

# Nachbarschaft Altenbuch

## Was bieten wir an?

- » Blumengießen auf dem Friedhof
- » Fahrdienste innerhalb des Südspessarts
- » Begleitdienste zu Veranstaltungen, Kirchengang, Spaziergang
- » Besuche und Vorlesen
- » Unterstützung bei Schriftverkehr, Betriebsanleitungen, einfache Computerhilfe
- » Kleine handwerkliche Hilfen, die keiner Regelmäßigkeit unterliegen

Wenn Sie unsere Hilfe in Anspruch nehmen oder sich als Helfer für unsere Angebote zur Verfügung stellen möchten, gibt es verschiedene Möglichkeiten uns zu kontaktieren:

### 1. Telefon oder E-Mail

Wir sind von **Montag bis Freitag von 19:00 bis 20:00 Uhr** erreichbar unter Telefonnummer **0160/1090523** oder **nachbarschaft@altenbuch.de**.

### 2. Persönliches Gespräch

Bei den Seniorennachmittagen sind immer Mitarbeiter der Nachbarschaft anwesend.

3.

Bei den umseitig erwähnten Aktivitäten sind die Ansprechpartnerinnen gerne bereit ihre Unterstützungswünsche an uns weiter zu geben.

Selbstverständlich unterliegen die Mitarbeitenden der Nachbarschaft der Schweigepflicht.

# Vielseitige gesellige **Veranstaltungen** für **Senioren** in Altenbuch

## Seniorentanz

Jeden Mittwoch von 20:00 bis 21:00 Uhr  
mit Anni Picard im Pfarrheim Altenbuch

## Aktiv + Gesund (Senioren-gymnastik)

Jeden Montag von 9.30 bis 10.30 Uhr  
in der Turnhalle Altenbuch

## Senioren-nachmittage der Vereine

Einmal im Monat - Siehe Seniorenplan Altenbuch

## Schlemmerfrühstück

Jeden 2. Donnerstag im Monat  
von 9.00 bis 12.00 Uhr im Heimatmuseum  
Altenbuch - nur mit Anmeldung Tel. 2458

## Museum-scafe

Jeden 1. Sonntag im Monat  
von 14 bis 17 Uhr mit Kaffee und Kuchen

## Ausflüge mit dem

Obst- und Gartenbauverein Altenbuch

