

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



HAUSZEITUNG

Juli

2026



Gemeinsam schmeckt es besser!

Wussten Sie schon? Der Mittagstisch im Innpark Seniorenzentrum ist nicht nur für unsere Bewohner da. Auch Senioren aus der Nachbarschaft und Gäste von außerhalb sind herzlich eingeladen, bei uns zu Mittag zu essen. In angenehmer Atmosphäre, im kühlen Keller des Innparks, erwartet unsere Gäste täglich eine warme Mahlzeit mit zwei Gerichten zur Auswahl. So entsteht eine schöne Gelegenheit, gut zu essen, ins Gespräch zu kommen und den Innpark als offenen Ort der Begegnung kennenzulernen.

Vielleicht kennen Sie jemanden aus Ihrem Umfeld, für den dieses Angebot interessant sein könnte. Ein Nachbar, eine Bekannte oder ein Familienmitglied freut sich vielleicht über ein gutes Mittagessen in Gemeinschaft.

Der Mittagstisch findet **täglich von 12.15 bis 13.15 Uhr** statt.

Eine Mahlzeit kostet **6 Euro**.

Für Gäste, die das Angebot zum **ersten Mal** nutzen, ist das Essen sogar **kostenlos**.

Eine Anmeldung ist mindestens einen Tag vorher telefonisch erforderlich unter: 08671 / 97870

Sprechen Sie das Angebot gerne weiter. Manchmal beginnt eine schöne Begegnung mit einer einfachen Einladung zum Mittagessen.



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:
pflagedienstleitung@innpark-seniorenzentrum.de**

**Mehr Infos findest du unter:
INN PARK-SENIORENZENTRUM.DE**





Liebe Leserinnen & Leser

Mit dieser Ausgabe unserer Heimzeitung möchten wir Ihnen wieder einen kleinen Einblick in das Leben im INNPARK Seniorenzentrum geben. Die vergangenen Wochen waren geprägt von schönen Momenten, persönlichen Begegnungen und besonderen Ereignissen, die unser Miteinander im Haus ausmachen.

Im Juli dürfen wir insgesamt 11 Geburtstage feiern. Jeder Geburtstag ist ein wertvoller Anlass, gemeinsam innezuhalten, Glückwünsche auszusprechen und den Tag in herzlicher Atmosphäre zu verbringen. Wir freuen uns über diese schönen Momente und wünschen allen Geburtstagskindern von Herzen Gesundheit, Freude und viele gute Augenblicke im neuen Lebensjahr. Gleichzeitig gehören auch Abschiede zu unserem Leben im INNPARK. In den vergangenen Monaten mussten wir uns von vier Bewohnern verabschieden. Unsere Gedanken sind bei ihren Angehörigen und allen Menschen, die ihnen nahestanden. Wir bewahren die gemeinsame Zeit in dankbarer Erinnerung.

Ein besonderer Beitrag dieser Ausgabe ist unserer Mitarbeiterin Hedi Rettenböck gewidmet. Nach vielen Jahren im INNPARK verabschiedet sie sich in den wohlverdienten Ruhestand. Mit ihrem Einsatz, ihrer Erfahrung und ihrer herzlichen Art hat sie unser Haus über lange Zeit mitgeprägt. Dafür sagen wir von Herzen Danke und wünschen ihr für den neuen Lebensabschnitt alles Gute.

Auch unser „Obst des Monats“ darf nicht fehlen. Dieses Mal steht die Heidelbeere im Mittelpunkt. In unserem Artikel erfahren Sie mehr über diese kleine, aromatische Frucht, ihre Geschichte, ihre gesundheitlichen Eigenschaften und ihre Verwendung in der Küche.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen, Entdecken und Erinnern. Schön, dass Sie Teil unserer Gemeinschaft im INNPARK sind.

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

Handelsregister Traunstein HRB 12986

GESCHÄFTSFÜHRUNG

Eberhard Jach

REDAKTION

Peter Fähndrich (V.i.S.d.P.)

REDAKTIONSSCHLUSS

24.06.2026

GESTALTUNG & LAYOUT

Luehnsen Heinrich GmbH
Atelierstraße 1
81671 München

DRUCK

WIRmachenDRUCK GmbH
Mühlbachstraße 7
71522 Backnang

Herzlich Willkommen

Wir freuen uns, zwei neue 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!

Hr. Christmeier Franz
ROT

Fr. Eichinger Therese
REGENBOGEN

CAFETERIA ÖFFNUNGSZEITEN

Im Juli 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 Juli genussvoll zu verbringen!

