



Veranstaltungskalender
für Bewohner
August 2018

KATHARINENHOF® 

IM UFERPALAIS
PREMIUM RESIDENZ 



Wir freuen uns auf Sie!



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner des KATHARINENHOF IM UFERPALAIS,

Wir wünschen Ihnen eine wunderbare Sommerzeit auf unserer Terrasse am Spandauer See.

Beachten Sie bitte, dass Sie sich für alle Ausflüge vorher anmelden müssen.

Dies können Sie täglich ab 16.00 Uhr an unserer Rezeption erledigen.

Damit Ihre Anmeldung erfolgreich ist, müssen Sie sie gleich bar oder per Abbuchung bezahlen.

Bei Rücktritt von der Anmeldung für eine Tagesfahrt gelten folgende Stornogebühren:

Bis 8 Tage vorher – kostenlos, vom 7. Tag bis zum Tag der Fahrt – 100% der Kosten.

Außer es sind besondere Fahrten wie z.B. „Nächtliche Schlösserimpressionen“.

Alle Fahrten sind Rollatoren geeignet und werden von uns betreut.

Ihr KATHARINENHOF IM UFERPALAIS-Team



Veranstaltungen

August 2018

Mi	1	Altstadt-Transfer	
Do	2		
Fr	3	Ausflug „Nächtliche Schlösserimpressionen“	geführter Bewohnerspaziergang
Sa	4	Boule-Spiel im Konzertsaal	
So	5		
Mo	6	Sanftes Yoga für Späteinsteiger	Bunte Bastelei
Di	7		
Mi	8	Altstadt-Transfer	offenes Singen
Do	9		
Fr	10	geführter Bewohnerspaziergang	
Sa	11	Boule-Spiel im Konzertsaal	
So	12		
Mo	13	Sanftes Yoga für Späteinsteiger	Bunte Bastelei
Di	14		
Mi	15	Altstadt-Transfer	offenes Singen
Do	16		
Fr	17	geführter Bewohnerspaziergang	
Sa	18	Boule-Spiel im Konzertsaal	
So	19		
Mo	20	Sanftes Yoga für Späteinsteiger	Bunte Bastelei
Di	21		
Mi	22	Altstadt-Transfer	offenes Singen
Do	23		
Fr	24	geführter Bewohnerspaziergang	
Sa	25	Boule-Spiel im Konzertsaal	
So	26		
Mo	27	Sanftes Yoga für Späteinsteiger	Bunte Bastelei
Di	28		
Mi	29	Altstadt-Transfer	offenes Singen
Do	30	Ausflug „Senftenberger See mit Solarkatamaran“	
Fr	31	geführter Bewohnerspaziergang	



Mittwoch 01.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik

9:10 Uhr
9:30 Uhr
9:50 Uhr
10:10 Uhr*Anmeldung an der Rezeption erbeten!*

Altstadt-Transfer



10:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergruppe



11:00 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Konzertsaal – mit Frau Kutarba

„Offenes Singen“



19:00 Uhr

Clubraum – Skatrunde

Geselliger Spielabend





Donnerstag 02.08.2018

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik





Freitag 03.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Sturzprophylaxe



10:50 Uhr

Gymnastikraum

Zirkel-/Gleichgewichtstraining



15:30 Uhr

Treffpunkt Rezeption

Geführter Bewohnerspaziergang



18:00 Uhr

Ausflug

„Nächtliche Schlösserimpressionen“

Ausgebucht!





Samstag 04.08.2018

9:30 Uhr

Treffpunkt Konzertsaal
Boule Spiel



Sonntag 05.08.2018

Je älter man wird, desto mehr verallgemeinert sich alles, und wenn die Welt nicht ganz und gar verschwinden soll, so muß man sich zu denen halten, welche sie aufzubauen im Stande sind.

Johann Wolfgang von Goethe





Montag 06.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik I



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik II



15:00 Uhr

Gymnastikraum mit Frau Rühlmann

Sanftes Yoga für Späteinsteiger



15:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag



15:30 Uhr

Raum im 4. OG

„Die bunte Bastelei“



15:30 Uhr

Clubraum

Rommé und Canasta



17:00 Uhr

Clubraum

„Die neue Englischgruppe“





Dienstag 07.08.2018

9:00 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik



9:15 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



9:45 Uhr

Gymnastikraum

Qigong



10:30 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



16:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag





Mittwoch 08.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik

9:10 Uhr
9:30 Uhr
9:50 Uhr
10:10 Uhr*Anmeldung an der Rezeption erbeten!*

Altstadt-Transfer



10:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergruppe



11:00 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Konzertsaal – mit Frau Kutarba

„Offenes Singen“



19:00 Uhr

Clubraum – Skatrunde

Geselliger Spielabend





Donnerstag 09.08.2018

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik





Freitag 10.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Sturzprophylaxe



10:50 Uhr

Gymnastikraum

Zirkel-/Gleichgewichtstraining



15:30 Uhr

Treffpunkt Rezeption

Geführter Bewohnerspaziergang





Samstag 11.08.2018

9:30 Uhr

Treffpunkt Konzertsaal
Boule Spiel



Sonntag 12.08.2018



Was ist vergeßlicher als Dankbarkeit?

