

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

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



Programm Juni 2026

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



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

Montag, 01.06.2026 / 15:00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 02.06.2026 / 15:00 Uhr

Bingo

mit Eiskaffee

Mittwoch, 03.06.2026 / 15:00 Uhr

**Bauer, Ass, wie schön wär' das...
und andere Kartenspiele**

mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Donnerstag, 04.06.2026

Feiertag – Senioren-Treff geschlossen

Montag, 08.06.2026 / 15:00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 09.06.2026 / 15:00 Uhr

Waffel-Nachmittag

mit Erdbeereis und Erdbeeren

Mittwoch, 10.06.2026 / 15:00 Uhr

Kegeln und andere Bewegungsspiele

mit Erdbeer-Milchshake

Donnerstag, 11.06.2026 / 14:30 Uhr

**Ausflugs-Shoppingtour nach
Ingelheim, Neue Mitte**

mit Einkehr

Montag, 15.06.2026 / 15:00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 16.06.2026 / 15:00 Uhr

Cocktail-Nachmittag

Entspannung auf der Terrasse bei
italienischer Musik



Mittwoch, 17.06.2026 / 15:00 Uhr

Stadt-Land-Fluss

mit Schinken-Käse Laugenstange und
Schöpochen

Donnerstag, 18.06.2026 / 15:00 Uhr

**Chorprobe mit dem Seniorentreff-Chor
„Spätlese“**

mit Eiskaffee

Montag, 22.06.2026 / 15:00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 23.06.2026 / 14:30 Uhr

**Besuch der Eisdiele „Kugel-Glück“ in
Budenheim**



Mittwoch, 24.06.2026 / 15:00 Uhr

Quiz „was wäre wenn...“

mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Donnerstag, 25.06.2026

Treff am Nachmittag geschlossen

Montag, 29.06.2026 / 15:00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie



Dienstag, 30.06.2026 / 15:00 Uhr

**Shopping Senioren-Queens im
Budenheimer Kleiderstübchen**

anschließend: Weck, warme Worscht
und Woi