

Wohnen

1 AWO Seniorenzentrum Ursel Distelhut

Bernhard-Winter-Straße 33, Telefon 96 89-0, www.awo-rheinland.de

2 Caritas Haus St. Rochus , Begegnungszentrum

Wohngemeinschaft St. Rochus für Menschen mit Demenz

Emrichruhstraße 33, Telefon 67 90 71, www.wg-rochus.de

Servicewohnen ab 60 Jahre, Telefon 62 67 11, www.caritas-mainz.de

Sozialplanung Wohnbau Mainz

Telefon 80 75 51, E-Mail: sozialplanung@wohnbau-mainz.de

Beratung

1 Pflegestützpunkt Mainz-Mombach/Gonsenheim

Emrichruhstraße 33, Telefon 69 31 12 1 oder 69 31 12 0

2 Caritas Haus St. Rochus, Begegnungszentrum (Allgemeine Lebensberatung)

Emrichruhstraße 33, Telefon 62 67 27 oder 62 67 11, www.caritas-mainz.de

Gemeindeschwester plus – Präventive Hausbesuche für ältere Menschen

Landeshauptstadt Mainz, Kaiserstraße 3-5, Telefon 12 32 45

www.mainz.de/leben-und-arbeit/alt-und-jung/gemeindeschwester-plus.php

VdK – Sozialverband Ortsverein Mombach (Sozialberatung)

Telefon 81 88 2, www.vdk.de/ov-mainz-mombach

Seniorenversicherungsberater

Kontakt über Kommunalen Präventivrat der Stadt Mainz, Telefon 12 49 34 2

E-Mail: praeventivrat@stadt.mainz.de

Unterstützung, ambulante Pflege und medizinische Versorgung

1 Caritas Sozialstation Heilig Geist im Caritas Haus St. Rochus

Emrichruhstraße 33, Telefon 62 67 22, E-Mail: s.zapala@caritas-mz.de

www.caritas-mainz.de

2 Robins Care (Ambulanter Dienst, Tagespflege)

Westring 46a, Telefon 0176 31 51 85 29, E-Mail: cherine_azer@msn.com

Ambulanter Hospiz- und Palliativdienst

Im Niedergarten 18, 55124 Mainz, Telefon 23 55 31

E-Mail: kontakt@mainzer-hospiz.de

**Weitere Infos zu ambulanten Pflegediensten, Wohneinrichtungen,
Essen auf Rädern und Hausnotruf beim Pflegestützpunkt (siehe Beratung)**

Kultur und Bildung

1 Caritas Haus St. Rochus, Begegnungszentrum

Emrichruhstraße 33, Telefon 62 67 27, www.caritas-mainz.de

2 Öffentlicher Bücherschrank

Quellwiesstraße / Ecke Hauptstraße

3 Öffentlicher Bücherschrank

Karlsstraße / Ecke Kreuzstraße

4 Stadtteilbücherei Mainz-Mombach

Hauptstraße 94, Telefon 89 05 22, www.mainz.de

Volkshochschule Mainz, Außenstelle Mombach

Telefon 89 05 22, E-Mail: denny.jera@vhs-mainz.de

Mobile Bücherei (Bücher-Lieferdienst, Besuchs- und Vorlesedienst)

