

## Beratung

- 1 Nachbarschaftstreff Laubenheim (Sozialberatung)**  
Rüsselsheimer Allee 44, Telefon 88 25 63, [www.kinderschutzbund-mainz.de](http://www.kinderschutzbund-mainz.de)
- 2 Pflegestützpunkt Laubenheim, Hechtsheim, Weisenau (Außensprechstunde in Laubenheim, Wilhelm-Leuschner-Straße 14, jeden letzten Donnerstag im Monat)**  
Wilhelm-Theodor-Römhild-Straße 34, 55130 Mainz-Weisenau, Telefon 21 33 46 8 oder 21 64 56 3
- 3 Seniorensicherheitsberatung**  
Landeshauptstadt Mainz, Geschäftsstelle Kommunalen Präventivrat, Stadthaus Große Bleiche, Löwenhofstraße 1, 55116 Mainz, Telefon 12 25 44  
Fr. Markgraf, Seniorensicherheitsberaterin Laubenheim, Telefon 88 12 63 oder 0152 34 54 50 90  
Hr. Liebeck, Seniorensicherheitsberater Laubenheim, Telefon 40 10 5 oder 0171 84 89 63 1
- 4 Digitalbotschafterinnen & Botschafter Rheinland-Pfalz – Hilfe bei digitalen Problemen**  
Stiftung MedienKompetenz Forum Südwest, Wallstraße 11, 55122 Mainz, Telefon 27 96 75, [www.digital-botschafter.silver-tipps.de](http://www.digital-botschafter.silver-tipps.de)  
Fr. Markgraf, Digitalbotschafterin Laubenheim, Telefon 88 12 63 oder 0152 34 54 50 90
- 5 Aktiv älter werden (Informationen zu stadtweiten Angeboten für Senioren)**  
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz, Telefon 12 27 55, [www.mainz.de](http://www.mainz.de)
- 6 Beauftragter für die Belange von Menschen mit Behinderungen**  
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz, Telefon 12 25 42, [www.mainz.de](http://www.mainz.de)
- 7 Beratungs- und Koordinierungsstelle Demenz**  
Drechslerweg 25, 55128 Mainz, Telefon 78 96 80 7, E-Mail: [silke.maeder@gps-rps.de](mailto:silke.maeder@gps-rps.de)
- 8 Frauennotruf Mainz e.V. – Fachstelle zum Thema sexualisierte Gewalt**  
Kaiserstraße 59-61, 55116 Mainz, Telefon 22 12 13, [www.frauennotruf-mainz.de](http://www.frauennotruf-mainz.de)
- 9 KISS Mainz – Kontakt und Informationsstelle für Selbsthilfe**  
Parcusstraße 8, 55116 Mainz, Telefon 21 07 74, [www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz](http://www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz)
- 10 Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe c/o KISS Mainz**  
Parcusstraße 8, 55116 Mainz, Telefon 14 33 09 2, [www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz](http://www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz)
- 11 Koordination Offene Seniorenarbeit (Informationen zu Senioren-Netzwerken und Stadtteilarbeit)**  
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz, Telefon 12 36 25, [www.mainz.de](http://www.mainz.de)
- 12 Seniorenbeirat**  
Kaiserstraße 3-5, 55116 Mainz, Telefon 12 27 34, [www.mainz.de](http://www.mainz.de)
- 13 Telefonseelsorge Mainz-Wiesbaden e.V.**  
per Telefon 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222 (rund um die Uhr)  
per Mail und Chat: Anmeldung über [www.online.telefonseelsorge.de](http://www.online.telefonseelsorge.de)  
vor Ort: Krisen und Lebensberatung TelefonSeelsorge®, Schusterstraße 54, 55116 Mainz, Terminabsprache per Telefon 22 05 11, [www.telefonseelsorge-mz-wi.de](http://www.telefonseelsorge-mz-wi.de)