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
		01.07.26 Geöffnet	02.07.26 Geöffnet	03.07.26 Geöffnet	04.07.26 Geschlossen	05.07.26 Geschlossen
06.07.26 Geöffnet	07.07.26 Geschlossen	08.07.26 Geöffnet	09.07.26 Geöffnet	10.07.26 Geöffnet	11.07.26 Geschlossen	12.07.26 Geöffnet
13.07.26 Geöffnet	14.07.26 Geschlossen	15.07.26 Geöffnet	16.07.26 Geöffnet	17.07.26 Geöffnet	18.07.26 Geschlossen	19.07.26 Geöffnet
20.07.26 Geöffnet	21.07.26 Geschlossen	22.07.26 Geöffnet	23.07.26 Geöffnet	24.07.26 Geöffnet	25.07.26 Geschlossen	26.07.26 Geöffnet
27.07.26 Geöffnet	28.07.26 Geschlossen	29.07.26 Geöffnet	30.07.26 Geöffnet	31.07.26 Geöffnet		

Festlichkeiten & Veranstaltungen

IM JAHRESKREIS



Januar

Neujahrskonzert

Wir starten ins neue Jahr!



Februar

Faschingsfeier

Helau!



Mai

Maifeier mit Maibaumaufstellen

Alles neu macht der Mai!



August

Dultbierprobe

Hopfen und Malz, Gott erhalt's!



September

Sommerfest

Sonnenschein und gute Laune!



Oktober

Oktoberfest

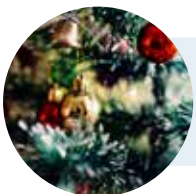
Der goldene Oktober wird gefeiert



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 JULI

In diesem Monat dürfen wir gleich sechs 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.

Hr. Franz Christlmeier
BLAU

02.07.2026

90 Jahre

Hr. Hofstetter Dieter
REGENBOGEN

02.07.2026

79 Jahre

Hr. Strasser Franz
ROT

02.07.2026

87 Jahre

Hr. Johann Schmidt
ROT

04.07.2026

84 Jahre

Hr. Erich Kainzberger
ROT

06.07.2026

92 Jahre

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



Fr. Theresia Rad

REGENBOGEN

07.07.2026

87 Jahre

Hr. Jürgen Spichale

REGENBOGEN

13.07.2026

74 Jahre

Fr. Sigrid Seemann

GRÜN

17.07.2026

85 Jahre

Hr. Rosa Unterhuber

ROT

21.07.2026

85 Jahre

Fr. Irene Kreuzer

BLAU

21.07.2026

86 Jahre

Fr. Marianna Auer

GRÜN

28.07.2026

100 Jahre



WOLFGANG RICHTER

Auszüge aus meiner Kindheit

EPISODE 2

Wenn ich mich richtig entsinne, war es eine Lanz Bulldoge, die keuchend einen Hänger hinter sich herzog. Aufregend, denn ich hörte ein Gequicke ohne Ende. Ich konnte es kaum abwarten, bis der Traktorist (ich kannte ihn nicht) das Geheimnis seiner Ladung lüftete.

Die seitliche Planke klappte nach unten und was ich da zu sehen bekam, ließ mein Herz höherschlagen. Acht Frischlinge, so nannte man junge Ferkel von Wildschweinen. Sofort ratterte es meinem, Kopf, wo bringe ich diesen wilden Haufen unter. Der Ziegenstall, dachte ich, bot eigentlich genügend Platz. Außerdem wurde dadurch gleichzeitig die Versorgung gesichert, war meine Vorstellung. Es war schon eine Kunst diese Rasselbande in den Ziegenstall zu bekommen, aber was dann passierte, hatte ich nicht erwartet. Die Ziegen verteidigten ihr Stallrevier, indem sie nach den Frischlingen traten, die quickend gegen Stallverschalung geschleudert wurden. Ach du meine Güte, was soll ich nur machen? Zusätzlich wurden die Hühner durch die Unruhe und den Lärm aufgescheucht und flatterten in heller Aufregung durch den ganzen Stall und die Schafe blöckten zu guter Letzt auch noch in dieses Konzert mit ein.

Heulend verkroch ich mich in eine Stallecke und wartete auf meine Mutter, die auch bald von der Arbeit kam. „Meine Güte, mein Junge, was hast du bloß wieder angerichtet“?

Die Strafe für mich: eine Woche Stubenarrest. Fand ich unfair.

Dafür sorgte mein Vater für eine echte Überraschung am Ende der Woche. In der dritten Episode erfahrt ihr mehr darüber.



**Wir mussten uns von folgenden Mitbewohnern
im Mai und Juni verabschieden:**

83 Jahre

† 21.05.2026

**Hr. Hettwer Karl
Heinz**
BLAU

103 Jahre

† 25.05.2026

**Fr. Schmuck
Adelheid**
REGENBOGEN

86 Jahre

† 28.05.2026

**Hr. Fischer Franz
Xaver**
ROT

95 Jahre

† 01.06.2026

**Fr. Lerch
Anneliese**
BLAU

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



Unser Betreuungsprogramm

im Juli

Hinweis zum Veranstaltungsplan: Bitte beachten Sie, dass alle im Veranstaltungsplan angekündigten Veranstaltungen unter Vorbehalt stattfinden. Aufgrund derzeit laufender Trocknungsmaßnahmen im Haus kann es kurzfristig zu Änderungen, Verschiebungen oder Ausfällen einzelner Angebote kommen. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis und informieren Sie selbstverständlich rechtzeitig über mögliche Änderungen.

