

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 Januar 2025

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

Tel.: 06139 / 1490



alle Angebote
bitte mit Anmeldung einen Tag vorab

Montag, 06.01.2025 / 15.00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia Dreger
anschließend: Fruchtpunsch

Dienstag, 07.01.25 / 15.00 Uhr

Neujahrskaffeeklatsch mit Kreppel

incl. Begrüßungssekt (5 Euro)



Mittwoch, 08.01.2025 / 15.00 Uhr

Quiz: „kalte Jahreszeit“

mit Glühwein und Punsch

Donnerstag, 09.01.2025

Treff am Nachmittag geschlossen

Montag, 13.01.2025 / 15.00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia Dreger
anschließend: Fruchtpunsch

Dienstag, 14.01.2025 / 15.00 Uhr

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

mit Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Mittwoch, 15.01.2025 / 15.00 Uhr

Waffelnachmittag

mit heißen Kirschen und Vanilleeis

Donnerstag, 16.01.2025 / 15.00 Uhr

Bingo

bei kalten und warmen Getränken

Montag, 20.01.2025 / 15.00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia Dreger
anschließend: Fruchtpunsch

Dienstag, 21.01.2025 / 15.00 Uhr

ABC-Rätsel

bei Kaffee und hausgemachtem Kuchen

Mittwoch, 22.01.2025 / 15.00 Uhr

Stadt-Land-Fluss

mit Mettbrötchen

Donnerstag, 23.01.2025 / 15.00 Uhr

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

mit Gitarren- und Akkordeonbegleitung,
bei warmen und kalten Getränken



Montag, 27.01.2025 / 15.00 Uhr

Bewegte Begegnung

Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia Dreger
anschließend: Fruchtpunsch

Dienstag, 28.01.25 / 15.00 Uhr

Kegeln und andere Bewegungsspiele

mit warmen und kalten Getränken

Mittwoch, 29.01.2025 / 15.00 Uhr

**Filmkomödie: „Die tollkühne Hexe in
ihrem fliegenden Bett“**

mit Pizza-Brezeln und kalten Getränken



Donnerstag, 30.01.2025 / 15.00 Uhr

Gedächtnistraining: „Tiere“

mit frisch gebackenen Teilchen