



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](http://www.bethesda-ulm.de)



# Wöchentliche ANGEBOTE im Februar 2026

Wochentag	Programm
<b>Montag</b> 09:00 Uhr Saal Donauufer	<b>„Sturzprophylaxe Gruppe 1“</b> Bewegungsübungen zur Verbesserung der Kraft und des Gleichgewichts
14:30 Uhr Saal Donauufer	<b>„Sturzprophylaxe Gruppe 2“</b> mit <b>Sabine Hirschberger</b>
<b>Montag</b>  Clubraum	<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 - mit <b>Marko Vrbancic</b> .
<b>Mittwoch</b> 16:45 Uhr Saal Donauufer	<b>“ Faszien- und Qi-Training”</b> Der Rücken ist mehr als eine Wirbelsäule – mit <b>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.  mit <b>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. mit <b>Marko Vrbancic</b>
<b>Donnerstag</b>  Clubraum	<b>siehe Aushang</b> Online Veranstaltung „ViLE-Webinar“  <small>VIRTUELLES UND REALES LERN- UND KOMPETENZ-NETZWERK ÄLTERER ERWACHSENER (ViLE) e.V.</small>
<b>Freitag</b>  15:00 Uhr Clubraum	<b>„Frauen-Freitag“</b>  Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch
<b>Samstag</b>  08:45 Uhr Clubraum	<b>“Kognitives Gedächtnistraining”</b> Ganzheitliches Kognitives Training nach Dr. med. Franziska Stengel für alle, die ihre Gehirnleistung erhalten und verbessern möchten - mit <b>Ulrike Stier</b>
<b>Samstag</b>  10:15 Uhr Saal Donauufer	<b>“Wirbelsäulen – Beckenbodengymnastik im Sitzen”</b>  Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit – mit <b>Ulrike Stier</b>

# GOTTESDIENST

**Dienstag, 10. Februar**

**16:00 Uhr**

**Andachtsraum/Saal Donauufer**

**Katholischer Gottesdienst**

**Dienstag, 17. Februar**

**16:00 Uhr**

**Andachtsraum/Saal Donauufer**

**Christliches Singen**

**Dienstag, 24. Februar**

**16:00 Uhr**

**Andachtsraum/Saal Donauufer**

**Gottesdienst mit M. Starke**

# VERANSTALTUNGSPROGRAMM

**Datum / Zeit / Ort**

**Informationen**

**Mittwoch, 04. Februar**

**17:00 Uhr – 18:00 Uhr**

**Büro Residenzleitung**

**Monatliche Sprechstunde mit Frau Einsiedel**

Wir möchten Ihnen wieder die Möglichkeit geben persönliche Dinge anzusprechen.

**Mittwoch, 04. Februar**

**14:30 Uhr**

**Restaurant Donauufer**

**Geburtstagskaffee-Runde**

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 Live 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**