

Veranstaltungskalender  
für Bewohner  
Januar 2019



KATHARINENHOF® 

IM UFERPALAIS  
PREMIUM RESIDENZ 



## Wir freuen uns auf Sie!

---



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner des KATHARINENHOF IM UFERPALAIS,

wir wünschen Ihnen ein wunderbares Neues Jahr hier im KATHARINENHOF IM UFERPALAIS und bieten Ihnen auch im Januar anspruchsvolle Konzerte, interessante Vorträge und kurzweilige Ausflüge an.

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. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Änderungen bei den Ausflügen vorbehalten sind.

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.

Alle Fahrten sind Rollatoren geeignet und werden von uns betreut.

Ihr KATHARINENHOF IM UFERPALAIS Team



## Veranstaltungen

Januar 2019

Di	1	NEUJAHR	
Mi	2	Altstadt-Transfer	
Do	3		
Fr	4		
Sa	5	Boule-Spiel	Nachmittag der Filmfreunde
So	6		
Mo	7	Yoga	Bunte Bastelei
Di	8	Bildervortrag Frau Tobi „Vietnam Teil 1“	
Mi	9	Altstadt-Transfer	offenes Singen
Do	10	Ausflug „Cecilienhof und Fliegender Holländer“	
Fr	11		
Sa	12		
So	13	Neujahrskonzert „Kaljushni“	
Mo	14	Yoga	Bunte Bastelei
Di	15	BINGO	
Mi	16	Altstadt-Transfer	offenes Singen
Do	17	Drum Trainer	
Fr	18	Literaturgruppe	
Sa	19	Boule-Spiel	Ausflug „Russischer Tag mit original Folklore in der Schorfheide“
So	20	Winterkonzert „Akkordimentos“	
Mo	21	Yoga	Bunte Bastelei
Di	22	Bildervortrag Frau Tobi „Vietnam Teil 2“	
Mi	23	Altstadt-Transfer	offenes Singen Hr. Briese soziale Betreuung
Do	24	Ausflug „Erkner und Gerhart-Hauptmann-Museum“	
Fr	25		
Sa	26	Boule-Spiel	Nachmittag der Filmfreunde
So	27	Kaffee musikalisch „Wunschkonzert“	
Mo	28	Yoga	Bunte Bastelei 4. Qualitätszirkel
Di	29	Projekt „Berliner Ensemble“	
Mi	30	Altstadt-Transfer	offenes Singen <b>BEWOHNERVERSAMMLUNG</b>
Do	31	Ausflug „Schlachtefest im Auerochsen Luckau“	

KATHARINENHOF®



IM UFERPALAIS

PREMIUM RESIDENZ  R

NEUJAHR

Dienstag 01.01.2019

---

2019



Mittwoch 02.01.2019

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



19:00 Uhr

Clubraum – Skatrunde

Geselliger Spielabend





Donnerstag 03.01.2019

---

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik





Freitag 04.01.2019

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





Samstag 05.01.2019

9:30 Uhr

Treffpunkt Konzertsaal  
Boule Spiel

15:30 Uhr

Konzertsaal Nachmittag der Filmfreunde  
Kreuzfahrt auf der „Deutschland“  
– dem Traumschiff

Sehen Sie die Kreuzfahrt der „Deutschland“ durch Eisberge und andere Giganten.  
Es handelt sich um eine Originalfahrt, die vom 09.07. bis 28.07.2007 stattfand.  
Dauer ca. 75 Minuten.

Heilige Drei Könige

Sonntag 06.01.2019







Montag 07.01.2019

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“



17:00 Uhr

Clubraum

„Die neue Englischgruppe“





Dienstag 08.01.2019

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

15:30 Uhr Konzertsaal  
„Vietnam – zwischen Bergen,  
Meer & Reisfeldern Teil 1“



Erleben Sie eine malerische, zum UNESCO Weltnaturerbe zählende, Halong-Bucht mit ihren schwimmenden Dörfern. Spaziergänge zwischen chinesisch beeinflussten Tempeln und bunten Märkten der Landeshauptstadt Hanoi sind ebenso einzigartig wie die „Verbotene Stadt“ der Kaiserstadt Hue. Ein Bildervortrag über Vietnam von Frau Tobi mit ihren ganz persönlichen Geschichten.

Ende: ca. 16.30 Uhr

16:00 Uhr Clubraum  
Spielnachmittag





Mittwoch 09.01.2019

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 10.01.2019

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



11:00 Uhr

Ausflug

„Cecilienhof und zum  
Fliegenden Holländer – Potsdam“

Der Bus bringt Sie direkt zum Fliegenden Holländer, einem Restaurant im Holländischen Viertel, in Potsdam. Nach dem Mittagessen fahren Sie zum Schloss Cecilienhof in den Neuen Garten. Durch dieses Hohenzollernschloss mit historischer Stätte der Potsdamer Konferenz werden Sie geführt und erfahren interessante Einzelheiten der bewegenden Geschichte des Schlosses. Im Anschluss werden Sie im La Maison du Chocolat in Potsdam diesen schönen Tag Revue passieren lassen, bevor es zurück nach Spandau geht. Rollatoren kein Problem.

