

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, 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 Januar 2026

**Erwin-Renth-Strasse 15
55257 Budenheim**

Tel.: 06139 / 1490



alle Angebote
bitte mit Anmeldung einen Tag vorab

Montag, 05.01.2026 / 15.00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia Dreger
anschließend: Heißgetränk

Dienstag, 06.01.2026 / 15.00 Uhr

Neujahrskaffeeklatsch mit Kreppel
incl. Begrüßungssekt (5 Euro)



Mittwoch, 07.01.2026 / 15.00 Uhr

Bauer, Ass wie schön wär' das... und andere Kartenspiele
mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Donnerstag, 08.01.2026

Treff am Nachmittag geschlossen

Montag, 12.01.2026 / 15.00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia Dreger
anschließend: Heißgetränk

Dienstag, 13.01.2026 / 15.00 Uhr

Bingo

bei kalten und warmen Getränken

Mittwoch, 14.01.2026 / 15.00 Uhr

Stadt-Land-Fluss

mit Kakao und hausgemachtem Kuchen

Donnerstag, 15.01.2026 / 15.00 Uhr

**Verabschiedung von Petra Klein
(Hausmeisterin Seniorenwohnlage)**
mit Kaffee und Kuchen

Montag, 19.01.2026 / 15.00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia Dreger
anschließend: Heißgetränk

Dienstag, 20.01.2026 / 14.30 Uhr

Film-Nachmittag: die Katze auf dem heißen Blechdach mit Elisabeth Tayler, Paul Newman u.a.

mit Bombardino (warmer Eierlikör mit Sahnehaube)

Mittwoch, 21.01.2026 / 15.00 Uhr

Kegeln

mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Donnerstag, 22.01.2026 / 15.00 Uhr

Treff am Nachmittag geschlossen

Montag, 26.01.2026 / 15.00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia Dreger
anschließend: Heißgetränk

Dienstag, 27.01.2026 / 14.30 Uhr

Shopping Senioren-Queens im Budenheimer Kleiderstübchen

anschließend: Weck, warme Worscht und Woi

Mittwoch, 28.01.2026 / 15.00 Uhr

ABC Rätsel

mit Bailey-Kaffee und frischem Kuchen



Donnerstag, 29.01.2026 / 15.00 Uhr

Winterquiz

mit Pizza-Brezeln und Punsch