

Unterstützung und Pflege

- 1 Altenpflegeheim Martinsstift – Mission Leben**
Raupelsweg 1, Telefon 96 57 21 00, www.mission-leben.de
 - 2 Ambulanter Kranken- und Altenpflegedienst Maniolas**
Forsterstraße 40, Telefon 49 20 10 6, www.maniolas.de
 - 3 Commit Club Behinderter und ihrer Freunde in Mainz und Umgebung e.V.**
Josefsstraße 54-56, Telefon 67 29 11, www.commit-cbf.de
 - 4 Seniorenpflegeheim St. Bilhildis**
Josefsstraße 51, Telefon 97 78 0, www.schervieraltenhilfe.de
 - 5 Tagespflege „Einklang“ Martinsstift**
Raupelsweg 1, Telefon 96 57 21 51, www.mission-leben.de
- Weitere Infos zu ambulanten Pflegediensten, Wohneinrichtungen, Essen auf Rädern und Hausnotruf beim Pflegestützpunkt (siehe Beratung)

Beratung

- 1 Alltagslotsen – Ausfüllen von Formularen**
Caritaszentrum Delbrêl, Aspeltstraße 10, Telefon 90 83 24 0
www.caritas-mainz.de
 - 2 Deutsche Rheuma-Liga, LV RLP e.V., Örtliche Arbeitsgemeinschaft Mainz**
Richard-Wagner-Straße 5, Telefon 21 22 06 3, mainz@rheuma-liga-rlp.de
 - 3 Frauennotruf Mainz e.V. – Fachstelle zum Thema sexualisierte Gewalt**
Kaiserstraße 59-61, Telefon 22 12 13, www.frauennotruf-mainz.de
 - 4 KISS Mainz – Kontakt und Informationsstelle für Selbsthilfe**
Parcusstraße 8, Telefon 21 07 74, www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz
 - 5 Pflegestützpunkt Neustadt, Ebersheim**
Lessingstraße 12a, Telefon 66 93 86 0
galina.leonow@pflgestuetzpunkte-rlp.de
- Beratungs- und Koordinierungsstelle Demenz**
Drechslerweg 25, 55128 Mainz, Telefon 78 96 80 7
- Gemeindegewerkschaft plus – Präventive Hausbesuche für ältere Menschen**
Telefon 12-3583, tobias.kaiser@stadt.mainz.de, www.mainz.de
- Seniorenversicherungsberatung Mainz-Neustadt**
Dr. Hilkea Lichtsinn, Telefon 62 97 53 8
Elfi Scholz, Telefon 93 00 67 8
- Telefonseelsorge Mainz-Wiesbaden e.V.**
Telefon 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222 (rund um die Uhr)
www.online.telefonseelsorge.de (Anmeldung)
vor Ort: Krisen- und Lebensberatung, Schusterstraße 54, 55116 Mainz
Terminabsprache per Telefon 22 05 11, www.telefonseelsorge-mz-wi.de

Kirchengemeinden und Glaubensgemeinschaften

- 1 Evangelische Pauluskirchengemeinde (Seniorenachmittag)**
Moltkestraße 1, Telefon 67 89 72, pauluskirchengemeinde.mainz@ekhn.de
- 2 Freireligiöse Gemeinde Mainz - Humanistische Gemeinde K.d.ö.R.**
Gartenfeldstraße 1, Telefon 67 49 40, info@fgmz.de
- 3 Jüdische Kultusgemeinde Mainz-Rheinhessen K.d.ö.R.**
Synagogenplatz 1, Telefon 21 08 80, info@jgmainz.de, www.jgmainz.de
- 4 Katholische Kirchengemeinde Liebfrauen (Seniorenachmittag)**
Moselstraße 30, Telefon 67 75 02, liebfrauen-mainz@t-online.de
- 5 Neuapostolische Kirche**
Wallaustraße 2, Telefon 61 12 52, info@nak-mainz-mitte.de
- 6 Pfarrei Sankt Bonifaz (Seniorenachmittag)**
Bonifaziusplatz 1, Telefon 96 09 10, pfarrei@bonifaz-mainz.de
- 7 Pfarrei Sankt Joseph**
Josefsstraße 74, Telefon 61 14 51, st.joseph-mainz@t-online.de

