



AGAPLESION
BETHESDA ULM

**PROGRAMM
RESIDENZ DONAUUFER**

April 2025

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

Wöchentliche ANGEBOTE im April 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, 01. April

15:30 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Christliches Singen mit N. Fadani

Dienstag, 08. April

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Katholischer Gottesdienst

Dienstag, 15. April

15:30 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Christliches Singen mit N. Fadani

Dienstag, 22. April

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Gottesdienst mit Pastor M. Starke

Dienstag, 29. April

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Gottesdienst mit Pastor M. Starke

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort

Informationen

Mittwoch, 09. April

15:30 Uhr

Restaurant Donauufer

Geburtstagskaffee-Runde

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

Mittwoch, 02. April

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

Freitag, 04. April

Trittsicher – Infoveranstaltung! zur Studie

09:00 Uhr – 10:30 Uhr
Saal Donauufer

siehe beiliegende Infobroschüre



Freitag, 11. April

Osterbasteln

10:00 Uhr
Clubraum

Bitte um verbindliche Anmeldung bis 07.April

Freitag, 11. April

Klangreise – eine Zeit für mich mit Sandra Schniederjan

17:00-17:45 Uhr
Entspannungsraum amb. REHA

Einfach abschalten, den Klängen der Klangschalen, Koshi und Gong sowie der gesprochenen Fantasiereise lauschen, die Gedanken treiben lassen und entspannen.

18:00-18:30 Uhr
Entspannungsraum amb. REHA

Atemschule – mit Sandra Schniederjan

da gute Atmung und Körperwahrnehmung auch im Alter sehr wichtig sind.

Bitte um Anmeldung an der Rezeption (9 Teilnehmer)

Montag, 14. April

Geistlicher Impuls mit Frau Weisgräber

19:00 Uhr
Andachtsraum/Saal Donauufer

Mittwoch, 16. April

Singkreis

19:00 Uhr
Clubraum

Liederauswahl ist vorhanden

entfällt Osterferien

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.