

Leichte
Sprache



Mehrgenerationenhaus

Aktive Senioren -
das ist gut für Ingelheim

Senioren•konzept für Ingelheim am Rhein

Senioren·konzept Ingelheim in Leichter Sprache

Liebe Ingelheimer!
Mein Name ist Eveline Breyer.
Ich bin die Bürgermeisterin von Ingelheim.
Ich freue mich.
Denn: Das neue Senioren·konzept ist fertig.



Wir wissen:
Die Menschen werden immer älter.
Das verändert eine Gesellschaft.
Für die Stadt Ingelheim
ist deshalb besonders wichtig:
Alle Menschen leben gut in Ingelheim.
Egal, wie alt sie sind.

In diesem Text lesen Sie:

- Das gibt es in Ingelheim für ältere Menschen.
- Das macht das Senioren·büro Ingelheim.

Vielleicht finden Sie in diesem Heft
auch ein Angebot für sich.

Oder Sie haben eine Frage an das Senioren·büro.
Im Heft finden Sie Infos und Kontakte dafür.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen!



Liebe Ingelheimer!
Wir sind die Mitarbeiter vom Senioren·büro
in Ingelheim.
Wir haben diesen Text geschrieben.
Für uns ist wichtig:
Der Text ist einfach und kurz.
So ist der Text für alle Menschen.
Egal, ob sie älter sind oder **nicht**.
Deshalb gibt es den Text auch
in Leichter Sprache.



Zuerst wollen wir uns vorstellen.
Beim Senioren·büro arbeiten 4 Leute.



Christine Jacobi-Becker ist seit vielen Jahren die Chefin vom Senioren·büro. Sie hilft den älteren Menschen bei allen Fragen.

Dafür macht sie zum Beispiel:

- Beratung
 - Gruppen
 - Projekte
-



Birgit Kleine-Weitzel ist die Chefin von der Abteilung

für Demografie und Ehrenamt.

Das Senioren·büro ist ein Teil von dieser Abteilung.

Die Abteilung für Demografie und Ehrenamt kümmert sich um 2 Themen:

- Wie viele Menschen gibt es in Ingelheim?
- Wie viele Menschen machen ein Ehrenamt?

Das Senioren·büro hilft der Abteilung dabei.



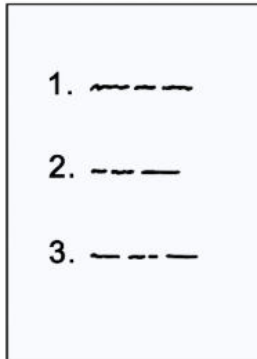
Sabine Liebmann arbeitet im Senioren·büro.

Sie kümmert sich um diese Angebote:

- Essen auf Rädern
- Tages·betreuung



Dr. Annika Pfaff arbeitet in der Abteilung für Demografie und Ehrenamt. Sie kümmert sich um die Stadt·teil·treffs und das Ehrenamt in Ingelheim.



Vor einem Jahr haben wir zusammen mit der Arbeit für diesen Text angefangen. Dieser Text heißt: Senioren·konzept. Das Senioren·konzept ist ein Plan für ältere Menschen. Im Plan steht: So will die Stadt Ingelheim gut für ältere Menschen arbeiten.



Wir bedanken uns bei:
Christina Michaelis
und Christine Geisel.
Sie haben uns beraten
und das Heft gestaltet.



Wir wünschen viel Spaß beim Lesen!
Herzliche Grüße,
Christine Jacobi-Becker
Birgit Kleine-Weitzel
Sabine Liebmann
Dr. Annika Pfaff

Wer sind Senioren?



Senioren ist ein anderes Wort für ältere Menschen.

Aber: Wann ist man ein Senior?

Wir finden:

Dafür gibt es **kein** genaues Alter.

Sondern:

Alle Menschen sind Senioren, die sich als Senioren fühlen.

Zum Beispiel:

- Wenn man im Ruhestand ist.
- Wenn man Oma oder Opa ist.

Das Senioren-konzept können alle Menschen lesen.

Egal, wie alt sie sich fühlen.

Das Senioren-büro in Ingelheim



Wir Mitarbeiter vom Senioren-büro machen Angebote für ältere Menschen. Wir helfen bei Fragen.

