



AGAPLESION
BETHESDA ULM

**PROGRAMM
RESIDENZ DONAUUFER**

Februar 2026

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

Wöchentliche ANGEBOTE im Februar 2026

Wochentag	Programm
Montag 09:00 Uhr Saal Donauufer	„Sturzprophylaxe Gruppe 1“ Bewegungsübungen zur Verbesserung der Kraft und des Gleichgewichts
14:30 Uhr Saal Donauufer	„Sturzprophylaxe Gruppe 2“ mit Sabine Hirschberger
Montag Clubraum	siehe Aushang
Mittwoch 8:45 Uhr Saal Donauufer	Online Veranstaltung
	
Mittwoch 16:45 Uhr Saal Donauufer	“Chi Gong” Den eigenen inneren Fluss mit Hui Chi Gong zum Fließen bringen – mit Marko Vrbancic.
Mittwoch 16:45 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 Clubraum	siehe Aushang
Donnerstag Freitag	Online Veranstaltung „ViLE-Webinar“
Freitag 15:00 Uhr Clubraum	„Frauen-Freitag“ Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch
Samstag 08:45 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

GOTTESDIENST

Dienstag, 10. Februar	Katholischer Gottesdienst
16:00 Uhr	
Andachtsraum/Saal Donauufer	
Dienstag, 17. Februar	Christliches Singen
16:00 Uhr	
Andachtsraum/Saal Donauufer	
Dienstag, 24. Februar	Gottesdienst mit M. Starke
16:00 Uhr	
Andachtsraum/Saal Donauufer	

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort	Informationen
Mittwoch, 04. Februar	Monatliche Sprechstunde mit Frau Einsiedel
17:00 Uhr – 18:00 Uhr	
Büro Residenzleitung	Wir möchten Ihnen wieder die Möglichkeit geben persönliche Dinge anzusprechen.
Mittwoch, 04. Februar	Geburtstagskaffee-Runde
14:30 Uhr	
Restaurant Donauufer	Alle im Vormonat geborenen Bewohner werden zu Kaffee und Kuchen eingeladen

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort	Informationen	
Mittwoch, 11. Februar 16:00 – 16:45 Uhr Saal Donauufer	Classic Mobil SWR Symphonie Orchester Kammerkonzert <u>Live</u> bei uns Bitte um Anmeldung an der Rezeption	
Freitag, 13. Februar 17:00-17:45 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.	
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, 16. Februar Nachmittag Restaurant Donauufer	Faschingsmontag im Restaurant Donauufer jede Faschingsverkleidung wird mit einem kostenlosen Faschingskrapfen belohnt.	
Mittwoch, 18. Februar 19:00 Uhr Clubraum	Singkreis sucht neue Teilnehmer !!! Liederauswahl ist vorhanden	
Donnerstag, 26. Februar 09:30 Uhr Treffpunkt Empfang	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 an der Rezeption bis zum 23.02.26	