13. August 2025

Kostenlose Sprechstunden für ältere Menschen in Mainz: Unterstützung durch Gemeindeschwester plus

(fsc) Die Landeshauptstadt Mainz bietet im Rahmen des Landesprogramms Gemeindeschwester plus kostenfreie Sprechstunden für ältere Menschen an. Ziel ist es, Senior:innen in ihrer Selbstständigkeit zu unterstützen und Pflegebedürftigkeit so lange wie möglich hinauszuzögern. Die Sprechstunden bieten eine wertvolle Gelegenheit, sich persönlich und ohne Verpflichtungen beraten zu lassen – ganz gleich, ob es um Fragen der Alltagsbewältigung, Mobilität, Wohnraumanpassung oder auch das Thema Einsamkeit geht.

Sprechstunden von Zakia Amallah:

• Lerchenberg: Jeden 1. Donnerstag im Monat, 14.30 – 16 Uhr

Stadtteilladen, Regerstraße 31 (ehemalige Sparkasse), 55127 Mainz-Lerchenberg

• Marienborn: Jeden 2. Donnerstag im Monat, 14.30 – 16 Uhr

Treffpunkt Marienborn, Am Sonnigen Hang 9a, 55127 Mainz-Marienborn

Landeshauptstadt Mainz
Hauptamt
Pressestelle | Kommunikation
Stadthaus Große Bleiche
Große Bleiche 46/Löwenhofstraße 1
55116 Mainz

Telefon: 49 6131 12 22 21
Telefax: 49 61 31 12 33 83
E-Mail: pressestelle@stadt.mainz.de
www.mainz.de

• Bretzenheim: Jeden 4. Donnerstag im Monat, 14.30 – 16 Uhr
Ortsverwaltung Bretzenheim, Bahnstraße 8-12, 55128 Mainz-Bretzenheim

Sprechstunden von Tobias Kaiser:
• Neustadt: Jeden 1. Donnerstag im Monat, 10 – 12 Uhr
Stadtteilbüro der sozialen Stadt Mainz, Sömmerringstraße 35, 55118 Mainz-Neustadt
• Laubenheim: Jeden 2. Donnerstag im Monat, 10 - 12 Uhr, AWO Begegnungsstätte, Wilhelm-Leuschner-Straße 14, 55130 Mainz-Laubenheim

Die Teilnahme an den Sprechstunden ist ohne Anmeldung möglich, eine vorherige Anmeldung wird jedoch für eine bessere Planung empfohlen.

Das Angebot richtet sich an ältere Menschen, die noch keine Pflege benötigen, aber eine unterstützende Beratung wünschen. Die Fachkräfte der Gemeindeschwester plus hören zu, bieten individuelle Beratung und vermitteln passende Angebote, um die Lebensqualität zu steigern. Ihr Ziel ist es, eine unabhängige Lebensführung zu erhalten und den Eintritt in Pflegebedürftigkeit durch präventive Maßnahmen zu verhindern oder hinauszuzögern.

Landeshauptstadt Mainz
Hauptamt
Pressestelle | Kommunikation
Stadthaus Große Bleiche
Große Bleiche 46/Löwenhofstraße 1
55116 Mainz

Telefon: 49 6131 12 22 21
Telefax: 49 61 31 12 33 83
E-Mail: pressestelle@stadt.mainz.de
www.mainz.de

Das Landesprogramm wird durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz sowie durch kommunale Mittel gefördert und ist ein wichtiger Baustein in der Unterstützung älterer Menschen in Mainz.

Für weitere Informationen oder Fragen zu den Sprechstunden wenden Sie sich bitte an:

Zakia Amallah
E-Mail: zakia.amallah@stadt.mainz.de
Telefon: 06131 - 12 32 42

Tobias Kaiser
E-Mail: tobias.kaiser@stadt.mainz.de
Telefon: 06131 - 12 35 83