Telefon 0173 31 63 56 8, E-Mail: info@mobile-buecherei-mainz.de

Kirchengemeinden und Glaubensgemeinschaften

1 Evangelische Kirchengemeinde

Pestalozziplatz 2, Telefon 68 44 00, www.friedenskirche-mombach.de

2 Katholische Pfarrei St. Elisabeth, St. Nikolaus Kirche

Hauptstraße 151, Telefon 2 10 30 00, www.st-elisabeth.online

3 Chaldäisch-katholische Kirchengemeinde, Herz Jesu Kirche

Hauptstraße 65, Telefon 14 35 80 4

4 Italienische Kirchengemeinde, Herz Jesu Kirche

Hauptstraße 96A, Telefon 22 41 26, www.mcimainz.de

5 Marokkanische Gemeinde Mainz e.V.

An der Wieslücke 11, Telefon 55 45 93 6, E-Mail: info@masjid-attauba.de

www.masjid-attauba.de

6 St. Kyrillos koptisch-orthodoxe Kirche

Westring 315-317, Telefon 21 34 61 5 oder 0177 34 30 65 9 oder 0176 41 99 44 19

www.kopten.de/gemeinden/mainz

Info

1 Ortsverwaltung Mainz-Mombach

Hauptstraße 136, Telefon 12 38 82 1, www.mainz.de

2 Stadtteilbüro Soziale Stadt Quartiermanagement

Strunkgasse 20, Telefon 12 41 95, www.soziale-stadt-mainz.de

Mittagstisch

1 Caritas Haus St. Rochus, Begegnungszentrum (Mahl-Zeit)

Emrichruhstraße 33, Anmeldung Telefon 62 67 27 oder 62 67 28

www.caritas-mainz.de

2 AWO Seniorenzentrum Ursel Distelhut

Bernhard-Winter-Straße 33, Anmeldung Telefon 96 89 26 3

www.aworheinland.de

Treffpunkte

1 Caritas Haus St. Rochus, Begegnungszentrum

(u.a. Café Malete, Allgemeine Lebensberatung)

Emrichruhstraße 33, Telefon 62 67 27 oder 62 67 11, www.caritas-mainz.de

2 Gemeinschaftsraum Turmstraße 59 Wohnbau Mainz (u.a. offene Cafézeit)

Turmstraße 59, Telefon 80 72 07 oder 80 73 09, www.wohnbau-mainz.de

3 Meenzer Leisetreter

Nerobergstraße 2, Telefon 38 43 36, www.meenzer-leisetreter.de

E-Mail: erwin-trautmann@t-online.de

4 Zuhause in Mainz: Nachbarschaftscafé „Schöne Zeit“ (u.a. offene Cafézeit)

Westring 46 A, Telefon 26 74 24 8, www.caritas-mainz.de

5 Arbeiterwohlfahrt Ortsverein Gonsenheim/Mombach

AWO Tagesstätte Pfarrer-Grimm-Str. 3, Telefon 55 37 06 6

2. Vorsitzende Irene Diezinger, Telefon 68 53 61

6 Evangelische Kirchengemeinde Mainz-Mombach

(Seniorenachmittag, Seelsorge und Hausbesuche)

Pestalozziplatz 2-4, Telefon 68 44 00, www.friedenskirche-mombach.de

Weitere Infos zu Treffpunkten, aktuellen Veranstaltungen und

Digitalsprechstunden im Seniorenveranstaltungs-kalender

„aktiv älter werden“ oder

www.mainz.de/leben-und-arbeit/alt-und-jung/aktiv-aelter-werden.php

Sport und Bewegung

1 Frei- und Hallenbad

Obere Kreuzstraße 11-13, Telefon 62 99 90, www.schwimmbad-mainz.de

2 Mombacher Turnverein 1861 e.V.

"Fit und Clever mit dem MTV" - ein abwechslungsreiches Aktivierungsprogramm

für Körper und Geist, für ältere Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen

