

Beratungsangebote

(kostenfrei) für alle Budenheimer
Senioren*innen:

Beratung zum Thema Pflege

Pflegestützpunkt

jeden Donnerstag im Monat
von 10.00 – 12.00 Uhr
(Frau Monika Möller / Frau Yvonne Fritzen)
Tel. 06135/93395-47

Beratung rund um das Thema

Betreuung und Vorsorge

jeden 2. Donnerstag im Monat
von 10.30 - 12.00 Uhr
(Susanne Buch, Betreuungsverein Lebenshilfe)
Tel. 06131/337008

Beratung in allen Fragen des

Alters

nach Absprache
(Frau Faber, Seniorenbeauftragte der
Gemeinde Budenheim)
Tel. 06139/1490

Sonstige Angebote:

für alle Budenheimer
Senioren*innen:

Mittagstisch: 10,00 €

montags – freitags 11.45 – 13.00 Uhr
(Um telefonische Anmeldung eine Woche
vorab wird gebeten)

Einkaufsdienst:

dienstags und freitags gegen Gebühr
(um telefonische Anmeldung wird
gebeten, mind.1 Tag vorab)

Fahr- und Begleitdienste:

nach Absprache und telefonischer
Anmeldung

Sprechstunde des

Digitalbotschafters

Mittwochs 16.00 - 17.00 Uhr
mit Anmeldung / kostenfrei:
di-bo.joegreen@web.de oder 06139 1490



Programm Oktober 2026

Erwin-Renth-Strasse 15
55257 Budenheim
Tel.: 06139 / 1490



alle Angebote
mit Anmeldung einen Tag vorab
wir bitten um Absage bei Nicht-Teilnahme

Donnerstag, 01.10.2026
Treff am Nachmittag geschlossen

Montag, 05.10.2026 / 15:00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: Fruchtputsch

Dienstag, 06.10.2026 / 15:00 Uhr
Bingo
mit Kaffee und Plätzchen

Mittwoch, 07.10.2026 / 15:00 Uhr
Kartenspiele / Spiele Nachmittag
mit Kaffee und hausgemachtem
Kuchen

Donnerstag, 08.10.2026 / 14:30 Uhr
**Ausflugsshoppingtour nach Ingelheim,
Neue Mitte**
mit Einkehr

Montag, 12.10.2026 / 15:00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
Anschließend: Fruchtputsch

Dienstag, 13.10.2026 / 15:00 Uhr
Waffelnachmittag
herzhafte Waffeln und helles Radler

Mittwoch, 14.10.2026 / 15:00 Uhr
Kegeln
mit Bier und belegten Brötchen

Donnerstag, 15.10.2026 / 15:00 Uhr
**Rätsel „Wie gut kennen wir unsere
Seniorentreff „**
mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Montag, 19.10.2026 / 15:00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: Fruchtputsch

Dienstag, 20.10.2026 / 14:30 Uhr
**Film-Nachmittag: „Arsen und
Spitzenhäubchen“**
mit Popcorn und Limonade



Mittwoch, 21.10.2026 / 18:00 Uhr
**Vortrag: „Behinderungsbilder“ –
Auswirkungen auf Alltag und
Betreuung Betroffener**
mit den Betreuungsvereinen der
Lebenshilfe Kreis Mainz-Bingen
kostenfrei / mit Anmeldung

Donnerstag, 22.10.2026
Worträtsel / Galgenmännchen
mit Käsewürfel und Trauben

Montag, 26.10.2026 / 15:00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: Fruchtputsch

Dienstag, 27.10.2026
Treff am Nachmittag geschlossen

Mittwoch, 28.10.2026 / 15:00 Uhr



Bayrische Spezialitäten und Musik
(Anmeldung erforderlich!)

Donnerstag, 29.10.2026 / 15:00 Uhr
Kreativer Kürbis-Workshop
mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

