

Erste-Hilfe- Wegweiser

für obdach- und
ohnsitzlose Menschen
in Mainz...



Kleiner Wegweiser für die erste Hilfe...



Sie sind bedroht von Wohnungslosigkeit oder haben Ihre Wohnung bereits verloren?



Sie haben kein Geld mehr und wissen nicht, wo Sie heute Nacht schlafen sollen?



Sie haben hunger, wollen sich duschen und aufwärmen, Wäsche waschen oder Sie benötigen neue Kleidung?

Wir vom **Verein Wohnsitzlos in Mainz e.V.** haben es uns zum Ziel gesetzt, Wohnungslosen und hilfsbedürftigen Menschen in Mainz und Umgebung zu helfen.

Für eine "erste Hilfe" haben wir diesen **Wegweiser** mit Adressen von Diensten und Einrichtungen, die Ihnen gerne weiterhelfen, erstellt.

Hrsg.: **Wohnsitzlos in Mainz e.V.**

Verwaltungssitz: Jakob-Steffan-Straße 81, 55122 Mainz
<https://wohnsitzlos-mainz.de/> . WohnsitzlosMainz@gmail.com
www.instagram.com/wohnsitzlosinmainz
www.facebook.com/wohnsitzlosinmainz

Idee und Umsetzung: videa-design | simone hill

Symbole – schneller suchen & finden



Notübernachtung
Wohnheim



Kleiderkammer
Medizinische Hilfen



Heiße Getränke / Warme Mahlzeiten
Vollverpflegung
Kochgelegenheiten
Ausgabe von Essenspaketen



Wäsche waschen
Nutzung von Sanitär-
anlagen und -material



Fachliche Beratung/ Unterstützung
Psycho-soziale Betreuung
Auszahlung der Tagessätze



Möglichkeit zum Telefonieren
W-Lan

Übernachtungseinrichtungen für Frauen

Wendepunkt e.V. - Mainzer Neustadt

Hilfe für Frauen in sozialen Notlagen ab 18 Jahren
Informations- und Hilfezentrum in allen Fragen
und Belangen, die Frauen in Wohnungsnot haben.

- Wohnheim: 15 Plätze
- Notübernachtung: 4 Plätze
- Tagesaufenthalt
- Fachliche Beratung und Unterstützung
- Kreativangebot
- W-Lan

Nahestraße
55118 Mainz

Telefon: 06131 - 275 55-0

wendepunkt@mission-leben.de
<https://www.mission-leben.de/menschen-in-sozialen-notlagen/mainz-wendepunkt/>



Haus Bahar

Im Mainzer Stadtteil Laubenheim hat der Verein Armut und Gesundheit ein Haus gekauft, in das seit Februar 2024 insgesamt 3 Frauen einziehen können. Außerdem gibt es eine Notschlafstelle, für eine kurzfristige Unterbringung.

- Gemeinschaftsraum
- Küche
- Badezimmer

Wenden Sie sich bitte an den Verein
Armut und Gesundheit in Deutschland e.V.

Telefon: 06131 / 62 79 298

info@armut-gesundheit.de
<https://www.armut-gesundheit.de/>



Notunterkünfte für Frauen und Männer ohne festen Wohnsitz

NachtRaum

- 30 Betten
- fachliche Beratung und Unterstützung
- getrennte Bereiche für Frauen und Männer durch Sichtschutz möglich
- Die Plätze werden jeden Tag neu vergeben
- Nachtwache von 22.00 bis 06.30 Uhr

Münsterstraße 31
55116 Mainz

Soziale Betreuung durch
DRK-Kreisverband Mainz-Bingen e.V.

Tel: 06131 - 269 0

info@drk-mainz.de
www.drk-mainz.de/angebote/wohnungslosenhilfe.html

Bürozeiten:
Mo.-Do. von 08.00 - 16.00 Uhr
Freitag von 08.00 - 13.00 Uhr

13 Notschlafplätze für Männer und Frauen

Mehrbettzimmer für Menschen in Not.
Es gibt insgesamt 4 Plätze für Frauen und
9 Plätze für Männer.

