AGAPLESION
BETHESDA ULM

PROGRAMM
RESIDENZ DONAUUFER

November 2026

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

Wöchentliche ANGEBOTE im November 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 **Marco Vrbancic**
Montag **Clubraum**	Online Veranstaltung zawiw | studium generale
Mittwoch **8:45 Uhr** **Saal Donauufer**	**“Chi Gong”** Den eigenen inneren Fluss mit Hui Chi Gong zum Fließen bringen – **mit Marko Vrbancic**.
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**	Online Veranstaltung „ViLE-Webinar“ ViLE VIRTUELLES UND REALES LERN- UND KOMPETENZ-NETZWERK ÄLTERER ERWACHSENER (ViLE) e.V.
Freitag **15:00 Uhr** **Clubraum**	**„Frauen-Freitag“** Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch
Samstag **08:45 Uhr** **Saal Donauufer**	**“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, 03. November **16:00 Uhr** **Andachtsraum/Saal Donauufer**	**Christliches Singen**
Dienstag, 10. November **16:00 Uhr** **Andachtsraum/Saal Donauufer**	**Katholischer Gottesdienst**
Dienstag, 17. November **16:00 Uhr** **Andachtsraum/Saal Donauufer**	**Christliches Singen**
Dienstag, 24. November **16:00 Uhr** **Andachtsraum/Saal Donauufer**	**Gottesdienst** mit **Pfarrer M. Starke**

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

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

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort	Informationen
Montag, 02.11.2026 **19:00 Uhr** **Andachtsraum** **Saal Donauufer**	**geistlicher Impuls** mit **Frau Weisgräber**
Mittwoch, 04.11.2026 **13:00 – 16:00 Uhr** **Saal Donauufer**	**Modemobil** Als mobiles Modehaus bringt das Modemobil die neuesten Kollektionen zu Ihnen und präsentiert sie in einer entspannten und fröhlichen Atmosphäre. MODE MOBIL Mode, die zu Ihnen kommt Herbst Kollektion
Donnerstag 12.11.2026 **19:00 Uhr** **Clubraum**	**Singkreis sucht immer neue Teilnehmer !!!** Beliebte Volkslieder zum mitsingen
Freitag, 13.11.2026 **17:00-17:45 Uhr** **Entspannungsraum amb. REHA** **18:00-18:30 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. **Atemschule** – mit Sandra Schniederjan da gute Atmung und Körperwahrnehmung auch im Alter sehr wichtig sind. **Bitte um Anmeldung an der Rezeption (9 Teilnehmer)**
Mittwoch, 18.11.2026 **19:00 Uhr** **Clubraum**	**Der Petersdom in Rom** **Große Kirchen der Christenheit** kfb Katholische Erwachsenenbildung Ulm-Alb-Donau e.V Referent/in Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker, Leiter der keb Ulm-Alb-Donau;
Donnerstag, 19.11.2026 **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 16.11.26**