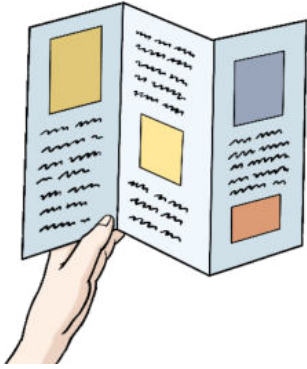


Wir sind Mitglied

im Arbeitskreis Alten-hilfe.

Das ist eine Gruppe.

Dort arbeiten Mitarbeiter aus der Alten-hilfe und Ehrenamtliche zusammen.



Wir machen ein Info·heft für Senioren.

Es heißt: Senioren·info.

Das Info·heft gibt es alle 3 Monate neu.

Es ist kostenlos.

Das Info·heft bekommt man:

- in Geschäften
 - bei Ärzten
 - in Apotheken
- in Ingelheim.



Jetzt erklären wir die Angebote
vom Senioren·büro.

Sie heißen:

- Einzelfall·beratung
- Gruppen
- Projekte

Einzelfall·beratung

Wir helfen älteren Menschen.

Sie können im Senioren·büro um Hilfe bitten
und Fragen stellen.

Zum Beispiel über:

- die Zeit nach der Arbeit
- Sorgen um Geld
- eine neue Wohnung
- Einsamkeit

Wir beraten die Senioren dann.

Die Beratung ist im Mehr·generationen·haus
oder bei den Senioren zuhause.



Gruppen

In Ingelheim gibt es verschiedene Gruppen.
Diese Gruppen helfen Senioren.

Zum Beispiel:

- die Stadt·teil·kümmerer
- der Besuchs·dienst

Wir leiten die Gruppen
und treffen uns oft mit den Gruppen.
Dann tauschen wir uns mit ihnen aus
und lösen zusammen Probleme.



Projekte

Wir machen verschiedene Projekte für Senioren.

Zum Beispiel:

Jedes Jahr sind die Ingelheimer Senioren·tage.
Dieses Projekt dauert immer 2 Wochen.

In den 2 Wochen gibt es viele Veranstaltungen
für Senioren.

Zum Beispiel:

- Ausflüge
- Konzerte
- Weinproben
- Vorträge über Gesundheit



Bei Fragen zu:

- Einzelfall·beratung
- Gruppen
- Projekten

hilft Ihnen Christine Jacobi-Becker gerne.

Ihre Telefon·nummer ist:

0 61 32 - 89 80 41 9

Ihre E-Mail-Adresse ist:

christine.jacobi-becker@ingelheim.de



Quartiers · entwicklung



Quartier ist ein anderes Wort für Stadt · teil.

Die Menschen in einem Stadt · teil

haben oft etwas gemeinsam.

Vielleicht wollen sie den Stadt · teil besser machen und sie wollen sich dort wohlfühlen.

Dafür muss es bestimmte Sachen geben.

Zum Beispiel:

- Bus und Bahn
- genug Wohnungen für alle Menschen
- Ansprech · person für den Stadt · teil

Busse

In den letzten Jahren hat sich viel bei den Bussen geändert.

Denn: Senioren haben sich dafür eingesetzt.

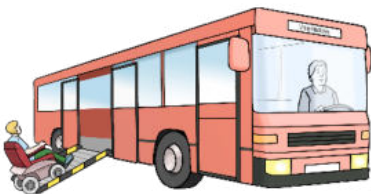
Sie haben viel erreicht.

Zum Beispiel:

- Die Bus · linien fahren jetzt in allen Stadt · teilen.
- Das Mehr · generationen · haus hat eine eigene Haltestelle.
- Es gibt mehr Busse mit niedrigem Einstieg.
Das heißt:

Man kann **ohne** Hilfe in den Bus steigen.

- Die Busse fahren öfter am Tag.
- Es gibt ein Boden · leit · system.
Das ist eine Hilfe für Menschen mit Seh · behinderung.



Stadt·teil·kümmerer

Die Stadt Ingelheim hat einen Plan gemacht.

In dem Plan steht:

In jedem Stadt·teil soll es Ansprech·personen für alle Menschen geben.

Diese Ansprech·personen heißen:

Stadt·teil·kümmerer.

Ihre Aufgaben sind:

- Sie sind für die Menschen im Stadt·teil da und hören ihnen zu.
- Sie vermitteln zwischen den Menschen und der Stadt·verwaltung.