## Kultur und Bildung

- 1 Katholische Öffentliche Bücherei**  
Longchampplatz 1, Telefon 88 39 05, [www.bistummainz.de/buecherei-laubenheim](http://www.bistummainz.de/buecherei-laubenheim)
  - 2 Laubenheimer Umweltteam**  
Treffen montags 9 Uhr, Parkplatz hinter dem Wilhelm-Spies-Haus  
Wilhelm-Leuschner-Straße 14, Telefon 0160 91 58 80 05
  - 3 Offene Bibliothek – Bücherschrank**  
Rüsselsheimer Allee 10
  - 4 's kleine Museum Laubenheim**  
Longchampplatz 1, Telefon 0170 35 44 20 6
  - 5 Johannes Gutenberg-Universität Mainz (Studium generale, Vorträge)**  
Isaac-Fulda-Allee 2c, 55124 Mainz, Telefon 39 22 66 0  
[www.studgen.uni-mainz.de](http://www.studgen.uni-mainz.de)
  - 6 Volkshochschule Mainz e.V. (Seniorenwerkstatt und Programm für ältere Menschen)**  
Karmeliterplatz 1, 55116 Mainz, Telefon 26 25 23 5, [www.vhs-mainz.de](http://www.vhs-mainz.de)
- Seniorenunion Mainz-Laubenheim (Vorträge, Veranstaltungen)**  
Telefon 0170 59 35 09 6, [www.seniorenunion-mainz.de](http://www.seniorenunion-mainz.de)
- conSens-Seniorenmagazin (Mitarbeit im Redaktionsteam)**  
Telefon 36 45 79, E-Mail: [consens-medien@t-online.de](mailto:consens-medien@t-online.de)  
[www.consens-seniorenmagazin.de](http://www.consens-seniorenmagazin.de)
- Mobile Bücherei (Bücher-Lieferdienst, Besuchs- und Vorlesedienst)**  
Telefon 0173 31 63 56 8, E-Mail: [mobile.buecherei@stadt.mainz.de](mailto:mobile.buecherei@stadt.mainz.de)

## Info

- Ortsverwaltung Mainz-Laubenheim**  
Longchampplatz 1, Telefon 12 47 88 1  
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do, Fr: 8.30-11.30 Uhr, Mo: 16-18 Uhr, Di geschlossen
- Stadtteil-Homepage mit Hinweisen zu Festen und kleiner Wegweiser mit Vereinen, Ärzten und Apotheken unter [www.mz-laubenheim.de](http://www.mz-laubenheim.de)

## Unterstützung und Pflege

- 1 Brotkorb Laubenheim – Hilfe mit Lebensmitteln**  
Oppenheimer Straße 120, Telefon 88 15 16 oder 59 26 74  
E-Mail: [brotkorb-laubenheim@gmx.de](mailto:brotkorb-laubenheim@gmx.de)
  - 2 Hildegard von Bingen Senioren-Zentrum Zum Laubenheimer Ried**  
Rüsselsheimer Allee 84, Telefon 63 40 71 3, [www.h-v-b.de/laubenheim](http://www.h-v-b.de/laubenheim)
  - 3 Caritas-Sozialstation St. Alban**  
Am Reichsritterstift 3, 55294 Bodenheim, Telefon 06135 24 68  
[www.caritas-mainz.de](http://www.caritas-mainz.de)
- Weitere Infos zu ambulanten Pflegediensten, Wohneinrichtungen, Essen auf Rädern und Hausnotruf beim Pflegestützpunkt (siehe Beratung)**

## Treffpunkte

- 1 AWO Tagesstätte (auch PC-Sprechstunde + offener Internetzugang) Digitalbotschafterin, Pflegestützpunkt**  
Wilhelm-Spies-Haus, Wilhelm-Leuschner-Straße 14, Telefon 0178 86 78 21 2  
[www.awo-mainz.de](http://www.awo-mainz.de)
- Weitere Infos zu Treffpunkten, aktuellen Veranstaltungen und Digitalprechstunden im Seniorenveranstaltungskalender „aktiv älter werden“ oder [www.mainz.de/leben-und-arbeit/alt-und-jung/aktiv-aelter-werden.php](http://www.mainz.de/leben-und-arbeit/alt-und-jung/aktiv-aelter-werden.php)**

## Sport und Bewegung

- 1 Athleten-Club 1909 e.V. Mainz-Laubenheim**  
Neuweg 76, Telefon 87 87 8, [www.ac1909.de](http://www.ac1909.de)
- 2 FSV Alemannia 1911 e.V. Mainz-Laubenheim**  
Gewerbestraße 25, Telefon 86 80 6, [www.fsv-alemannia-laubenheim.de](http://www.fsv-alemannia-laubenheim.de)
- 3 Turnverein Laubenheim 1883 e.V.**  
Gewerbestraße 25, Telefon 88 13 77, [www.tv-laubenheim.de](http://www.tv-laubenheim.de)

## Glaubensgemeinschaften

- 1 Evangelische Kirchengemeinde Mainz-Laubenheim**  
Am Leitgraben 19, Telefon 87 91 1 (Gemeindebüro) oder 86 55 4 (Pfarrerin)  
[www.evgemeinde-mzlaubenheim.ekhn.de](http://www.evgemeinde-mzlaubenheim.ekhn.de)
  - 2 Pfarrei Mariae Heimsuchung Mainz-Laubenheim**  
Pfarrer-Goedecker-Straße 29, Telefon 98 76 00, [www.pfarrei-mz-laubenheim.de](http://www.pfarrei-mz-laubenheim.de)
- Ökumenischer Besuchskreis (Geburtstagsbesuche)**  
E-Mail: [oekumbesuchskreislaubenheim@web.de](mailto:oekumbesuchskreislaubenheim@web.de)  
Weitere Einzelheiten erfahren Sie über die Kirchengemeinden.

# Mainz-Laubenheim



# Seniorenwegweiser