

am ukb

HAUS DER ZUKUNFT

selbstbestimmt leben



Woche der Bewegung: 26.-30.01.2026

„Bewegung“ steht im Mittelpunkt dieser Reihe für ältere Menschen, pflegende Angehörige und Interessierte – mit Einblicken in eine Tagesklinik, einem Bewegungsnetzwerk und einem abschließenden Spaziergang über den Gesundheitscampus.

Bis auf Freitag finden die Veranstaltungen im Haus der Zukunft am ukb, 1. OG statt.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei.



10 Uhr: ARONA Tagesklinik

Sie bietet ein umfassendes medizinisch-therapeutisches Angebot für ältere Menschen – tagsüber professionell begleitet, abends im eigenen Zuhause.



10 Uhr: Bewegungsnetzwerk Marzahn-Hellersdorf & anschl. Aromatherapie: Mit Schwung ins neue Jahr

Mehr Bewegung & Gesundheit für mehr Mobilität & Vitalität



10 Uhr: Fit im Alltag

Sturzprävention: Praktische Tipps, Tricks, Hinweise und einfache Übungen für unterwegs und in der eigenen Häuslichkeit.



14 Uhr: Neue Bewegungsangebote der Stadtteilzentren

Aktivierung- und Bewegungsmöglichkeiten durch die Nutzung der VR-Brille sowie Infos zur Nutzung eines E-Bikes im Alter



10 Uhr: Historischer Spaziergang

Der Gesundheitscampus am ukb im Januar – seien Sie dabei!
Treffpunkt: 10 Uhr, Haupteingang ukb, Springbrunnen

Adresse

Blumberger Damm 2k
12683 Berlin

Anfahrt

direkt am Unfallkrankenhaus Berlin
Bus 154 / X69 Rapsweg



info@haus-der-zukunft-am-ukb.de  030-61795042



am ukb

HAUS DER ZUKUNFT

selbstbestimmt leben



Woche der Bewegung: 26.-30.01.2026

„Bewegung“ steht im Mittelpunkt dieser Reihe für ältere Menschen, pflegende Angehörige und Interessierte – mit Einblicken in eine Tagesklinik, einem Bewegungsnetzwerk und einem abschließenden Spaziergang über den Gesundheitscampus.

Bis auf Freitag finden die Veranstaltungen im Haus der Zukunft am ukb, 1. OG statt.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei.



10 Uhr: ARONA Tagesklinik

Sie bietet ein umfassendes medizinisch-therapeutisches Angebot für ältere Menschen – tagsüber professionell begleitet, abends im eigenen Zuhause.



10 Uhr: Bewegungsnetzwerk Marzahn-Hellersdorf & anschl. Aromatherapie: Mit Schwung ins neue Jahr

Mehr Bewegung & Gesundheit für mehr Mobilität & Vitalität



10 Uhr: Fit im Alltag

Sturzprävention: Praktische Tipps, Tricks, Hinweise und einfache Übungen für unterwegs und in der eigenen Häuslichkeit.



14 Uhr: Neue Bewegungsangebote der Stadtteilzentren

Aktivierung- und Bewegungsmöglichkeiten durch die Nutzung der VR-Brille sowie Infos zur Nutzung eines E-Bikes im Alter



10 Uhr: Historischer Spaziergang

Der Gesundheitscampus am ukb im Januar – seien Sie dabei!
Treffpunkt: 10 Uhr, Haupteingang ukb, Springbrunnen

Adresse

Blumberger Damm 2k
12683 Berlin

Anfahrt

direkt am Unfallkrankenhaus Berlin
Bus 154 / X69 Rapsweg



info@haus-der-zukunft-am-ukb.de 030-61795042