Das sind die Stadt·teil·kümmerer von Ingelheim:

- Für Ingelheim-West:
Dorothea Priesmeyer
Ihre Telefon·nummer ist 0 61 32 - 97 44 95 2.
- Für Nieder-Ingelheim:
Ingrid Feser
Ihre Telefon·nummer ist 0 61 32 - 14 33.
- Für Ober-Ingelheim:
Wolfgang Stwrtetschka
Seine Telefon·nummer ist 0 16 0 - 3 76 78 18.
- Für Frei-Weinheim und Sporkenheim:
Marco Rockert
Seine Telefon·nummer ist 0 61 32 - 80 58 23.



Betreutes Wohnen

In Ingelheim gibt es Betreutes Wohnen für Senioren.

Die Adresse vom Betreuten Wohnen ist:

San-Pietro-Straße 3.



Im Betreuten Wohnen gibt es
jede Woche einen Kaffee-treff.
Dort können sich die Bewohner kennenlernen.
Man meldet sich
für das Betreute Wohnen beim Senioren-büro an.

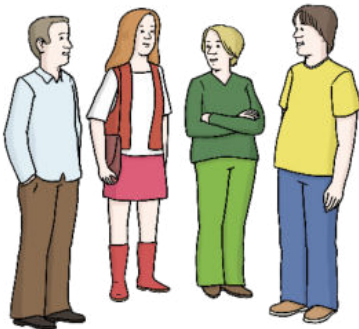


Das Senioren-büro hilft auch
bei einem neuen Angebot für Betreutes Wohnen.
Die neuen Wohnungen sind
auf dem Thornschen Gelände.
Dort soll es 16 Wohnungen geben.



Stadt-teil-treffs

Es gibt mehrere Treffpunkte
für ältere Menschen in Ingelheim.
Die Treffpunkte sind in den Stadt-teilen.
So können alle Menschen gut hinkommen.
Die Treffpunkte heißen deshalb auch:
Stadt-teil-treffs.



Man lernt dort Menschen aus Ingelheim kennen.
Man kann mit vielen Menschen reden
und sich austauschen.
Man kann freiwillig mithelfen.
So haben alle Menschen viel Kontakt
und sind **nicht** einsam.



Wichtig ist:

- Die Stadt-teil-treffs sind barriere-arm.
- Man kann leicht mitmachen.
- Die Angebote beim Treff passen zu den Menschen.

Diese Stadt·teil·treffs gibt es:

- Ober-Ingelheim
Der Treff heißt: MütZe Ingelheim e.V.
Die Adresse ist:
Bahnhofstraße 119
- Frei-Weinheim
Der Treff heißt:
Caritas-Zentrum St. Laurentius
Die Adresse ist:
Talstraße 161-165
- Großwinternheim
Der Treff heißt: Bürgerhaus.
Die Adresse ist:
Oberhofstraße 19



Wenn Sie Fragen zu den Stadt·teil·treffs haben,
dann helfen Ihnen Birgit Kleine-Weitzel
und Annika Pfaff.



Birgit Kleine-Weitzels Telefon·nummer ist:

06 13 2 – 89 80 41 1

Ihre E-Mail-Adresse ist:

birgit.kleine-weitzel@ingelheim.de

Annika Pfaffs Telefon·nummer ist:

06 13 2 – 89 80 41 5

Ihre E-Mail-Adresse ist:

annika.pfaff@ingelheim.de



Tages·betreuung für Senioren

Es gibt ein Angebot für Betreuung
für Senioren.

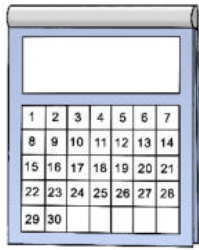
Die Betreuung ist am Tag.

Die Senioren gehen abends nach Hause.

Das hilft den Senioren

und ihren Familien.





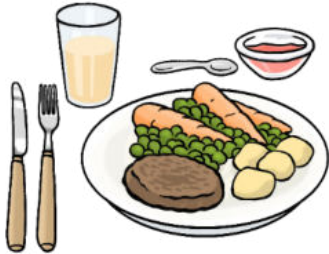
Die Betreuung gibt es an 2 Tagen in der Woche.
Die Betreuung ist von 14 bis 16 Uhr.
Am Dienstag ist die Betreuung
im Bürgerraum Ober-Ingelheim.
Am Donnerstag ist die Betreuung
im Mehr·generationen·haus Ingelheim-West.



Vielleicht brauchen die Menschen
an mehr Tagen Betreuung.
Dann gibt es die Betreuung vielleicht 5 Tage
in der Woche.
Und vielleicht auch in anderen Stadt·teilen.