MITTWOCH, 01. Juli 2026

Namenstag: Eckhard, Dietrich, Aaron

Haupthaus und Regenbogen	8.30 – 15.00	Friseur im Haus Friseurbesuch direkt vor Ort – bitte anmelden
Gymnastikraum, Haupthaus	10.30 – 11.30	Gedächtnistraining Zusammen das Gedächtnis aktivieren und stärken mit Astrid
Regenbogen	10.45 – 11.45	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Sandra

DONNERSTAG, 02. Juli 2026

Namenstag: Wiltrud, Sven, Jakob

Türkis OG	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Türkis EG	10.30 – 11.30	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Ina

FREITAG, 03. Juli 2026 Namenstag: Ramona, Mona, Ramon, Anatol

Gymnastikraum, Haupthaus	10.00 – 11.30	Kreatives Gestalten Basteln und kreatives Arbeiten in geselliger Runde mit Ina
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen

SAMSTAG, 04. Juli 2026 Namenstag: Berta, Isabel, Hasso, Ulrich, Uwe

Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	10.00 – 12.30 14.00 – 16.30	Einzelbetreuung Zeit für persönliche Zuwendung und individuelle Beschäftigung
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	15.00 – 17.30	Musikalische Runde Singen und Musizieren mit Christine

SONNTAG, 05. Juli 2026 Namenstag: Letizia, Kyrilla, Albrecht, Anton

Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	10.00 – 12.30 14.00 – 16.30	Einzelbetreuung Zeit für persönliche Zuwendung und individuelle Beschäftigung
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	15.00 – 17.30	Musikalische Runde Singen und Musizieren mit Christine

MONTAG, 06. Juli 2026 Namenstag: Marietta, Goar

Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Regebogen	10.30 – 11.30	Senioren yoga Sanfte Bewegung für Körper und Seele in ruhiger Atmosphäre mit Verena

DIENSTAG, 07. Juli 2026 Namenstag: Edda, Edelburga, Willibald

Jeweils auf Türkis EG, Rot und Regebogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum, Haupthaus, Türkis OG	10.30 – 11.30	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Birgit

MITTWOCH, 08. Juli 2026 **Namenstag: Amalia, Kilian, Edgar**

Haupthaus und Regenbogen	8.30 – 15.00	Friseur im Haus Friseurbesuch direkt vor Ort – bitte anmelden
Gymnastikraum, Haupthaus	10.30 – 11.30	Gedächtnistraining Zusammen das Gedächtnis aktivieren und stärken mit Astrid
Regenbogen	10.45 – 11.45	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Sandra

DONNERSTAG, 09. Juli 2026 **Namenstag: Hermine, Veronika, Adrian**

Türkis OG	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Türkis EG	10.30 – 11.30	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Ina
Cafeteria	Ab 18.00	Italienischer Eis Abend Leckeres Eis genießen in gemütlicher Runde.

FREITAG, 10. Juli 2026 **Namenstag: Engelbert, Erich, Olaf, Knud, Raphael**

Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Hauskapelle	16.00 – 17.00	Gottesdienst mit Predigt Miteinander zur Ruhe kommen, zuhören und Kraft im Glauben finden

SAMSTAG, 11. Juli 2026 **Namenstag: Rachel, Olga, Benedikt, Oliver**

Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	9.00 – 12.30 14.00 – 16.30	Einzelbetreuung Zeit für persönliche Zuwendung und individuelle Beschäftigung
Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	15.00 – 17.30	Musikalische Runde Singen und Musizieren mit Christine

SONNTAG, 12. Juli 2026 **Namenstag: Henriette, Johannes, Siegbert**

Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	9.00 – 12.30 14.00 – 16.30	Einzelbetreuung Zeit für persönliche Zuwendung und individuelle Beschäftigung
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	15.00 – 17.30	Musikalische Runde Singen und Musizieren mit Christine

MONTAG, 13. Juli 2026 **Namenstag: Mildred, Sara, Heinrich, Arno**

Regenbogen	10.00 – 11.30	Kreatives Gestalten Basteln und kreatives Arbeiten in geselliger Runde mit Ina
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum Haupthaus	10.30 – 11.30	Senioren yoga Sanfte Bewegung für Körper und Seele in ruhiger Atmosphäre mit Verena