Die Aufnahme erfolgt ohne Voranmeldung ab 19 Uhr
direkt beim Objektschutz in der **Housing Area** Gebäude
6411, Finther Landstraße 21, 55124 Mainz

Vorübergehende Obdachlosenunterkunft der Stiftung Juvente in der Housing Area

- Unterbringung in Mehrbettzimmern
- Notschlafzimmer mit 4 Schlafplätzen
für die Wintermonate
- Psycho-soziale Betreuung
- Fachliche Beratung und Unterstützung

Die Aufnahme erfolgt nach telefonischer Rücksprache
und Terminvergabe Mo.- Fr. 08.00 bis 17.00 Uhr

Telefon: 06131 - 932 90 40

Telefonische Erreichbarkeit:
Montag - Freitag 08.00 bis 14.00 Uhr

E-Mail: mofw@stiftung-juvente.de



Übernachtungseinrichtungen für Männer

Thaddäusheim

Angebote im Thaddäusheim in Mainz für wohnungslose oder von Wohnungslosigkeit bedrohte Männer.

- Notübernachtung: 34 Betten
- Vollverpflegung
- fachliche Beratung und Unterstützung
- Resozialisierungsmaßnahmen und ambulante
- Wohngemeinschaften mit 30 Plätzen
- 24 Plätze für alte und kranke, ehemals wohnungslose Menschen, die nicht mehr alleine leben können

An der Goldgrube
55131 Mainz

Telefon: 06131 - 530 10 14

<https://www.caritas-mainz.de/caritas-vor-ort/mainz/thaddaeusheim>



Heinrich-Egli-Haus

Angebote im Heinrich-Egli-Haus ist ein Wohnheim für wohnungslose oder von Wohnungslosigkeit bedrohte Männer:

- Wohnheim: 50 Plätze
- Herberge: 20 Plätze
- kurzzeitige Notübernachtung
- Grundversorgung
- fachliche Beratung und Unterstützung
- W-Lan

Fritz-Kohl Straße 14
55122 Mainz

Telefon: 06131 - 3 75 05-0

heinrich-egli-haus@mission-leben.de

<https://www.mission-leben.de/menschen-in-sozialen-notlagen/mainz-heinrich-egli-haus/>



Tagesstätten und Bekleidung

Mission Leben - Tagesaufenthalt Wallstraße

Bekannte treffen, sich austauschen oder sich einfach mit dem Nötigsten versorgen: Der Tagesaufenthalt bietet Aufenthalts- und Kontaktmöglichkeiten.

- Auszahlen der Tagessätze
- Ausgabe von Essenspaketen
- Waschen von Wäsche
(Termine müssen vorab vereinbart werden)
- Nutzung von Sanitäreinrichtungen (Duschen)
- W-Lan Nutzung

Öffnungszeiten Tagesaufenthalt:

Montag bis Freitag von 08.00 bis 13.00 Uhr

Beratungszeiten:

Montag bis Freitag von 09.00 bis 13.00 Uhr

Wallstraße 13

55122 Mainz

Telefon: 06131 - 570 21-0

psb-mainz@mission-leben.de

Pfarrrer-Landvogt-Hilfe e.V.

Rückzugsmöglichkeit und Treffpunkt für Wohnungslose

- Garantierte Bereitstellung von heißen Getränken, Brot, Margarine, Marmelade
- Zubereitung warmer Mahlzeiten für die Allgemeinheit je nach Spendenaufkommen und Eigeninitiative der ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen und Teestubenbesuchern
- Kochgelegenheit für einzelne Teestubenbesucher
- Waschen von Wäsche
- Nutzung von Sanitäreinrichtungen und -material
- Kleiderkammer + Schlafsäcke

Öffnungszeiten Teestube:

Mo - Fr 08.30 - 10.30 Uhr und 17.00 - 18.30 Uhr

Sa + So 09.00 Uhr - 10.00 Uhr

Zitadelle / Bau F

55131 Mainz

Telefon: 06131 - 22 44 22

E-Mail: fsj@plh.de

<https://www.plh.de/>





Herberge Bingen

Im Übernachtungsbereich ist die Aufnahme in akuten Notsituationen für wohnungslose Frauen und Männer für bis zu 6 Tage pro Monat möglich. (Übernachtungsanfragen bitte nur telefonisch)

- Notübernachtung
- Waschen von Wäsche
- Nutzung von Sanitäreinrichtungen (Duschen)
- Zubereitung eigener Mahlzeiten
- Fachliche Beratung durch Sozialarbeiter

Mainzer Strasse 105
55411 Bingen

Telefon: 06721 / 108 85
s.horn@thaddaeusheim.de

Übergangsunterkunft der Stiftung Juvente für Wohnungslose Familien



Die Übergangsunterkunft steht für von Obdachlosigkeit bedrohte Familien, Lebensgemeinschaften, allein erziehende Mütter und Väter offen.