Kultur und Bildung

- 1 Frauenzentrum Mainz e.V. – Offener Computer/Internet-Treff für Seniorinnen**
Kaiserstraße 59-61, Telefon 22 12 63, www.frauenzentrum-mainz.de
 - 2 Kulturbäckerei – Initiative für ein Soziokulturelles Zentrum in der Mainzer Neustadt e.V.**
Karoline-Stern-Platz 11, Telefon 89 48 38 2, www.kulturbaeckerei-mainz.de
 - 3 Neustadt im Netz e.V. (PC-Café und PC-Sprechstunde)**
Telefon 63 67 03 4, sprechstunde@mainz-neustadt.de, www.mainz-neustadt.de
Caritaszentrum Delbrêl, Aspeltstraße 10
Mainzer Rentnerbund e.V., Richard-Wagner-Straße 5
 - 4 Öffentliche Bücherei - Anna Seghers (Demenz-Aktivierungstaschen, Großdruckbücher)**
Anna-Seghers-Platz, Telefon 12 26 59, oeffentlichebuecherei@stadt.mainz.de, www.bibliothek.mainz.de
 - 5 Vereins- und Kulturring Mainz-Neustadt e.V.**
Telefon 58 68 23 7, vorsitzender@vkr-mainz-neustadt.de
www.vkr-mainz-neustadt.de
- Mobile Bücherei (Bücher-Lieferdienst, Besuchs- und Vorlesedienst)**
Telefon 0173 31 63 56 8, mobile.buecherei@stadt.mainz.de

Info

- Ortsverwaltung Mainz-Neustadt**
Leibnizstraße 47, Telefon 12 38 82 2, ortsverwaltung.neustadt@stadt.mainz.de
Quartiermanagement Mainz-Neustadt/Stadtteilbüro
Sömmerringstraße 35, Telefon 12 31 50
Stadtteillhomepage und Gaadefelder InfoBrief, www.mainz-neustadt.de

Mittagstisch

- 1 Mittagessen**
Caritaszentrum Delbrêl, Aspeltstraße 10, Telefon 90 83 24 0
www.caritas-mainz.de
- 2 Sonntagsmahl**
Pfarrei Sankt Bonifaz, Bonifaziusplatz 1, Telefon 96 09 10

Treffpunkte

- 1 Caritaszentrum Delbrêl (Das gesunde Frühstück – fit in den Tag, Café, Second-Hand-Kleidung, Ausgehrock)**
Aspeltstraße 10, Telefon 90 83 24 0, www.caritas-mainz.de
- 2 Mainzer Rentnerbund e.V. (Spieletreff, Seniorennachmittag, Singen)**
Richard-Wagner-Straße 5, Telefon 22 72 43
- 3 Freireligiöse Gemeinde Mainz K.d.ö.R. (Seniorentreff, Spaziergang)**
Gartenfeldstraße 1, Telefon 67 49 40

Wohn- und Pflegeeinrichtungen

- 1 Activ für Senioren e.V.**
Wohngemeinschaften Lessingstraße und Leibnizstraße, Telefon 62 22 69 3
activsenioren@aol.com
- 2 Ambiente Leben und Wohnen e.V.**
Demenzwohngruppen Sömmerringstraße 35 und Goethestraße 43
Telefon 69 01 26, info@ambiente-mainz.de
- 3 Wohnprojekt "Grüner Hof"**
Wohnbau Mainz, Leibnizstraße 27/29, Nackstraße 12-14, Telefon 80 75 53
www.wohnbau-mainz.de
- 4 Zuhause in Mainz (Café-Frühstück, Spielenachmittag, Nachbarschaftscafé)**
Quartiersbüro Karoline-Stern-Platz 9, Telefon 63 73 31 33
hildegard.kraemer@johanniter.de
Wohnbau Mainz, Telefon 80 75 51, www.wohnbau-mainz.de
amundo Ambulante Pflege mit Herz GmbH, Telefon 69 01 26
amundo@pflgemitherz.de

Sport und Bewegung

- 1 „Ich bewege mich – Mir geht es gut!“
Bewegungsangebot im öffentlichen Raum**
Frauenlobplatz, jeden Mittwoch, 10-11 Uhr, bei jedem Wetter
- 2 Yoga**
Caritaszentrum Delbrêl, Aspeltstraße 10, Telefon 90 83 24 0
www.caritas-mainz.de

Mainz-Neustadt



Seniorenwegweiser