Teilnehmer: 30 Personen

Zurück: ca. 18.00 Uhr

Anmeldung: bis spätestens 04.01.2019

Kosten pro Person: 46,00 € Bewohner, 50,00 € Gäste  
(Bus, Mittag, Führung, Kaffeetrinken)



Freitag 11.01.2019

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





Samstag 12.01.2019

9:30 Uhr

Treffpunkt Konzertsaal  
Boule Spiel

Sonntag 13.01.2019

15:30 Uhr

Konzertsaal  
„Neujahrskonzert“  
mit Marina und Michael Kaljushny

Berühmte Kompositionen aus den deutschen Filmklassikern der 20er bis 60er Jahre treffen auf die Leichtigkeit und Ausgelassenheit der Musicaltradition vom Broadway. Die exzellenten Musiker – Marina Kaljushny (Klavier) und Michael Kaljushny (Klarinette, Moderation) wandern auf den Spuren der Comedian Harmonists, streifen den Zauber vom Broadway und verbinden musikalisch Europa und Amerika, Moderne und Tradition.

Ende: ca. 16.30 Uhr, Eintritt: 5,00 € Bewohner, Gäste 7,50 €



Montag 14.01.2019

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“



17:00 Uhr

Clubraum

„Die neue Englischgruppe“





Dienstag 15.01.2019

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

Konzertsaal

BINGO

Spielnachmittag

Ende: ca. 17:30 Uhr

Eintritt: Bewohner: 3,00 € p. P.

Gäste: 3,50 € p. P.



16:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag







Mittwoch 16.01.2019

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 17.01.2019

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



10:00 Uhr

Übungsstunde Konzertsaal

„Drum Trainer“



Die Trainer bringen verschiedene Instrumente mit, um mit Ihnen zusammen eine Stunde lang Ihre Musikalität und Ihren Rhythmus zu aktivieren.

Ende: 11.00 Uhr

Eintritt: nur für Bewohner



Freitag 18.01.2019

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



15:00 Uhr

Clubraum – mit Frau Pöhls

Literaturgruppe





Samstag 19.01.2019

9:30 Uhr

Treffpunkt Konzertsaal  
Boule Spiel

10:00 Uhr

Ausflug

„Russischer Tag mit original Folklore  
in der Schorfheide“

Fahren Sie im bequemen Bus in die Schorfheide und erleben Sie einen Russischen Tag. Ihr Mittagessen wird ein Büffet, bestehend aus original hausgemachten russischen Spezialitäten sein. Im Anschluss wird ein original russischer Chor für Sie singen und tanzen und dann erhalten Sie noch ein russisches Kaffeegedeck. Für die entsprechenden alkoholischen Köstlichkeiten ist auch gesorgt. Selbstverständlich können Sie zwischendurch einen kleinen Spaziergang unternehmen, wenn Sie möchten. Rollatoren sind kein Problem.

Teilnehmer: 45 Personen  
Zurück: ca. 19.00 Uhr  
Anmeldung: bis spätestens 10.01.2019  
Kosten pro Person: 54,00 € Bewohner, 58,00 € Gäste  
(Bus, Programm wie oben beschrieben)

Sonntag 20.01.2019

15:30 Uhr

Konzertsaal

## „Winterkonzert Akkordimentos“



Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm in einem weiten Bogen gespannt. Klassische und internationale Melodien erhalten durch das Akkordeon ein ganz neues Klangerlebnis. Das seit 40 Jahren bestehende, junggebliebene Akkordeon-Orchester präsentiert Ihnen ein Konzert unter der Leitung von Rudik Yakhin. Eine Veranstaltung der Leo-Kestenberg Musikschule. Wir wünschen viel Vergnügen.

Ende: ca. 17.30 Uhr

Eintritt: frei(willig) in ein Körbchen am Ausgang



Montag 21.01.2019

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“



17:00 Uhr

Clubraum

„Die neue Englischgruppe“





Dienstag 22.01.2019

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

15:30 Uhr Konzertsaal  
„Vietnam – zwischen Bergen,  
Meer & Reisfeldern Teil 2“



Nun der 2. Teil des Bildervortrags über Vietnam von Frau Tobi mit ihren ganz persönlichen Geschichten.