DIENSTAG, 14. Juli 2026 **Namenstag: Ulrich, Roland, Camillo**

Jeweils auf Türkis EG, Rot und Regebogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum, Haupthaus, Türkis OG	10.30 – 11.30	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Astrid
Regenbogen	15.00 – 16.00	Musikantenstadl Die Livemusik genießen, mitsingen und schöne Erinnerungen teilen

MITTWOCH, 15. Juli 2026 **Namenstag: Annemarie, Rudolf, Waldemar, Egon**

Haupthaus und Regenbogen	8.30 – 15.00	Friseur im Haus Friseurbesuch direkt vor Ort – bitte anmelden
Gymnastikraum, Haupthaus	10.30 – 11.30	Gedächtnistraining Zusammen das Gedächtnis aktivieren und stärken mit Astrid

DONNERSTAG, 16. Juli 2026 Namenstag: Carmen, Irmgard, Reinhilde

Türkis OG	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Türkis EG	10.30 – 11.30	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Ina
Speisesaal, Haupthaus	15.00 – 16.00	Musikantenstadl Die Livemusik genießen, mitsingen und schöne Erinnerungen teilen

FREITAG, 17. Juli 2026 Namenstag: Marina, Gabriele, Donatan, Clemens, Koloman

Haupthaus	10.00 – 11.30	Kreatives Gestalten Basteln und kreatives Arbeiten in geselliger Runde mit Ina
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Regenbogen	15.00 – 16.30	Kinonachmittag Einen schönen Film genießen und entspannte Stunden erleben mit Sandra

SAMSTAG, 18. Juli 2026 Namenstag: Radegunde, Friedrich, Arnold, Arnulf

Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	9.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung Zeit für persönliche Zuwendung und individuelle Beschäftigung
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	15.00 – 17.30	Musikalische Runde Singen und Musizieren mit Christine

SONNTAG, 19. Juli 2026 Namenstag: Maren, Reto, Bernulf

Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	9.00 – 12.00 14.00 – 14.45	Einzelbetreuung Zeit für persönliche Zuwendung und individuelle Beschäftigung
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	15.00 – 17.30	Musikalische Runde Singen und Musizieren mit Christine

MONTAG, 20. Juli 2026 Namenstag: Margit, Margot, Greta, Elias, Volkmар

Jeweils auf Türkis, Rot
und Regebogen

10.15 – 11.30

Gemeinsam informiert

Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen

DIENSTAG, 21. Juli 2026 Namenstag: Julia, Stella, Daniela, Daniel, Lorenz

Jeweils auf Türkis EG,
Rot und Regebogen

10.15 – 11.30

Gemeinsam informiert

Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen

Gymnastikraum,
Haupthaus, Türkis OG

10.30 – 11.30

Sitzgymnastik mit Spaß

Kleine Bewegung – große Wirkung mit Astrid

MITTWOCH, 22. Juli 2026 Namenstag: Elvira, Marlene, Magda, Magdalena, Alena, Lena

Haupthaus und
Regenbogen

8.30 – 15.00

Friseur im Haus

Friseurbesuch direkt vor Ort – bitte anmelden

Gymnastikraum,
Haupthaus

10.30 – 11.30

Gedächtnistraining

Zusammen das Gedächtnis aktivieren und stärken
mit Astrid

Regenbogen

10.45 – 11.45

Sitzgymnastik mit Spaß

Kleine Bewegung – große Wirkung mit Sandra

DONNERSTAG, 23. Juli 2026 Namenstag: Brigitta, Birgit, Britta, Apollinaris, Birger

Türkis OG

10.15 – 11.30

Gemeinsam informiert

Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen

Gymnastikraum,
Haupthaus,
Rot und Türkis EG

10.30 – 11.30

Sitzgymnastik mit Spaß

Kleine Bewegung – große Wirkung mit Astrid

Gymnastikraum,
Haupthaus

15.15 – 16.15

Schlagerparade

Bekannte alte Schlager hören, singen und
genießen.



FREITAG, 24. Juli 2026 Namenstag: Sieglinde, Luise, Christina, Christoph

Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Hauskapelle	16.00 – 17.00	Gottesdienst mit Predigt Miteinander zur Ruhe kommen, zuhören und Kraft im Glauben finden

SAMSTAG, 25. Juli 2026 Namenstag: Valentina, Thea, Herta, Thomas

Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	9.00 – 12.30 14.00 – 16.30	Einzelbetreuung Zeit für persönliche Zuwendung und individuelle Beschäftigung
Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	15.00 – 17.30	Musikalische Runde Singen und Musizieren mit Christine

SONNTAG, 26. Juli 2026 Namenstag: Anna, Anita, Anja, Antje, Anke, Annika, Nina, Anka

Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	9.00 – 12.30 14.00 – 16.30	Einzelbetreuung Zeit für persönliche Zuwendung und individuelle Beschäftigung
Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	15.00 – 17.30	Musikalische Runde Singen und Musizieren mit Christine

