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

Budenheim
SeniorenTreff



Programm September 2026

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



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

Dienstag, 01.09.2026 / 15:00 Uhr
Rätsel aller Art
mit Obstsalat

Mittwoch, 02.09.2026 / 15:00 Uhr
Herbst-Bingo
mit kalten und warmen Getränken



Donnerstag, 03.09.2026 / 14:30 Uhr
Ausflug ins Café Raab nach Gonsenheim

Montag, 07.09.2026 / 15:00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 08.09.2026 / 15:00 Uhr
Kaffeeklatsch mit Pflaumenkuchen
incl. Begrüßungssekt (6 Euro)

Mittwoch, 09.09.2026 / 15:00 Uhr
Kartenspiele / Spiele Nachmittag
mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Donnerstag, 10.09.2026 / 15:00 Uhr
Waffelnachmittag
mit Pfaumenmus und Zimtsahne

Montag, 14.09.2026 / 15:00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 15.09.2026 / 14:30 Uhr
Film-Nachmittag: „Tratsch im Treppenhaus / Ohnesorg Theater
mit Eismilchshake

Mittwoch, 16.09.2026 / 15:00 Uhr
Bingo
mit kalten und warmen Getränken

Mittwoch, 16.09.2026 / 9.00 -15:00 Uhr
Sicherheitstraining für Seniorinnen
mit dem Frauennotruf Mainz / kostenfrei
Anmeldung: Iris Faber, 06139 1490



Donnerstag, 17.09.2026
Treff am Nachmittag geschlossen

Montag, 21.09.2026 / 15:00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 22.09.2026 / 15:00 Uhr
Dämmerschoppen mit Zwiebelkuchen und Federweißer



Mittwoch, 23.09.2026 / 15:00 Uhr
Kegeln
mit Eisbecher

Donnerstag, 24.09.2026 / 15:00 Uhr
Chorprobe mit dem Seniorentreff-Chor „Spätlese“
mit Eiskaffee

Montag, 28.09.2026 / 15:00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen
anschließend: hausgemachtes Obst-Smoothie

Dienstag, 29.09.2026 / 14:30 Uhr
Shopping Senioren-Queens im Budenheimer Kleiderstübchen
anschließend: Weck, Worscht und Woi

Mittwoch, 30.09.2026 / 15:00 Uhr
Herbstquiz
mit Pizza-Brötchen und Bier