alles Neue und sie liebte ihren Monat. Voller Vorfreude schwebte sie über das Land. Das aber sah gar nicht neu aus. Es strahlte auch keine hoffnungsfrohe Glückseligkeit aus. Nein, alt und grau schien es zu sein. Verbraucht. Auch traurig irgendwie. Die Menschen und Tiere schienen unzufrieden zu sein mit dem Neuen, das das Jahr im Januar brachte. Viele Tiere schliefen, andere jagten stumm ihrer Nahrung hinterher. Müde schienen sie zu sein. Müde wirkten auch die Menschen. Müde, lustlos, auch ängstlich und bekümmert und dennoch schon wieder nervös und gestresst.

Was war los mit dem Januar? Ermüdete er das Land? Ließ er seine Bewohner nicht zur Ruhe kommen? Jagte er ihnen gar Furcht ein? Die Fee war bestürzt.

„Wurzelt das neue Jahr im Grau des Winters?“, rief sie aus. „Nein. So stelle ich mir das Leben in meinem Monat nicht vor. Auch im grauesten Grau schimmert ein Leuchten, ein Blau.“ Die Januarfee sah zum Himmel empor. Wolken. Dicke graue Wolken hingen über dem kahlen Land. Für fröhlich weiß glitzernden Winterschnee schien es noch nicht bereit zu sein. Es hatte nur Platz für Kälte, Feuchtigkeit und düstere Ungemütlichkeit. „Glück!“, murmelte die Fee. „Das Glück für das neue Jahr. Noch fehlt es. Oder zumindest der Glaube daran. Ihm Raum zu schaffen in meinem jungen Monat sollte meine wichtigste Aufgabe sein. In jeder kleinen leisen Freude steckt auch ein Stückchen Glück.“

Sie hob die Arme und breitete sie weit über dem Land aus. Und weit über das Land legte sich der Atem ihres blau-weiß-grau gestreiften, nach frischem Schnee, Vanille-Eis und heißer Schokolade duftenden Umhangs. Dabei sang sie ihr leises Lied vom kleinen Glück:

„Der Himmel ist grau,  
doch siehst du ein Blinken,  
ein schimmerndes Winken,  
in zaghaftem Blau?  
Unsichtbar versteckt,  
das Ziel noch verborgen,  
im Schleier des Morgen.  
Glück dem, der's entdeckt.  
Das Glück prägt die Zeit.  
Für jeden ein Stückchen  
vom ganz kleinen Glückchen  
für jeden bereit.  
Noch jung ist das Jahr.  
Doch ahnst du ein Freuen,  
ein Hoffen des Neuen  
stumm zauberzart klar.“

Die Januarfee sang ihr Lied viele Tage, und aus ihrem Zauberumhang fielen Millionen klitzekleiner Glücksteinchen auf Straßen und Dächer, in Höfe und Gärten, auf Wiesen und Felder, auf Berge und Wälder, auf Flüsse und Seen, auf Dörfer und Städte. Sie machten das Wintergrau jeden Tag ein bisschen heller und zauberten ein klitzekleines Lächeln in die Gesichter der Menschen.



# Wörtersuche

Finden Sie alle Wörter?

NEUJAHR, VORSÄTZE, ANANAS, GLÜCK, GESUNDHEIT, RADARFALLE,  
TURMBLÄSER, HARMONIE, LÖWE, BINGO, VITAMINE, GEMÜTLICH, TEE, BLUMEN,  
KREATIVITÄT, LACHEN

A	G	Q	U	R	G	L	G	Z	G	N	R	K	B	U	T	Ä	D
H	E	E	T	U	R	M	B	L	Ä	S	E	R	Q	M	A	I	O
T	S	H	C	X	C	O	D	I	A	E	U	U	C	Q	F	R	K
J	U	Ü	A	C	M	Ö	V	N	J	J	Y	Ü	J	W	Z	P	X
Ü	N	B	W	R	G	Y	A	E	C	O	P	E	N	A	T	B	A
J	D	Y	S	Ä	M	N	P	X	G	L	Ü	C	K	W	H	Q	M
N	H	X	R	A	A	O	A	N	E	R	B	W	T	I	R	R	E
B	E	Ü	A	W	V	L	N	J	R	Z	I	Q	M	N	K	N	V
O	I	F	D	I	B	Ö	Ö	I	G	E	M	Ü	T	L	I	C	H
N	T	L	A	R	J	W	E	W	E	N	P	W	U	M	K	D	E
B	Ä	E	R	E	Ä	E	K	D	E	U	S	K	A	Q	E	X	J
Ö	M	B	F	Ä	M	D	Ö	M	C	X	D	T	E	Z	T	P	W
A	H	T	A	R	W	F	U	W	F	Y	I	U	T	J	D	V	Ä
W	B	P	L	A	M	L	Ü	Ö	Z	V	S	Ä	Ä	P	J	E	Z
Z	B	M	L	R	B	U	D	L	C	A	S	H	L	P	Z	R	B
F	Z	M	E	C	Q	S	L	Ö	Ü	R	D	H	Ä	N	B	Z	I
X	O	T	E	E	Ö	I	A	M	O	V	Ö						N
Q	Z	Z	C	Y	R	A	C	V	W	U	S						G
Ä	Ä	G	H	R	I	K	H	O	B	Ä	T						O
T	Z	O	R	V	A	M	E	V	Ö	I	Z						L
E	M	R	I	S	J	C	N	X	X	G	P						J
K	D	K	R	E	A	T	I	V	I	T	Ä	T	Ö	A	C	H	J

DIE LÖSUNG KANN BEI DEN BETREUUNGSKRÄFTEN ANGEFRAGT WERDEN.