Friedrich von Schiller



Montag 13.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik I



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik II



15:00 Uhr

Gymnastikraum mit Frau Rühlmann

Sanftes Yoga für Späteinsteiger



15:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag



15:30 Uhr

Raum im 4. OG

„Die bunte Bastelei“



15:30 Uhr

Clubraum

Rommé und Canasta



17:00 Uhr

Clubraum

„Die neue Englischgruppe“





Dienstag 14.08.2018

9:00 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik



9:15 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



9:45 Uhr

Gymnastikraum

Qigong



10:30 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



16:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag





Mittwoch 15.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik

9:10 Uhr
9:30 Uhr
9:50 Uhr
10:10 Uhr*Anmeldung an der Rezeption erbeten!*

Altstadt-Transfer



10:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergruppe



11:00 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Konzertsaal – mit Frau Kutarba

„Offenes Singen“



19:00 Uhr

Clubraum – Skatrunde

Geselliger Spielabend





Donnerstag 16.08.2018

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik





Freitag 17.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Sturzprophylaxe



10:50 Uhr

Gymnastikraum

Zirkel-/Gleichgewichtstraining



15:30 Uhr

Treffpunkt Rezeption

Geführter Bewohnerspaziergang





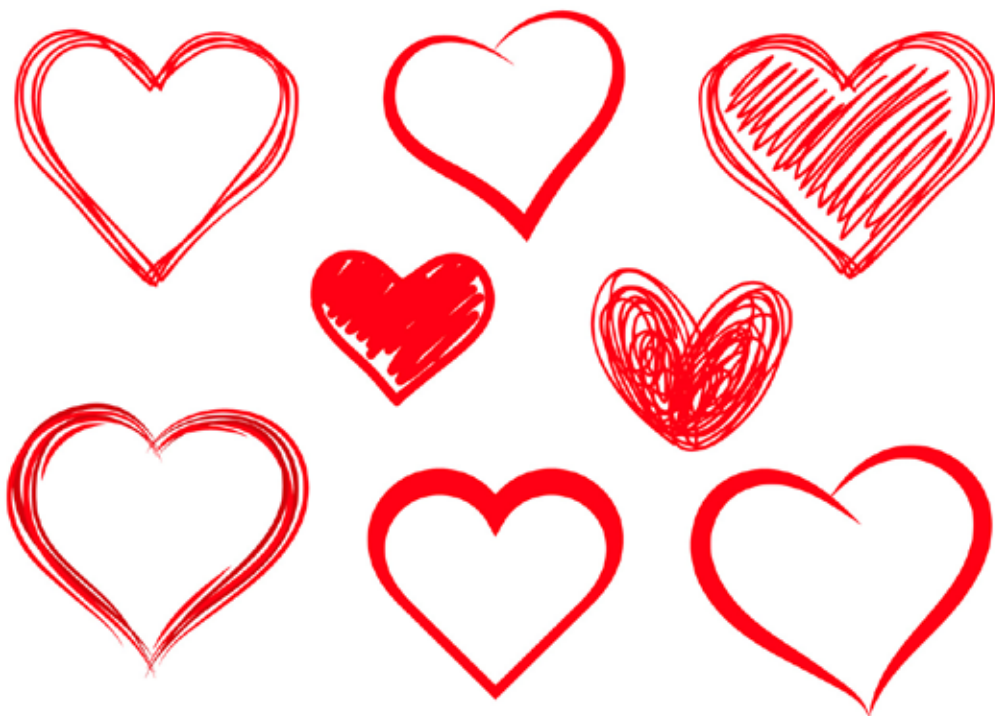
Samstag 18.08.2018

9:30 Uhr

Treffpunkt Konzertsaal
Boule Spiel



Sonntag 19.08.2018



Heiterkeit entlastet das Herz.

