



AGAPLESION
BETHESDA ULM

**PROGRAMM
RESIDENZ DONAUUFER**

März 2026

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

Wöchentliche ANGEBOTE im März 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	siehe Aushang	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	siehe Aushang	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 10:15 Uhr Saal Donauufer	“Wirbelsäulen – Beckenbodengymnastik im Sitzen” Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit – mit Marco Vrbancic	

GOTTESDIENST

Dienstag, 03. März 16:00 Uhr Andachtsraum/Saal Donauufer	Christliches Singen
Dienstag, 10. März 16:00 Uhr Andachtsraum/Saal Donauufer	Katholischer Gottesdienst
Dienstag, 17. März 16:00 Uhr Andachtsraum/Saal Donauufer	Christliches Singen
Dienstag, 24. März 16:00 Uhr Andachtsraum/Saal Donauufer	Gottesdienst mit Pfarrer M. Starke
Dienstag, 31. März 16:00 Uhr Andachtsraum/Saal Donauufer	Christliches Singen

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

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

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

Datum / Zeit / Ort	Informationen	
Mittwoch, 13. März 15:00 Uhr Saal Donauufer	Die Schwäbische Alb in Wandel der Jahreszeiten Der Landschafts- und Naturfotograf Steffen Steinhäuser nimmt Sie in seiner stimmungsvollen Multimedia-Bildershow auf eine Reise durch das Jahr	
Mittwoch, 18. März 19:00 Uhr Clubraum	Singkreis sucht neue Teilnehmer !!! Liederauswahl ist vorhanden	
Donnerstag, 19. März 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 16.03.26	
Freitag, 20. März 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)	
Montag, 23. März 19:00 Uhr	geistlicher Impuls mit Frau Weisgräber Andachtsraum Saal Donauufer	
Montag 23. März – Donnerstag 26. März Clubraum	Frühjahrsakademie 2026 ZusammenLeben. Verbinden statt spalten vom 23. – 26. März Bitte um Anmeldung an der Rezeption (9 Teilnehmer)	