MONTAG, 27. Juli 2026 Namenstag: Natalie, Natascha, Pantaleon, Berthold

Regenbogen	10.00 – 11.30	Kreatives Gestalten Basteln und kreatives Arbeiten in geselliger Runde mit Ina
Jeweils auf Türkis, Rot und Regenbogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum Haupthaus	15.15 – 16.00	Senioren yoga Sanfte Bewegung für Körper und Seele in ruhiger Atmosphäre mit Verena



DIENSTAG, 28. Juli 2026 Namenstag: Adele, Alphonsa, Beat, Manuel

Jeweils auf Türkis EG, Rot und Regebogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum, Haupthaus, Türkis OG	10.30 – 11.30	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Astrid

MITTWOCH, 29. Juli 2026 Namenstag: Martha, Lucilla, Flora, Ladislaus

Haupthaus und Regenbogen	8.30 – 15.00	Friseur im Haus Friseurbesuch direkt vor Ort – bitte anmelden
Gymnastikraum, Haupthaus	10.30 – 11.30	Gedächtnistraining Zusammen das Gedächtnis aktivieren und stärken mit Astrid
Regenbogen	10.45 – 11.45	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Sonja

DONNERSTAG, 30. Juli 2026 Namenstag: Beatrix, Ingeborg, Inga, Leopold, Bogdan

Türkis OG	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen
Gymnastikraum, Haupthaus, Rot und Türkis EG	10.30 – 11.30	Sitzgymnastik mit Spaß Kleine Bewegung – große Wirkung mit Sonja
Gymnastikraum, Haupthaus	15.15 – 16.15	Märchenstunde In liebevolle Märchen eintauchen und Erinnerungen wecken.

FREITAG, 31. Juli 2026 Namenstag: Marina, Gabriele, Donatan, Clemens, Koloman

Haupthaus	10.00 – 11.30	Kreatives Gestalten Basteln und kreatives Arbeiten in geselliger Runde mit Ina
Jeweils auf Türkis, Rot und Regebogen	10.15 – 11.30	Gemeinsam informiert Morgenrunde mit Zeitung und Gesprächen





Mitarbeiterinnen & Mitarbeiter Vorstellung

Hedi Rettenböck – Liebe geht durch den Magen



Ende Juni verabschiedet sich unsere langjährige Mitarbeiterin Hedi Rettenböck in den wohlverdienten Ruhestand. Ganz verlassen wird sie den Innpark aber nicht, denn glücklicherweise bleibt sie uns auch weiterhin für einige Stunden im Monat erhalten.

Hedi wurde in Linden bei Dietramszell geboren und kam bereits im Alter von zwei Jahren nach Neu-
markt-St. Veit. Heute lebt sie mit ihrem Mann in Neuötting. Sie ist Mutter eines Sohnes und von Zwilling-
mädchen und blickt auf viele erfüllte Jahre im Berufsleben zurück. Gelernt hat sie den Beruf der Haus-
wirtschafterin. Zum Innpark führte sie ein besonderer Weg: Nachdem ihre Mutter im Jahr 2011 bei uns
eingezogen war und ihr das Miteinander sowie die Atmosphäre im Haus sehr gut gefielen, erkundigte sich

Hedi nach einer freien Stelle. 2013 begann sie ihre Tätigkeit
zunächst in der Hauswirtschaft und wechselte kurze Zeit
später in die Küche. Dort war sie über viele Jahre eine ver-
lässliche und geschätzte Kollegin. Mit großem Einsatz, Fleiß
und Herzlichkeit erledigte sie ihre Aufgaben stets gewissen-
haft. Wer Hedi kennt, weiß, dass sie sich für keine Arbeit zu
schade war und immer dort anpackte, wo Unterstützung ge-
braucht wurde. Eine besondere Freude bereitete sie uns mit
ihrer großen Leidenschaft: dem Backen. Jahr für Jahr hat Hedi
für den gesamten Innpark köstliche Plätzchen gebacken und
damit vielen Menschen eine Freude gemacht. Diese liebe-
volle Tradition ist etwas ganz Besonderes und wird uns noch
lange in guter Erinnerung bleiben. Wenn Hedi auf ihre Zeit im
Innpark zurückblickt, denkt sie an viele schöne Begegnungen,

aber auch an herausfordernde Momente. Dennoch ist sie immer gerne zur Arbeit gekommen. Besonders
die vielen netten Menschen, die sie hier kennenlernen durfte, werden ihr in Erinnerung bleiben.

Nun beginnt für sie ein neuer Lebensabschnitt. Sie freut sich darauf, mehr Zeit mit ihrem Mann und
ihrer Familie zu verbringen. Besonders gerne unterstützt sie ihre Töchter bei ihrem Hobby mit den
Pferden. Auch gemeinsame Essen, Familientreffen und gemütliche Spieleabende mit Freunden wer-
den künftig noch mehr Raum finden.

