



AGAPLESION
BETHESDA ULM



**PROGRAMM
RESIDENZ DONAUUFER**

Oktober 2026

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

Wöchentliche ANGEBOTE im Oktober 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 
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“  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, 06. Oktober

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Christliches Singen mit **Nicole Fadani**

Dienstag, 13. Oktober

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Katholischer Gottesdienst

Dienstag, 20. Oktober

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Christliches Singen mit **Nicole Fadani**

Dienstag, 27. Oktober

16:00 Uhr

Andachtsraum/Saal Donauufer

Gottesdienst mit Pfarrer **M. Starke**

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort

Informationen

Mittwoch, 07. Oktober

14:30 Uhr

Restaurant Donauufer

Geburtstagskaffee-Runde

Alle im Vormonat geborenen Bewohner werden zu Kaffee und Kuchen eingeladen

Mittwoch, 07. Oktober

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

Mittwoch, 21. Oktober

Singkreis sucht immer neue Teilnehmer !!!



19:00 Uhr
Clubraum

Beliebte Volkslieder zum mitsingen

Donnerstag, 22. Oktober

Wassergymnastik im Donau Bad Neu-Ulm!

09:30 Uhr
Treffpunkt Empfang

- 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 19.10.26

Freitag, 23. Oktober

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, 26. Oktober

geistlicher Impuls mit Frau Weisgräber

19:00 Uhr
Andachtsraum
Saal Donauufer



Freitag, 30. Oktober

Highlights - Elbphilharmonie

18:00 Uhr
Clubraum

NDR
Elbphilharmonie
Orchester

