

Beratungsangebote

(kostenfrei) für alle Budenheimer
Senioren*innen:

Beratung zum Thema Pflege Pflegerstützpunkt

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, mindestens 1 Tag vorab)

Fahr- und Begleitdienste:

nach Absprache und telefonischer
Anmeldung

Sprechstunde des Digitalbotschafters

jeden Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr
mit Anmeldung / kostenfrei:
di-bo.joegreen@web.de oder 06139 1490



Programm April 2026

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



alle Angebote
bitte mit Anmeldung einen Tag vorab

Mittwoch, 01.04.2026 / 15.00 Uhr
**Oster- Quiz: Fragen und Bräuche
rund ums Fest**
mit Kaffee und Ostergebäck

Donnerstag, 02.04.2026
Treff am Nachmittag geschlossen

Montag, 06.04.2026
Ostermontag/ Treff geschlossen

Dienstag, 07.04.2026 / 15.00 Uhr
Rate-Spaß „Das errätst du nie...“
mit Pizzabrezel und Bier

Mittwoch, 08.04.2026 / 15.00 Uhr
**Bauer, Ass wie schön wär' das... und
andere Kartenspiele**
mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Donnerstag, 09.04.2026 / 15.00 Uhr
Stadt-Land-Fluss



mit Eisbecher

Montag, 13.04.2026 / 15.00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend:
hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 14.04.2026 / 15.00 Uhr
**Vortrag: „Finanzielle
Ruhestandsplanung in der Praxis“**
mit Klaus Rommel
Anmeldung über VHS Budenheim

Mittwoch, 15.04.2026
Treff am Nachmittag geschlossen

Donnerstag, 16.04.2026 / 14.30 Uhr
**Ausflug nach Heidenfahrt an den
Rhein**
mit Einkehr (5 Euro)



Montag, 20.04.2026 / 15.00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend:
hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 21.04.2026 / 15.00 Uhr
Bingo
mit Salzstangen und Limonade

Mittwoch, 22.04.2026 / 15.00 Uhr
**Erzählcafe: „War früher wirklich alles
anders? “**
mit Eiscafé

Donnerstag, 23.04.2026 / 15.00 Uhr
**Chorprobe mit dem
Seniorentreff-Chor „Spätlese“**
mit kalten und warmen Getränken

Montag, 27.04.2026 / 15.00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend:
hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 28.04.2026 / 14.30 Uhr
**Shopping Senioren-Queens im
Budenheimer Kleiderstübchen**
anschließend: Weck, warme Worscht
und Woi

Mittwoch, 29.04.2026 / 15.00 Uhr
Bewegungsspiele; Kegeln, Dart...
mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Donnerstag, 30.04.2026 / 14.30 Uhr
Rollatorsicherheits-Training auf dem
Parkplatz der TGM u.a. Übungen im und
am Stadtbus (mit Anmeldung / 5 Euro)

Rollatorführerschein