Die Vermittlung erfolgt ausschließlich über die Fachstelle für Wohnraumhilfe (Kaiserstraße 3/5, 55116 Mainz)

Nefret Abu El-Ez

Dipl.-Sozialpädagogin / Sozialarbeiterin, Erzieherin

Telefon: 06131 / 880 79 10

E-Mail: n.abuelez@stiftung-juvente.de

Wohnraumsicherung beantragen:

Hilfestellung bei Wohnungsproblemen mit dem Ziel Wohnraum zu erhalten und Obdachlosigkeit zu vermeiden

Das Amt für soziale Leistungen bietet persönliche Beratung und Unterstützung bei akutem oder drohendem Wohnungsverlust, durch Kündigung, Räumungsklage, Zwangsräumung

https://www.mainz.de/vv/produkte/soziale_leistungen/Wohnraumsicherung-beantragen.php

Beratung / Finanzielle Hilfen / Medizinische Versorgung



Start-Hilfe

Die Start-Hilfe ist eine Beratungsstelle für Wohnungslose und von Wohnungslosigkeit bedrohte Menschen. Sie übernimmt innerhalb der Wohnungslosenhilfe des Caritasverbands Mainz e. V. die ambulanten Hilfen Start-Hilfe/Beratungsstelle der Wohnungslosenhilfe im Caritas Verband Mainz e. V.

Zitadelle 1 F
55131 Mainz

Telefon: 06131 - 22 77 74
starthilfe@thaddaeusheim.de



Fachstelle Wohnraumhilfe

Die Fachstelle Wohnraumhilfe berät bei drohender Wohnungslosigkeit und Themen, wie Mietrückständen, Räumungsklagen, Obdachlosigkeit, Kündigung des Mietvertrages oder sonstigen Schwierigkeiten mit dem Vermieter sowie bei der Suche nach Wohnraum oder einer Unterbringungsmöglichkeit.

für den nördlichen Landkreis

VG Rhein-Nahe, VG Gau-Algesheim, Bingen, Ingelheim
und VG Sprendlingen-Gensingen

Im Caritas-Zentrum K3
Keltenweg 3
55218 Ingelheim

Tel. 06132 - 42 204-26/-27

für den südlichen Landkreis

VG Rhein-Selz, VG Bodenheim, VG Nieder-Olm,
Gemeinde Bodenheim

Im Beratungszentrum Oppenheim
Am Markt 10
55276 Oppenheim

Tel. 06133 - 57 89 90

[https://www.mainz-bingen.de/de/Aemter-Abteilungen/
Soziales/Fachstelle-Wohnraumhilfe.php](https://www.mainz-bingen.de/de/Aemter-Abteilungen/Soziales/Fachstelle-Wohnraumhilfe.php)



☉ Armut und Gesundheit in Deutschland e.V.

Medizinische Hilfe für Wohnungslose und Menschen in schwierigen Lebenslagen (mit oder ohne Krankenversicherungsschutz). Medizinische Grundversorgung und Sozialberatung

- Medizinische Sprechstunden
- Sozialarbeiterische Beratung per Telefon und E-Mail
- Organisation der Unterbringung im Hotel

Aufsuchende Medizinische Betreuung durch das Arztmobil und Verteilung von Essenspaketen (in Kooperation mit der Pfarrer-Landvogt-Hilfe)

Mo-Fr: 10.00 - 11.00/12.00 Uhr.

Aktueller Sprechstunden-Plan unter:

<https://www.armut-gesundheit.de/was-wir-tun/ambulanz-ohne-grenzen-2/>

Zitadelle 1 F

55131 Mainz

Telefon: 06131 / 62 79 298

ambulanz@armut-gesundheit.de

<https://www.armut-gesundheit.de/>

Sprechstunden

Heinrich-Egli-Haus

Fritz-Kohl Straße 14, 55122 Mainz

Mo: 16.00 - 17.00 Uhr

Beratungsstelle der Evangelischen Wohnungslosenhilfe Mainz

Wallstraße 13, 55122 Mainz

Di: 09.00 - 11.00 Uhr + Fr: 10.00 - 12.00 Uhr

Thaddäusheim

An der Goldgrube, 55131 Mainz

Mi: 16.00 - 19.00 Uhr

Das Arztmobil (weißer Mercedesbus) tourt an folgenden Tagen:

Di: ca. 09.00 - 10.00 Uhr ▶ Pfarrer-Landvogt-Hilfe

▶ Parkhäuser ▶ Wendepunkt ▶ Container

Rheinufer ▶ Kaisertor ▶ Domplatz

Mi: ca 19.00 - 20.00 Uhr Pfarrer-Landvogt-Hilfe

Do: ca. 16.30 Uhr Heinrich-Egli-Haus ▶

ca. 18.00 Uhr Pfarrer-Landvogt-Hilfe

Inobhutnahmestellen

Notaufnahmen für Kinder und Jugendliche im Rahmen der Inobhutnahme

Kindernotaufnahme / KINO

Die Kinder-Notaufnahme Mainz bietet bis zu 15 Kindern und Jugendlichen eine sichere Unterkunft, wenn sie aufgrund einer akuten Notsituation nicht in ihrer Familie verbleiben können.