Ihr Lebensmotto lautet: „Wer freundlich zu anderen ist, wird auch freundlich und nett behandelt.“
Liebe Hedi, wir danken dir von Herzen für deine langjährige Treue, deinen unermüdlichen Einsatz
und die vielen kleinen und großen Dinge, mit denen du unseren Alltag bereichert hast. Für deinen
Ruhestand wünschen wir dir alles Gute, Gesundheit, viele schöne Momente mit deiner Familie und
weiterhin viel Freude beim Backen.

Schön, dass du dem Innpark auch weiterhin verbunden bleibst!

Vielen
Dank
liebe
Hedi!

Lachen ist die beste Medizin

UNSERE WITZE DES MONATS



Wie nennt man
einen Matrosen, der
sich nicht wäscht?

Meerschweinchen.



Ein Känguru hoppelt
durch die Steppe. Aus
dem Beutel schaut
ein kleiner Pinguin
und schimpft:

„Doofer Schüler austausch!“

UNTERHALTEN SICH ZWEI KERZEN:

„IST WASSER EIGENTLICH GEFÄHRLICH?“

„DAVON KANNST DU AUSGEHEN.“



Wird ein Mann von der Polizei angehalten.
Sagt der Beamte:

„Sie haben ein Stoppschild überfahren!“

Sagt der Mann:

„Oh! Hoffentlich ist es nicht schwer
verletzt!“



Kleine Beere, großer Sommer- geschmack

OBST
DES
MONATS

DIE HEIDELBEERE

Wenn im Juli die Heidelbeeren Saison haben, kommt ein Stück Sommer auf den Teller. Die kleinen, blauen Früchte wirken auf den ersten Blick unscheinbar, doch sie bringen viel mit: eine schöne Farbe, ein feines Aroma und eine angenehme Mischung aus Süße und leichter Frische. Viele kennen sie noch aus der Kindheit, vom Pflücken im Wald, von blauen Fingern oder von einem warmen Heidelbeerkuchen aus der Küche. Je nach Region heißen sie Blaubeeren, Heidelbeeren, Schwarzbeeren oder Waldbeeren. Gemeint ist meist dieselbe kleine Fruchtfamilie, auch wenn es zwischen wilden Waldheidelbeeren und größeren Kulturheidelbeeren deutliche Unterschiede gibt. Gerade diese Mischung aus Vertrautheit und Vielfalt macht die Heidelbeere so interessant. Sie ist ein Obst, das Erinnerungen weckt, gut in den Sommer passt und in der Küche auf ganz unterschiedliche Weise Freude bereitet.

Aus Wald, Heide und Garten

Die Geschichte der Heidelbeere beginnt nicht auf großen Obstplantagen, sondern in Wäldern, Heiden und moorigen Landschaften. Die heimische Waldheidelbeere, botanisch *Vaccinium myrtillus*, gehört zur Familie der Heidekrautgewächse. Sie wächst vor allem dort, wo der Boden eher sauer ist und die Pflanze genügend Licht

findet. In vielen Regionen Europas ist sie seit langer Zeit bekannt. Bevor Obst ganz selbstverständlich im Handel erhältlich war, wurden Heidelbeeren wild gesammelt. Sie waren eine saisonale Gabe der Natur, die frisch gegessen, eingekocht, getrocknet oder zu einfachen Süßspeisen verarbeitet wurde.

Auch die vielen regionalen Namen zeigen, wie vertraut diese Frucht den Menschen war. Ob Blaubeere, Heidelbeere, Schwarzbeere oder Waldbeere: Jede Bezeichnung erzählt ein wenig von der Nähe zwischen Mensch, Landschaft und Jahreszeit. Besonders einprägsam ist die kräftige Farbe der Waldheidelbeere. Wer sie pflückt oder isst, kennt die blauen Finger, Lippen und Zähne. Der Grund dafür liegt in den natürlichen Pflanzenfarbstoffen, den Anthocyanen, die bei der Waldheidelbeere nicht nur in der Schale, sondern auch im Fruchtfleisch enthalten sind.

Die heute im Handel besonders häufig angebotenen Kulturheidelbeeren haben eine andere Geschichte. Sie stammen nicht direkt von der europäischen Waldheidelbeere ab, sondern gehen vor allem auf nordamerikanische Arten zurück. Seit Beginn des 20. Jahrhunderts wurden sie gezielt gezüchtet und angebaut. Ihre Früchte



sind meist größer, fester und länger lagerfähig. Das Fruchtfleisch bleibt hell, weil die Farbstoffe vor allem in der Schale sitzen. Deshalb färben Kulturheidelbeeren deutlich weniger. Geschmacklich sind sie oft milder und süßer, während Waldheidelbeeren meist kleiner, dunkler und intensiver im Aroma sind. Beide Formen haben ihren eigenen Reiz und zeigen, wie wandelbar diese kleine blaue Frucht ist.

