

Wohnen

- 1. Alten- und Pflegeheim Bruder Konrad Stift**
Weintorstr. 12, Telefon 57 62 60, www.bks-mainz.de
 - 2. Mainzer Alten- und Wohnheime**
Altenauergasse 7, Telefon 28 55 671, www.mainzeraltenheim.de
 - 3. Mundus Seniorenresidenz**
Große Bleiche 44, Telefon 21 66 0, www.mundus-leben.de/mainz/
 - 4. Bischöflicher Ordinariat – Barrierefreier Wohnraum**
Maria-Ward-Straße 2, 55116 Mainz, Telefon 25 33 19
- Wohnbau Mainz – Barrierefreier Wohnraum**
Telefon 807 111, www.wohnbau-mainz.de

Beratung

- 1. Aktiv Älter werden**
Stadthaus, Kaiserstr. 3-5, Telefon 12 27 55, www.mainz.de
- Behindertenbeauftragte der Stadt Mainz**
Frau Marita Boos-Waidosch, Telefon 22 69 19
- Frauennotruf Mainz** www.frauennotruf-mainz.de
Jeden Mittwoch tel. Sprechzeit für Frauen ab 60 Jahre, Telefon 22 12 13
- 2. KISS- Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe des DPWV**
Parcusstr. 8, Telefon 21 07 72, www.kiss-mainz.de
- Pflegestützpunkte**
- 3. Altstadt Süd** Jägerstr. 37, Telefon 600 49 86 o. 600 49 85
 - 4. Altstadt Nord** Kaiser-Wilhelm-Ring 6, Telefon 57 66 960 o. 21 64 563
www.pflegestuetzpunkte.rlp.de
 - 5. Seniorenbeirat Büro** www.mainz.de/verwaltung-und-politik/
Rathaus, Dienstag 10:00-12:00 Uhr, 1. Stock, Zimmer 142, Telefon 12 27 34
- Seniorenberatungsstellen**
Koordination Geschäftsstelle Kommunaler Präventivrat, Telefon 12 25 44

Mittagstisch

- 1. Mainzer Altenheim** Altenauergasse 7-9, 55116 Mainz, Telefon 285 51 31
www.mainzeraltenheim.de
- 2. Mundus Seniorenresidenz**
Große Bleiche 44, Telefon 21 66 0, www.mundus-leben.de/mainz/
- 3. Rathaus, 5. Stock** Jockel-Fuchs-Platz 1, Telefon 486 49 73
www.zu-tisch-mainz.de

Kultur und Bildung

- Consens Seniorenmagazin – Mitarbeit im Redaktionsteam**
Telefon 36 45 79, www.consens-seniorenmagazin.de
- 1. Volkshochschule Mainz e.V. – Angebote für Ältere**
Karmeliterplatz 1, Telefon 26 25 0, www.vhs-mainz.de
 - 2. Computer – Treff für Seniorinnen** www.frauenzentrum-mainz.de
Jeden 1. u. 3. Mi, 10 – 11.30 Uhr, Kaiserstr. 59-61, Telefon 22 12 63

