

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 März 2025

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



alle Angebote
bitte mit Anmeldung einen Tag vorab

Montag, 03.03.2025
Rosenmontag
Treff am Nachmittag geschlossen

Dienstag, 04.03.2025 / 15.00 Uhr
Faschings - Café
bei Schmalzgebäck mit Kaffee,
nährischer Musik und Büttenreden



Mittwoch, 05.03.2025 / 15.00 Uhr
Stadt-Land-Fluss
mit Tee und Keksen

Donnerstag, 06.03.2025
Treff am Nachmittag geschlossen

Montag, 10.03.2025 / 15.00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia
Dreger
anschließend: Fruchtpunsch

Dienstag, 11.03.2025 / 15.00 Uhr
**Generationsübergreifende
Filzwerkstatt**
Herstellung von schönen Dingen mit der
Filzkünstlerin Heydrun Kalusche (mit
Material 5 Euro)

Mittwoch, 12.03.2025 / 15.00 Uhr
Bingo
mit kalten und warmen Getränken

Donnerstag, 13.03.2025 / 15.00 Uhr
**Vortrag: "Immobilienrente – meine
Immobilie als Geldquelle"**
mit Herrn Klaus Rommel / kostenfrei mit
Anmeldung bei VHS Budenheim

Montag, 17.03.2025 / 15.00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia
Dreger
anschließend: Fruchtpunsch

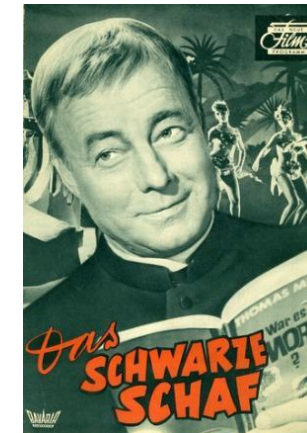
Dienstag, 18.03.2025 / 18.00 Uhr
**Bildvortrag: Die Donau –
Der größte Strom Europas**
mit Renate Benitz / 3 Euro
Anmeldung bei VHS Budenheim

Mittwoch, 19.03.2025 / 15.00 Uhr
Gedächtnistraining „Frühling“
mit Schinken-Käse Laugenstange und
Schöppchen

Donnerstag, 20.03.2025 / 14.30 Uhr
**Ausflugsshoppingtour nach Ingelheim,
Neue Mitte**
mit Einkehr ins „Teekännchen“

Montag, 24.03.2025 / 15.00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia
Dreger
anschließend: Fruchtpunsch

Dienstag, 25.03.25 / 14.30 Uhr
Filmnachmittag: Krimikomödie
mit Popcorn und kalten Getränken



Mittwoch, 26.03.2025 / 15.00 Uhr
Kegeln und andere Bewegungsspiele
mit Brezeln und Spundekäse

Donnerstag, 27.03.2025 / 15.00 Uhr
**Chorprobe mit dem Seniorentreff-Chor
„Spätlese“**
mit kalten und warmen Getränken

Montag, 31.03.2025 / 15.00 Uhr
Bewegte Begegnung
Bewegungsübungen im Sitzen mit Julia
Dreger
anschließend: Fruchtpunsch