Telefon: 06131 - 90 60 982

E-Mail: notaufnahme@stiftung-juvente.de

Jugendnotaufnahme / JUNO

In der Jugendnotaufnahme Mainz finden bis zu zehn Jugendliche eine Unterkunft, wenn sie aufgrund einer akuten Konfliktsituation nicht in ihrer Familie bleiben können.

Telefon: 06131 - 14 33 723

E-Mail: juno@stiftung-juvente.de

Wichtige Telefonnummern um Menschen in Not zu unterstützen:



112

110

Kältebus "Platte"

Die Obdachloseninitiative Rheinland-Pfalz e.V.

0172 - 61 28 282 und 06721 - 45 474

Kältebus Mainz / MZ-Bingen / Rheinhessen hilft!

0163 - 68 67 137

Im Notfall wählen Sie bitte:

110 (Polizei) oder **112** (Feuerwehr/Rettungsdienst)

Medinetz Mainz e.V.

Medinetz Mainz e.V. ist eine Anlaufstelle für Asylbewerber*innen, Migrant*innen und Menschen ohne Papiere, die in Mainz leben und keine Krankenversicherung haben.

Offene Sprechstunde im Caritas-Zentrum Delbrêl: Jeden ersten Montag im Monat zwischen 19.00 und 20.00 Uhr.

Caritas-Zentrum Delbrêl

Aspeltstr. 10, 55118 Mainz-Neustadt

Telefon: 0176 - 620 333 02

(Der Anrufbeantworter wird regelmäßig abgehört)

info@medinetzmainz.de



112

110

- **Telefonseelsorge** Beratungsangebote für akute Krisensituationen - anonyme, kostenlose Beratung zu jeder Tages- und Nachtzeit.
0800 1110111 oder 0800 1110222.
<https://www.telefonseelsorge.de/>
- **Kinder- und Jugendtelefon**
Montags bis samstags von 14.00 - 20.00 Uhr unter den Nummer 0800 111 0 333 und 116 111.
<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/faq-kinder-und-jugendtelefon/>
- **Opfer-Telefon des Weißen Rings**
täglich unter 116 006 von 7.00 bis 22.00 Uhr.
<https://www.weisser-ring.de/>
- **Verbraucherzentralen** Infos, Warnungen und Tipps zu Kriminalität im Internet etc.
<https://www.verbraucherzentrale.de/>
- Hilfe für **Kinder und Jugendliche bei Cybermobbing** und anderen Problemen im Netz.
<https://www.juuuport.de/>
- **JUKI** – Beratung für Kinder, Jugendliche und Angehörige, deren Familienmitglieder oder Freunde inhaftiert sind.
<https://www.juki-online.de/>

Die 115 ist die einheitliche Behördennummer – der direkte Draht zu Auskünften über Verwaltungsdienstleistungen von Bund, Ländern und Kommunen, erreichbar von Montag bis Freitag von 8.00 - 18.00 Uhr.

Wohnsitzlos in Mainz e.V.

Wir haben uns zur Aufgabe gemacht, wohnungslosen und hilfsbedürftigen Menschen in Mainz und Umgebung nachhaltig zu helfen. Gleichzeitig setzen wir uns dafür ein, das Bewusstsein in der Gesellschaft für die Lebensrealitäten dieser Menschen zu schärfen.

Das Besondere: Bei uns begegnen sich Menschen mit und ohne festen Wohnsitz auf Augenhöhe – als Mitglieder und in gemeinsamen Aktionen. Dieses Miteinander fördert nicht nur Verständnis, sondern auch gegenseitigen Respekt.

Wohnungslose engagieren sich aktiv im Verein und bringen ihre Erfahrungen ein. So entsteht ein authentisches Bild ihrer Lebenssituation und ihrer tatsächlichen Bedürfnisse.

Wir organisieren gezielt Sachspenden, bieten praktische Unterstützung im Alltag und leisten unbürokratische Soforthilfe in akuten Notlagen.