Kirchengemeinden und Glaubensgemeinschaften

- 1. Dompfarrrei St. Martin u. St. Quintin**
Domstr. 10, Telefon 22 37 27, www.dompfarrrei-mainz.de
- 2. Evangelische Christuskirche**
Kaiserstr. 56, Telefon 23 46 77, www.christuskirche-mainz.de
- 3. Evangelische St. Johanniskirche**
Bischofsplatz 10, Telefon 23 42 27, www.johannis-mainz.de
- 4. Evangelische Altmünster Kirche**
Münsterstr. 25, Telefon 22 89 96, www.altmuenster.de
- 5. Evangelische Lutherkirche**
Zitadellenweg 1, Telefon 8 59 46, www.luthergemeinde-mainz.de
- 6. Katholische City-Seelsorge**
Adolf-Kolping-Str. 6, Telefon 22 18 60, www.cityseelsorge-mainz.de
- 7. Kath. Kirche St. Ignaz** Kapuzinerstr. 36, Telefon 22 42 64
www.dekanat-mainz-stadt.bistummainz.de
- 8. Kath. Kirche St. Peter**
Petersstr. 3, Telefon 22 20 35, www.sankt-peter-mainz.de
- 9. Kath. Kirche St. Stephan**
Kleine Weißgasse 12, Telefon 23 16 40, www.st-stephan-mainz.de
- 10. Stadtmission**
Am Kronberger Hof 4, Telefon 22 35 94, www.stadtmission-mainz.de
- 11. Moschee der Begegnung** Islam. Info- und Serviceleistung e.V.
Bilhildisstr. 2, Telefon 14 31 684
- 12. Jüdische Synagoge**
Synagogenplatz, Telefon 2 10 88 00, www.jgmainz.de

Information

Ortsverwaltung Altstadt im Rathaus Jockel-Fuchs-Platz 1,
Telefon 12 29 32, ortsverwaltung.altstadt@stadt.mainz.de

Unterstützung, amb. Pflege und medizinische Versorgung

- 1. DRK - Pflege, kompl. Dienste** Mitternachtsgasse 6, Telefon 26 97 0
www.drk-mainz.de/angebote/senioren/ambulante-pflege.html
 - 2. Mainzer ambulanter Hospiz- und Palliativdienst**
Weißliliegasse 10, Telefon 23 55 31, www.mainzer-hospiz.de
 - 3. Tagespflege Bruder Konrad Stift**
Weintorstr. 12, Telefon 57 62 60, www.bks-mainz.de
Weitere Infos zu Pflege- u. Unterstützung bei den Pflegestützpunkten
 - 4. Dr. med. Christoph Lembens – Facharzt für Geriatrie und Palliativmedizin**
Holzhofstr. 5, Telefon 23 71 77
- Katholisches Klinikum Mainz – Akutgeriatrie**
Telefon 575-0, www.kkm-mainz.de
- Uniklinik Mainz – Zentrum für Allgemeinmedizin u. Geriatrie**
Telefon 17-0, www.unimedizin-mainz.de

Sport und Bewegung

- 1. DRK-Seniorengymnastik** Altenauergasse 1, Telefon 22 11 17
www.ovmainz2.drkcms.de/angebote/seniorengymnastik.html
- 2. Tanzschule Willius-Senzer** Karmeliter-Str. 6, Telefon 22 06 66
www.willius-senzer.de/tanzen/senioren/
- 3. Volkshochschule Mainz e.V. – Angebote für Ältere**
Karmeliterplatz 1, Telefon 26 25 0, www.vhs-mainz.de

Treffpunkte

- 1. Begegnungscafe Pfarrhaus St. Johannis** www.johannis-mainz.de
Jeden 3. Mi um 15 Uhr, Bischofsplatz 10, Telefon 23 42 27
 - 2. Offener Treff in der Oase** www.drk-mainz.de
Freitag von 13 – 17 Uhr, Schönbornstr. 16, Telefon 2 69 36
 - 3. Ökumenischer Gottesdienst und Begegnung für Menschen mit Demenz**
Josefskapelle, Hintere Christophsgasse, Termine über Tel. 28 58 339
 - 4. Seniorentreff im Kolpinghaus jeden 2. und 4. Di um 14.30**
Holzhofstr. 19, Telefon 06130 / 94 59 82
 - 5. Stammtisch 50 plus** www.sichtbar-mainz.de
jeden 3. Mi um 19.30 Uhr, Bar jeder Sicht, Hintere Bleiche 25, Telefon 554 01 62
 - 6. Vorträge und Begegnung im Pfarrzentrum St. Peter**
Mi 15 Uhr, Petersstr. 3, Telefon 22 20 35, www.sankt-peter-mainz.de
- Weitere Angebote im Seniorenkalender „Aktiv Älter werden“, www.mainz.de

Mainz-Altstadt

