



AGAPLESION
BETHESDA ULM

PROGRAMM
RESIDENZ DONAUUFER

Februar 2025

AGAPLESION BETHESDA
WOHNEN & PFLEGEN ULM GmbH
Zollernring 28, 89073 Ulm
T (0731) 187-5200
www.bethesda-ulm.de

Wöchentliche ANGEBOTE im Februar 2025

Wochentag

Programm

Montag

09:00 Uhr Gruppe 1
14:30 Uhr Gruppe 2
Saal Donauufer

“Sturzprophylaxe Gruppe 1 und 2“

Bewegungsübungen zur Verbesserung der Kraft und des Gleichgewichts
mit Marko Vrbancic.

Montag

siehe Aushang

Online Veranstaltung



Mittwoch

8:45 Uhr
Saal Donauufer

“Chi Gong“

Den eigenen inneren Fluss mit Hui Chi Gong zum Fließen bringen - mit Marko Vrbancic.

Mittwoch

16:30 Uhr
Saal Donauufer

“ Faszien- und Qi-Training“

Der Rücken ist mehr als eine Wirbelsäule –
mit Heidemarie Windauer

Donnerstag

09:00 Uhr – 09:45 Uhr
Treffpunkt an der Rezeption

Ich bin dann mal weg! – flotter Spaziergang mit Bewegungspausen.
Ohne Rollator oder Geh-Hilfen.

mit Marko Vrbancic

Donnerstag

10:00 Uhr – 10:45 Uhr
Treffpunkt an der Rezeption

Spaziergang Richtung AU – mit Rollator oder Geh-Hilfen

Wir gehen mit unseren Rollatoren oder Geh-Hilfen spazieren und üben zusätzlich Balance und Kraft.
mit Marko Vrbancic

Freitag

15:00 Uhr
Clubraum

„Frauen-Freitag“

Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch

Donnerstag

siehe Aushang

Online Veranstaltung „ViLE-Webinar“



Samstag

8:45 Uhr
Clubraum

“Kognitives Gedächtnistraining“

Ganzheitliches Kognitives Training nach Dr. med. Franziska Stengel für alle, die ihre Gehirnleistung erhalten und verbessern möchten - mit Ulrike Stier

Samstag

10:15 Uhr
Saal Donauufer

“Wirbelsäulen – Beckenbodengymnastik im Sitzen“

Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit –
mit Marko Vrbancic

GOTTESDIENST

Dienstag, 04. Februar

15:30 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

christliches Singen mit N. Fadani

Dienstag, 11. Februar

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

katholischer Gottesdienst

Dienstag, 18. Februar

15:30 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

christliches Singen mit N. Fadani

Dienstag, 25. Februar

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Gottesdienst mit Pastor Moritz Starke

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort

Informationen

Mittwoch, 05. Februar

14:30 Uhr

Restaurant Donauufer

Geburtstagskaffee-Runde

Alle im November geborenen Bewohner werden zu Kaffee und Kuchen eingeladen.

Mittwoch, 05. Februar

17:00 Uhr – 18:00 Uhr

Büro Residenzleitung

Monatliche Sprechstunde mit Frau Einsiedel

Wir möchten Ihnen wieder die Möglichkeit geben persönliche Dinge anzusprechen.

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort	Informationen	
Samstag, 01. Februar 16:00 Uhr Clubraum	NOVERRE: YOUNG CHOREOGRAPHERS 2025 Live from the Schauspielhaus Stuttgart	
Montag, 03. Februar 19:00 Uhr Andachtsraum/Saal Donauufer	geistlicher Impuls mit Frau Weisgräber	
Sonntag, 09. Februar 20:00 Uhr Clubraum	Online Vortrag Der Mensch vor Gott in Gedanken, Worten und Werken Philotheo-Vorträge im Grenzbereich von Philosophie und Theologie	Katholische Erwachsenenbildung Ulm-Alb-Donau e.V
Mittwoch, 19. Februar 19:00 Uhr Clubraum	Singkreis Liederauswahl ist vorhanden	
Donnerstag, 20. Februar 10:00 Uhr Eingang Donau Bad Neu-Ulm	Wassergymnastik im Donau Bad Neu-Ulm! - Wassergymnastik im Thermalbecken - Zeit zur freien Verfügung (insgesamt 3 Stunden Aufenthalt) - ein Kaltgetränk oder ein leckeres Eis nach Wahl im Bistro. Bitte um Anmeldung bis zum 17.02.2025 an der Rezeption	
Freitag, 21. Februar 17:00-17:45 Uhr Entspannungsraum amb. REHA 18:00-18:30 Uhr Entspannungsraum amb. REHA	Klangreise – eine Zeit für mich mit Sandra Schniederjan Einfach abschalten, den Klängen der Klangschalen, Koshi und Gong sowie der gesprochenen Fantasiereise lauschen, die Gedanken treiben lassen und entspannen. Atemschule – mit Sandra Schniederjan da gute Atmung und Körperwahrnehmung auch im Alter sehr wichtig sind. Bitte um Anmeldung an der Rezeption (9 Teilnehmer)	