Blaue Farbe, wertvolle Inhaltsstoffe

Heidelbeeren passen gut in eine ausgewogene Ernährung. Sie bestehen zu einem großen Teil aus Wasser, schmecken angenehm fruchtig und liefern zugleich verschiedene wertvolle Inhaltsstoffe. Dazu gehören Ballaststoffe, Vitamin C, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe. Besonders bekannt sind die Anthocyane. Diese natürlichen Farbstoffe geben vielen Heidelbeeren ihre blauviolette Farbe. Sie gehören zu den Pflanzenstoffen, die im Zusammenhang mit antioxidativen Eigenschaften genannt werden. Das bedeutet: Sie können dazu beitragen, Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Wichtig ist dabei eine sachliche Einordnung. Heidelbeeren sind keine Wunderfrucht und ersetzen keine ausgewogene Ernährung. Sie können diese aber auf schmackhafte Weise ergänzen.

Auch die Ballaststoffe machen Heidelbeeren interessant. Sie unterstützen eine normale Verdauung und sorgen dafür, dass Obst nicht nur süß schmeckt, sondern auch sättigender wirkt als viele stark verarbeitete

Süßspeisen. Vitamin C trägt unter anderem zur normalen Funktion des Immunsystems bei. Gleichzeitig sind Heidelbeeren leicht und vielseitig, was sie gerade im Sommer angenehm macht.

Zwischen Waldheidelbeeren und Kulturheidelbeeren gibt es kleine Unterschiede. Waldheidelbeeren färben stärker, weil ihre Pflanzenfarbstoffe auch im Fruchtfleisch sitzen. Kulturheidelbeeren haben meist ein helles Fruchtfleisch und färben kaum. Beim Gehalt an Vitaminen und Mineralstoffen bestehen nach Angaben der Warenkunde keine grundsätzlichen großen Unterschiede. Im Geschmack zeigt sich der Unterschied stärker: Waldheidelbeeren sind oft aromatischer und etwas herber, Kulturheidelbeeren milder, größer und süßer. So lässt sich je nach Vorliebe die passende Beere auswählen.

Vielseitig in der Sommerküche

In der Küche gehören Heidelbeeren zu den besonders vielseitigen Sommerfrüchten. Sie lassen sich frisch genießen, warm verarbeiten oder als fruchtige Ergänzung in vielen Speisen einsetzen. Frische Heidelbeeren passen gut zu Joghurt, Quark, Müsli, Porridge, Obstsalat oder leichten Desserts. Ihre angenehme Süße verbindet sich sehr gut mit milden Milchprodukten, Vanille, Zitrone, Haferflocken, Mandeln und feinem Gebäck. Gerade in einfachen Speisen bringen sie Farbe, Frische und einen natürlichen Fruchtgeschmack. Auch warm entfalten Heidelbeeren ihren eigenen Charakter. Sie eignen sich für Kompott, Fruchtsaucen, Grützen, Ku-

chen, Aufläufe, Pfannkuchen oder süße Hauptspeisen. Waldheidelbeeren geben dabei besonders viel Farbe ab und sorgen für ein kräftiges Aroma. Kulturheidelbeeren behalten durch ihre Größe und festere Schale oft besser ihre Form. Deshalb wirken sie in Gebäck, Obstsalaten oder Desserts optisch sehr ansprechend.

Interessant ist auch, dass Heidelbeeren nicht nur zu Süßspeisen passen. In kleinen Mengen können sie herzhaften Gerichten eine fruchtige Note geben, etwa zu mildem Käse, Sommersalaten oder kräftigeren Speisen mit feiner Sauce. Solche Kombinationen zeigen, dass die Heidelbeere mehr kann, als nur Kuchen zu schmücken.

Beim Umgang mit frischen Beeren ist etwas Sorgfalt hilfreich. Reife Heidelbeeren sind prall, unbeschädigt und haben oft eine natürliche, helle Bereifung auf der Schale. Diese ist kein Makel, sondern ein Zeichen der Frische. Gewaschen werden sollten die Beeren am besten erst kurz vor dem Verzehr. So bleiben sie länger schön und behalten ihr feines Aroma.



Sommerlich, vielseitig und vertraut

Die Heidelbeere ist eine Frucht, die wunderbar in den Juli passt. Sie ist leicht, aromatisch, farbenfroh und vielseitig. Zugleich trägt sie viel Geschichte in sich: von der wild gesammelten Waldfrucht bis zur heute beliebten Kulturheidelbeere. Ihre blaue Farbe, ihr feiner Geschmack und ihre gute Verwendbarkeit machen sie zu einem Obst, das in vielen Küchen seinen festen Platz hat. Ob frisch, als Kompott, in Gebäck, zu Milchprodukten oder als fruchtige Ergänzung zu sommerlichen Speisen: Heidelbeeren bringen Abwechslung und Freude auf den Teller. Besonders schön ist, dass sie vertraut und zugleich interessant bleiben. In jeder kleinen Beere steckt ein Stück Natur, ein Hauch Sommer und eine leise Erinnerung an Wald, Sonne und gemeinsame Genussmomente.