<https://wohnsitzlos-mainz.de/>
WohnsitzlosMainz@gmail.com



Café BALANCE, Drogenhilfezentrum

Hilfe für volljährige Menschen, die durch den Konsum psychoaktiver Substanzen unter illegalen Bedingungen gefährdet, beeinträchtigt oder geschädigt sind.

- Notschlafstelle für Männer und Frauen
- Tagesaufenthalt
- kostengünstige Getränken und Mahlzeiten
- Waschen von Wäsche
- Nutzung von Sanitäranlagen (Duschen)
- Sprizentausch
- kleine Kleiderkammer
- Möglichkeit zum Telefonieren
- Kurzberatung / Gesundheitsberatung
- Basisversorgung

Öffnungszeiten Drogenhilfezentrum:

Mo - Mi: 10.00 - 16.00 Uhr

Do: 14.00 - 17.00 Uhr / Fr: 10.00 - 15.00 Uhr

Einlass in die Notschlafstelle tägl. 21.00 bis 24.00 Uhr
<https://www.cafe-balance.de/notschlafstelle.html>

Augustusstraße 29a, 55131 Mainz

Telefon: 06131 / 57 47 84

E-Mail: cafe.balance@stadt.mainz.de



Die **Wohngruppe IKARUS** stellt 12 Plätze für Haftentlassene und Wohnungslose im Alter zwischen 18-40 Jahren zur Verfügung. Es werden Zweier- oder Dreier-Wohngruppen mit möblierten Einzelzimmern angeboten. Die Betreuung umfasst psychosoziale Beratung, Unterstützung bei Ämtern und Behörden, bei der beruflichen Perspektive, bei der Wohnungssuche und der Anmietung, sowie weitere individuelle Hilfen. Die Betreuungsziele sind u.a. Stabilisierung der Persönlichkeit, Beschäftigung und Einkommenssicherung,

Turnerstraße 43
55120 Mainz-Mombach

Tel.: 06131 - 68 88 28
E-Mail: a.kachanau@outh.de

Nerobergstraße 4
55120 Mainz-Mombach

Tel.: 06131 - 69 05 49
E-Mail: h.braun@outh.de





Unterstützung für Tiere

Es ist schwer, mit begrenztem Budget auszukommen und/oder sich in einer finanziellen Krise zu befinden. Wenn dann auch noch ein geliebtes Tier versorgt werden muss, steht man schnell vor unlösbaren Herausforderungen; unvorhergesehene Ausgaben beim Tierarzt überschreiten oft jegliche Grenzen.

Es gibt verschiedene **Organisationen**, die sich darauf spezialisiert haben, bedürftige Haustierbesitzer:innen zu unterstützen.

Ein weiterer Ansatzpunkt sind **Tierversicherungen**. Durch Abschluss einer solchen Versicherung können Tierbesitzer:innen ihre Vierbeiner vor unvorhergesehenen hohen Arztkosten schützen und sichergehen, dass sie im Ernstfall nicht aus finanziellen Gründen auf notwendige Behandlungen verzichten müssen.

Darüber hinaus existieren auch einige **gemeinnützige Organisationen** und **Vereine**, die kostenfreie oder kostengünstige tiermedizinische Hilfeleistungen anbieten. Niemand sollte sich scheuen nach Hilfe zu fragen!

Ratenzahlung mit der Tierarztpraxis vereinbaren...

Wenn das Budget knapp ist und die Kosten für den Tierarztbesuch nicht gedeckt werden können, ist es





ratsam, direkt mit den Ärzt:innen zu sprechen. Oftmals sind diese bereit, eine Ratenzahlung zu vereinbaren, damit der offene Betrag nach und nach beglichen werden kann. Um Missverständnisse zu vermeiden sollten die Ratenzahlungen vorher klar besprochen werden.

Kontakt zu Tierschutzvereinen und Tierheimen aufnehmen...

Ob ein Tierheim oder Tierschutzverein dabei helfen kann, offene Rechnungen zu begleichen, hängt von jedem einzelnen Fall ab. Es kommt vor allem darauf an, wie gut das jeweilige Tierheim oder die Organisation finanziell aufgestellt ist. Teilweise bieten dort ehrenamtlich tätige Tierärzt:innen ihre Hilfe an. In einigen Städten gibt es "Tafeln" für Haustiere.

<https://www.tierheim-mainz.de/tierschutzverein/>

<https://www.sozialfelle.de/>

<https://pfote-drauf-tierhilfe.de/>

<https://mydog365.de/magazin/wissen/tierarztthilfe-beduerftige/>

<https://mydog365.de/magazin/wissen/tiertafeln/>

<https://www.gofundme.com/de-de/c/blog/help-with-vet-bills>



Notizen



