



AGAPLESION
BETHESDA ULM

PROGRAMM
RESIDENZ DONAUUFER

April 2024

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

Wöchentliche ANGEBOTE im April 2024

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.**

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

Donnerstag „Männer-Runde“

14:30 Uhr
Clubraum
Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch

Freitag

15:00 Uhr
Clubraum
Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch

„Frauen-Freitag“

Donnerstag

18:00 Uhr
Clubraum

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 Ulrike Stier

April 2024

GOTTESDIENST

Dienstag, 16.04.2024

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Evangelischer Gottesdienst mit Pfarrerin Vetter

Dienstag, 23.04.2024

16:00 Uhr

Andachtsraum/ Saal Donauufer

Gottesdienst mit Frau Weisgräber

Vorschau

Anfang Mai

14:30 Uhr

Restaurant Donauufer

Geburtstagskaffee

für alle Bewohner die im April geboren wurden.

Die monatliche Sprechstunde mit Frau Stier findet vorerst nicht statt.

Sollten Sie akuten Gesprächsbedarf haben können Sie jederzeit bei Frau Vovk unter der

Durchwahl -5200 einen gemeinsamen Termin vereinbaren.

April 2024

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort	Informationen
Freitag, 12. April 14:30 Uhr Restaurant Donauufer	Geburtstagskaffee-Runde Alle im März geborenen Bewohner werden zu Kaffee und Kuchen eingeladen.
Freitag, 05. April 19:00 Uhr Clubraum	Online Übertragung der katholischen Erwachsenenbildung – Hildegard von Bingen Äbtissin - Prophetin – Heilige Wir stellen Leben und Wirken der heiligen Hildegard vor und zeigen, wie Äbtissinnen selbstbewusst ein kirchliches Leitungsamt ausübten.
Mittwoch, 10. April 14:30 Uhr Clubraum	Gesprächskreis – Körper und Geist auf die Sprünge helfen Inkl. Kaffee und Kuchen – mit Frau Kässbohrer Bitte um Anmeldung an der Rezeption
Mittwoch, 17. April 19:00 Uhr Clubraum	Singkreis Liederauswahl ist vorhanden
Donnerstag, 18. April 09:45 Uhr Eingang Donaabad Neu-Ulm	Wassergymnastik im Donaabad Neu-Ulm! Was erwartet uns: - 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 15.04.2023 an der Rezeption
Freitag, 26. April 17:00 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. Bitte um Anmeldung an der Rezeption (9 Teilnehmer)