Als die Julifée die Sommerwärme brachte

Eine Geschichte über das Sommerwetter im Juli, über Sonne, Wärme, Gewitter, eine Fee und unzufriedene Wettergeister

„Die Julifée bringt nicht nur Wärme, sondern auch kleine Sommerträume.“

„Wärmel! Ich bringe Wärme dem Land. Mein Monat ist als Sonnenmonat bekannt. Jeder liebt Wärme. Die Menschen, Tiere, Blumen, Bäume. Ihnen allen bringe ich Wärme und bunte Sommerträume.“

Fröhlich sang die Julifée ihr Lied. Sie lag auf einer Wolke und sammelte Regentropfen auf.

In der Nacht hatte sie ein Gewitter übers Land geschickt, um die Schwüle zu verjagen. Nun winkte sie die Sonne herbei. Der Tag sollte wieder ein Sonnentag werden.

Gierig leckten und fraßen die Sonnenstrahlen die Regentropfenperlen vom Laub der Büsche und Bäume, von Wiesen, Straßen, Pfützen, Dächern, Parks und Gärten und schickten sie himmelwärts.

„Keine Bange“, rief die Julifée. „Der Juli ist ein Sommersonnenmonat und ich werde für Wärme sorgen.“

Sie schüttelte ihren sonnengelb strahlenden Umhang und breitete ihn sorgfältig über dem Land aus. Im gleichen Moment schwebten Millionen und Abermillionen klitzekleiner Wärmewölkchen aus dem Umhang. Wie puderfeiner Wolkenstaub verteilten sie sich überall. Sie setzten sich selbst auf Menschenköpfe und -schultern, auf Tierohren und -nasen, auf Blütenknospen und -stängel, auf Blattspitzen, Grashalme, Autodächer und überall dort, wo man auf einen Junisonnensommer wartete.

Wie herrlich warm und sommerlich und ferienfaul fühlte sich das

an! Alle freuten sich über die Wärme der Julifée. Sie liebten die wundervolle Sommerluft, die Sonne, den blauen Himmel und den leisen Sommerwind. Die Freude der Menschen und der Natur erfüllte die gute Fee des Sommers mit großer Zufriedenheit. Sie schloss für ein Weilchen die Augen, legte das Haupt auf ihren sonnengelben Umhang und schlief ein.

Sie schlummerte lange und mit ihr dösten auch Menschen und Tiere. Sie waren träge und auch ein bisschen faul an heißen Julitagen. Am liebsten ließen sie es sich gut gehen, genossen den Tag, saßen in einem schattigen Eckchen oder lagen unter Bäumen im Gras. Andere gingen ins Schwimmbad oder setzten sich an einen Bach oder Brunnen und plantschten mit den Füßen im erfrischend kühlen Wasser. Wie schön war doch der Ferienmonat Juli!

Nur die Wettergeister waren mit der ‚Arbeit‘ der Julifée nicht einverstanden. Sie ärgerten sich sehr, bis kleine Ärgerschweißperlen von ihrem Antlitz tropften. Diese Ärgertröpfchen wiederum sorgten dafür, dass es im Land immer schwüler wurde. So schwül, dass die Julifée aus ihrem „kurzen“ Nickerchen erwachte.

„Oh“, murmelte sie betroffen und riss ihren Umhang, der sich nun sehr heiß anfühlte, hoch. „Mein Umhang. Ich muss ihn kühlen. Schnell! Schnell!“

Und sie rief – schnell schnell – die Winde herbei. Die brachten ihre Freunde, die Wolken, die Blitze und Donnerschläge mit und so begann das Juli-Wetterspiel mit einem heftigen Gewitter von neuem.

Wörtersuche

Finden Sie alle Wörter?

FLÜSSIGKEITSZUFUHR, WELTMEISTERSCHAFT, SCHATTEN, HITZEFREI, BADEHOSE, BIKINI, GLÜHWÜRMCHEN, SOMMERBRISSE, LUFTMATRATZE, SOMMERGEWITTER, WOLKENLOS, WASSERMELONE, EISTEE, HEIDELBEERE, PINGUIN, MEERSCHWEINCHEN, FRISCHLING, NICHTSTUN, ZITRONENEIS, SANDALEN

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

DIE LÖSUNG KANN BEI DEN BETREUUNGSKRÄFTEN ANGEFRAGT WERDEN.