Ende: ca. 16.30 Uhr

16:00 Uhr Clubraum  
Spielnachmittag





Mittwoch 23.01.2019

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“



17:00 Uhr

Bar Uferlos – Anmeldung bei Hr. Stenzel

Herr Briese, soziale Vertretung

19:00 Uhr

Clubraum – Skatrunde

Geselliger Spielabend







Donnerstag 24.01.2019

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



10:30 Uhr

Ausflug

„Erkner und  
Gerhart-Hauptmann-Museum“

Bei diesem Ausflug wünschen wir schon jetzt viel Vergnügen. Sie fahren im Bus in nördliche Richtung nach Erkner. Dort essen Sie in einem familiengeführten Restaurant mit dem Namen „Zum Nussknacker“ zu Mittag. Im Anschluss fahren Sie zur Villa Lassen. Dort befindet sich das deutschlandweit einzige Gerhart-Hauptmann-Museum seiner Art. Die Ausstellung vermittelt einen Gesamtüberblick über Leben und Werk des Nobelpreisträgers. Die Einrichtung ist aus dem Teilnachlass des Dichters rekonstruiert worden. Sie werden fachkundlich geführt. Im Anschluss werden Sie noch Kaffeetrinken gehen. Rollatoren sind kein Problem.

Teilnehmer: 35 Personen

Zurück: ca. 18.30 Uhr

Anmeldung: spätestens bis 15.01.2019

Kosten pro Person: 46,00 €, Bewohner, 50,00 € Gäste (Bus, Mittag)



Freitag 25.01.2019

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





Samstag 26.01.2019

9:30 Uhr

Treffpunkt Konzertsaal  
Boule Spiel

15:30 Uhr

Konzertsaal Nachmittag der Filmfreunde  
„Kroatien“

Erleben Sie die atemberaubende Natur von Kroatien.

Dieser Film bereist mit Ihnen das gesamte Land. Dauer ca. 85 Minuten.

Sonntag 27.01.2019

15:30 Uhr

Restaurant Kaffee musikalisch  
Wunschkonzert

Genießen Sie an diesem Sonntag Ihren Kaffee und Kuchen bei musikalischen Klängen von Herrn Wengatz. Wir wünschen eine tolle Unterhaltung.

Ende: ca. 17.30 Uhr

Anmeldung: im Restaurant oder unter Tel. -907





Montag 28.01.2019

8:00 Uhr

Gymnastikraum

Hockergymnastik I



8:45 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik I



9:30 Uhr

Schwimmbad

Wassergymnastik II



10:00 Uhr

Konzertsaal

4. Bewohnergespräch „Qualitätszirkel“

Anmeldung an der Rezeption



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“



17:00 Uhr

Clubraum „Die neue Englischgruppe“





Dienstag 29.01.2019

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



15:30 Uhr

Konzertsaal

„Das Berliner Ensemble“



Das Berliner Ensemble plant eine Theatergruppe bei uns im Haus zu gründen. Wie sich diese Gruppe inhaltlich/methodisch mit Theater auseinandersetzt, soll sich an den Interessen/Bedürfnissen der Bewohner orientieren. Geleitet wird diese Gruppe von der Projekt-Theaterpädagogin Frau Mona Wahba.

Ende: ca. 16.30 Uhr

16:00 Uhr

Clubraum

Spielnachmittag





Mittwoch 30.01.2019

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“



17:00 Uhr

Konzertsaal

**BEWOHNERVERSAMMLUNG**

19:00 Uhr

Clubraum – Skatrunde

Geselliger Spielabend





Donnerstag 31.01.2019

8:45 Uhr

Gymnastikraum

Beckenboden-/Rückengymnastik



10:00 Uhr

Ausflug

„Schlachtefest im Auerochsen Luckau“



Sie fahren im bequemen Bus nach Luckau zum Landgasthof zum Auerochsen. Wie wir es im Frühjahr 2018 bei unserem Besuch besprochen haben, wird Ihnen jetzt das Schlachtefest in Buffetform dargeboten und Sie können schlemmen. Genießen Sie so viel Sie mögen. Sie haben die Möglichkeit Wurst und Fleisch einzukaufen.

Im Anschluss erkunden Sie mit dem Bus die Umgebung von Luckau und genießen dabei die Natur bevor Sie zum Kaffeetrinken einkehren. Am Nachmittag fahren Sie nach Berlin zurück.

Teilnehmer: 30 Personen  
 Zurück: ca. 18.30 Uhr  
 Anmeldung: bis 23.01.19 (nach Verfügbarkeit)  
 Kosten pro Person: 44,00 € Bewohner, 48,00 € Gäste  
 (Bus, Schlachtefest, Kaffee)

KATHARINENHOF IM UFERPALAIS

Brauereihof 19, 13585 Berlin

Telefon 030 333070

Fax 030 33307948

E-Mail [im-uferpalais@katharinenhof.net](mailto:im-uferpalais@katharinenhof.net)

[www.katharinenhof.net](http://www.katharinenhof.net)