Hippokrates von Kos



Montag 20.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik I



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik II



15:00 Uhr

Gymnastikraum mit Frau Rühlmann

Sanftes Yoga für Späteinsteiger



15:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag



15:30 Uhr

Raum im 4. OG

„Die bunte Bastelei“



15:30 Uhr

Clubraum

Rommé und Canasta



17:00 Uhr

Clubraum

„Die neue Englischgruppe“





Dienstag 21.08.2018

9:00 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik



9:15 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



9:45 Uhr

Gymnastikraum

Qigong



10:30 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



16:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag





Mittwoch 22.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik

9:10 Uhr
9:30 Uhr
9:50 Uhr
10:10 Uhr*Anmeldung an der Rezeption erbeten!*

Altstadt-Transfer



9:30 Uhr

Gymnastikraum

Sturzprophylaxe



10:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergruppe



11:00 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Konzertsaal – mit Frau Kutarba

„Offenes Singen“



19:00 Uhr

Clubraum – Skatrunde

Geselliger Spielabend





Donnerstag 23.08.2018

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik





Freitag 24.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Sturzprophylaxe



10:50 Uhr

Gymnastikraum

Zirkel-/Gleichgewichtstraining



15:30 Uhr

Treffpunkt Rezeption

Geführter Bewohnerspaziergang



KATHARINENHOF®



IM UFERPALAIS

PREMIUM RESIDENZ  R

Samstag 25.08.2018

9:30 Uhr

Treffpunkt Konzertsaal
Boule Spiel



Sonntag 26.08.2018



Der Herrgott macht die Ernte
und der Bauer die Preise.

Unbekannt



Montag 27.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik I



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik II



15:00 Uhr

Gymnastikraum mit Frau Rühlmann

Sanftes Yoga für Späteinsteiger



15:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag



15:30 Uhr

Raum im 4. OG

„Die bunte Bastelei“



15:30 Uhr

Clubraum

Rommé und Canasta



17:00 Uhr

Clubraum

„Die neue Englischgruppe“





Dienstag 28.08.2018

9:00 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik



9:15 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



9:45 Uhr

Gymnastikraum

Qigong



10:30 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



16:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag





Mittwoch 29.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik

9:10 Uhr
9:30 Uhr
9:50 Uhr
10:10 Uhr*Anmeldung an der Rezeption erbeten!*

Altstadt-Transfer



9:30 Uhr

Gymnastikraum

Sturzprophylaxe



10:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergruppe



11:00 Uhr

Clubraum

Gedächtnistraining



14:30 Uhr

Konzertsaal – mit Frau Kutarba

„Offenes Singen“



19:00 Uhr

Clubraum – Skatrunde

Geselliger Spielabend



Donnerstag 30.08.2018

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



9:30 Uhr

Ausflug

„Senftenberger See
mit Solarkatamaran AquaPhönix“

Foto: Nada Quenzel



Foto: Dana Hüttner

Fahren Sie mit uns im Bus zur neu erschlossenen Seenlandschaft, ins Lausitzer Seenland, nach Senftenberg. Nach einem wunderbaren Mittagessen in der Niemtscher Mühle besteigen Sie den besonderen Solarkatamaran AquaPhönix, um das neu entstandene Naherholungsgebiet des alten Braunkohletagebaus vom Wasser aus zu erkunden.

Die Schiffspassage führt auch durch den Koschener Kanal, mit Schleuse und dem Mini-Wasserstraßen-Kreuz. Rollatoren sind kein Problem.

Teilnehmer: 40 Personen
 Zurück: ca. 20.00 Uhr
 Anmeldung: 20.08.2018
 Kosten pro Person: 54,00 € Bewohner, 59,00 € Gäste
 (Bus, Mittag, Schiff)



Freitag 31.08.2018

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:15 Uhr

Gymnastikraum

Sturzprophylaxe



10:50 Uhr

Gymnastikraum

Zirkel-/Gleichgewichtstraining



15:30 Uhr

Treffpunkt Rezeption

Geführter Bewohnerspaziergang





Vorschau

Donnerstag 06.09.2018

9:30 Uhr

Ausflug

„Merseburg bezaubert“



Sie fahren im bequemen Bus direkt vom Katharinenhof im Uferpalais nach Merseburg an die Saale. Merseburg gilt manchem als Mutter der mitteldeutschen Städte – diese Beschreibung verdankt die Stadt dem Bischof Thietmar von Merseburg (1009-1018). In seiner Bibliothek müssen sich bereits die Merseburger Zaubersprüche befunden haben – die älteste althochdeutsche Handschrift mit heidnischem Inhalt.

Fachkundige Stadtführer begleiten Sie auf der Rundfahrt/dem Rundgang durch das historische Merseburg und vermitteln Ihnen Einblicke in die über 1150-jährige Geschichte. Historische Anlagen wie der Dom, der Schlossbereich sowie weitere Gebäude und Plätze stehen im Mittelpunkt. Selbstverständlich erhalten Sie auch ein ordentliches Mittagessen zur Stärkung. Rollatoren kein Problem.

Teilnehmer: 35 Personen
Zurück: ca. 19.30 Uhr
Anmeldung: bis 27.08.18
Kosten pro Person: 44,00 € Bewohner, 48,00 € Gäste
(Bus, Mittag, Eintritt, Führung)

KATHARINENHOF IM UFERPALAIS

Brauereihof 19, 13585 Berlin

Telefon 030 333070

Fax 030 33307948

E-Mail im-uferpalais@katharinenhof.net

www.katharinenhof.net

