



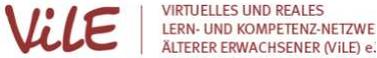
AGAPLESION  
BETHESDA ULM

**PROGRAMM  
RESIDENZ DONAUUFER**

**April 2025**

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

# Wöchentliche ANGEBOTE im April 2025

Wochentag	Programm
<b>Montag</b> 09:00 Uhr Gruppe 1 14:30 Uhr Gruppe 2 Saal Donauufer	<b>“Sturzprophylaxe Gruppe 1 und 2“</b>  Bewegungsübungen zur Verbesserung der Kraft und des Gleichgewichts <b>mit Marko Vrbancic.</b>
<b>Montag</b>  <b>siehe Aushang</b>	Online Veranstaltung 
<b>Mittwoch</b> 8:45 Uhr Saal Donauufer	<b>“Chi Gong“</b> Den eigenen inneren Fluss mit Hui Chi Gong zum Fließen bringen - <b>mit Marko Vrbancic.</b>
<b>Mittwoch</b> 16:30 Uhr Saal Donauufer	<b>“ Faszien- und Qi-Training“</b> Der Rücken ist mehr als eine Wirbelsäule – <b>mit Heidemarie Windauer</b>
<b>Donnerstag</b>  09:00 Uhr – 09:45 Uhr Treffpunkt an der Rezeption	<b>Ich bin dann mal weg!</b> – flotter Spaziergang mit Bewegungspausen. Ohne Rollator oder Geh-Hilfen.  <b>mit Marko Vrbancic</b>
<b>Donnerstag</b>  10:00 Uhr – 10:45 Uhr Treffpunkt an der Rezeption	<b>Spaziergang Richtung AU – mit Rollator oder Geh-Hilfen</b> Wir gehen mit unseren Rollatoren oder Geh-Hilfen spazieren und üben zusätzlich Balance und Kraft. <b>mit Marko Vrbancic</b>
<b>Freitag</b>  15:00 Uhr Clubraum	<b>„Frauen-Freitag“</b>  Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch
<b>Donnerstag</b>  <b>siehe Aushang</b>	Online Veranstaltung „ViLE-Webinar“ 
<b>Samstag</b>  8:45 Uhr Clubraum	<b>“Kognitives Gedächtnistraining“</b> Ganzheitliches Kognitives Training nach Dr. med. Franziska Stengel für alle, die ihre Gehirnleistung erhalten und verbessern möchten - <b>mit Ulrike Stier</b>
<b>Samstag</b>  10:15 Uhr Saal Donauufer	<b>“Wirbelsäulen – Beckenbodengymnastik im Sitzen“</b>  Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit – <b>mit Marko Vrbancic</b>

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

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

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.