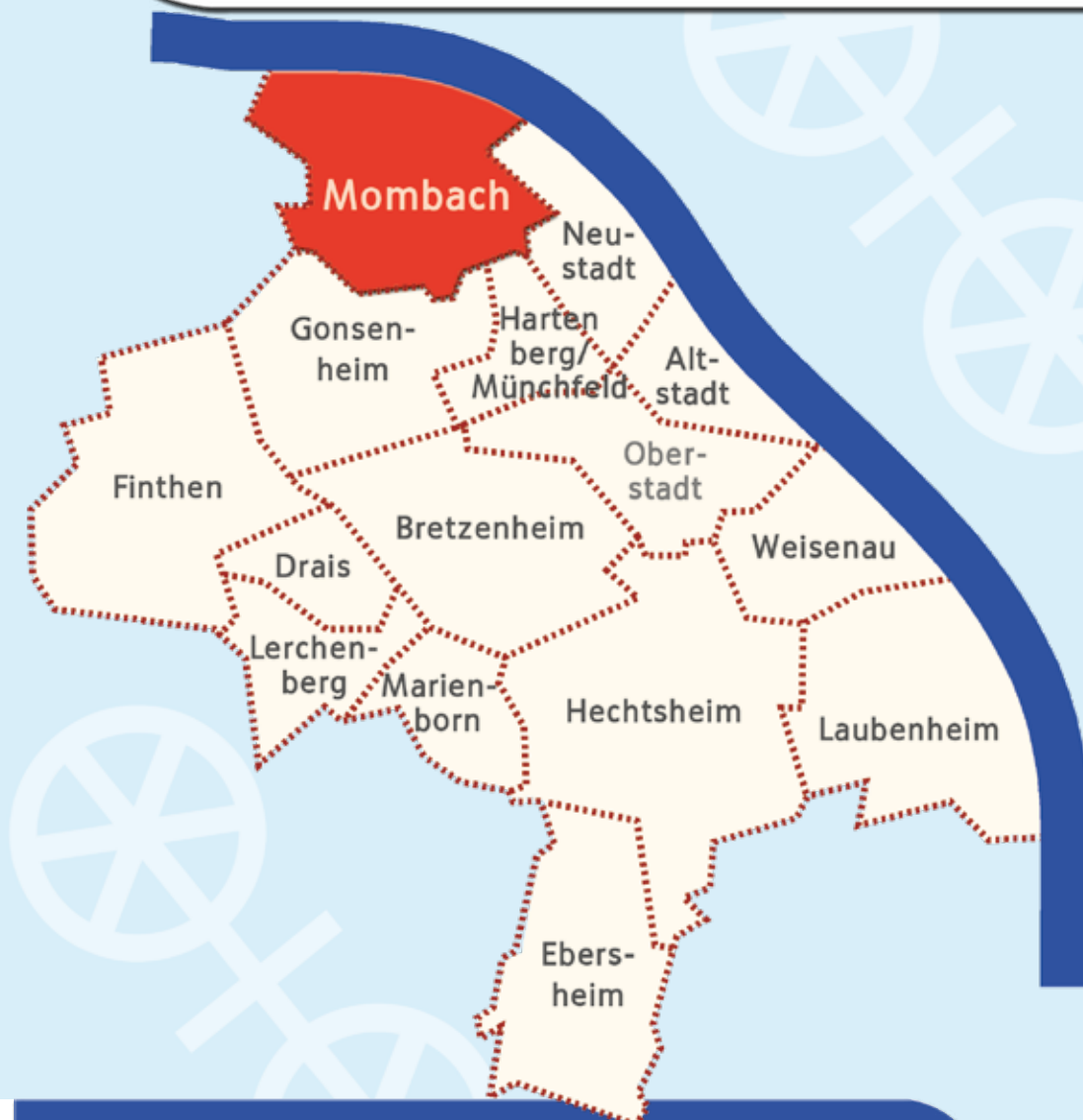
AWO Seniorenzentrum Ursel Distelhut, Bernhard-Winter-Str. 33

Turnerstr. 31-33, Telefon 73 27 22 4 oder 01573 46 21 29 1

E-Mail: info@mombacher-turnverein.de, www.mombacher-turnverein.de

Mainz-Mombach

2. Auflage 2025



Gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend in Kooperation mit dem Deutschen Verband für Wohnungswesen, Städtebau und Raumordnung e.V.

Herausgeber:

Senioren-Netzwerk Mombach
Kontakt: c/o AWO
Seniorenzentrum Ursel Distelhut
Telefon 96 89 18 6



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Deutscher Verband für Wohnungswesen
Städtebau und Raumordnung e.V.



Landeshauptstadt
Mainz



Soziale Stadt



Caritasverband
Mainz e.V.



Seniorenwegweiser