Wenn Sie Fragen zu der Tages·betreuung haben,
dann hilft Ihnen Sabine Liebmann gerne.
Ihre Telefon·nummer ist:
06 13 2 – 78 21 75
Ihre E-Mail-Adresse ist:
sabine.liebmann@ingelheim.de



Essen auf Rädern

Essen auf Rädern ist ein Angebot für Senioren. Sie bekommen warmes Mittagessen nach Hause.

Claudia Gerhard und Elisabeth Schröder planen das Angebot.

Sie machen diese Arbeit ehrenamtlich.

Es gibt viele ehrenamtliche Helfer.

Die Helfer fahren das Essen zu den Menschen.

Immer mehr Menschen bekommen

Essen auf Rädern.



Das Essen:

- ist aus der Region und passt zur Jahreszeit.
- ist jeden Tag frisch gekocht.
- passt zu den Menschen.

Zum Beispiel:

Wenn sie eine Allergie haben.

Wenn sie es klein geschnitten oder püriert brauchen.

- gibt es auch vegetarisch.

Das bedeutet: **ohne** Fleisch.

- kommt immer mit einem Nachtisch.



Wenn Sie Fragen zum Essen auf Rädern haben, dann hilft Ihnen Sabine Liebmann gerne.

Ihre Telefon·nummer ist:

06 13 2 – 78 21 75

Ihre E-Mail-Adresse ist:

sabine.liebmann@ingelheim.de

Sport·vereine

In Deutschland gibt es das Projekt: AUFLeben.
Bei dem Projekt geht es um mehr Angebote
für Sport und Bewegung für Senioren.



Das Senioren·büro von Ingelheim macht
bei dem Projekt mit.

Durch das Projekt gibt es viele neue Angebote.
Zum Beispiel: die Bewegungs·stunde.

Die Sport·vereine von Ingelheim
machen die Angebote jetzt.

Das Senioren·büro und die Sport·vereine
reden miteinander und tauschen sich aus.

Sie helfen sich gegenseitig bei Veranstaltungen.

Spaziergangs·gruppen

Vielleicht sind ältere Menschen oft alleine
zu Hause.

Oder sie können **nicht** mehr so gut laufen.

Oder sie haben Angst,
alleine aus dem Haus zu gehen.

Dafür gibt es die Spaziergangs·gruppen.

Die älteren Menschen gehen zusammen spazieren.
Und sie unterhalten sich dabei.

Die Spaziergangs·gruppen sind ein Angebot
vom Diakonischen Werk und vom Senioren·büro.



Es gibt die Spaziergangs·gruppe
in Ingelheim-Mitte.

Die Menschen kommen auch
aus den Stadt·teilen zur Gruppe.



Wenn Sie Fragen zu den Spaziergangs-gruppen haben,

dann hilft Ihnen Christine Jacobi-Becker gerne.

Ihre Telefon-nummer ist:

06 13 2 – 89 80 04 19

Ihre E-Mail-Adresse ist:

christine.jabcobi-becker@ingelheim.de

Bewegter Stadt-plan

Wichtig ist:

Es gibt Orte für alle Menschen zum Sport machen.

Das ist gesund.

Und auch gut zum Treffen und Kennenlernen.

Es gibt einen Plan,

wo die Angebote sind.

Das heißt in Ingelheim auch:

Bewegter Stadt-plan.

Die Stadt-teile von Ingelheim sorgen

für Orte zum Sport machen.

So können die Menschen nah

an ihren Wohnungen Sport machen.



Zu Orten zum Sport machen gehören Sport-geräte.

Diese Sport-geräte soll es geben:

- Geräte zum Üben von Geschicklichkeit und Gleichgewicht
- Geräte zum Üben von Ausdauer und Kraft
- Geräte für Gesundheits-sport

Das ist zum Beispiel:

Wie man Stürze vermeidet.

Wie man gut für seinen Rücken sorgt.

Wichtig ist:

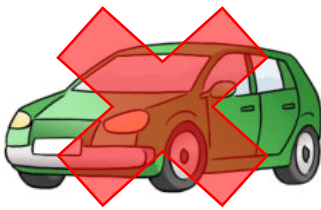
Es gibt auch Geräte für Senioren.

Außerdem brauchen die Orte für Sport:



- Toiletten
- Fahrrad·ständer
- Licht
- Bänke
- Plätze im Schatten

Die Stadt Ingelheim plant:



- Die Orte für Sport sind gut miteinander verbunden.
- Man kommt auch **ohne** Auto von einem Ort zum anderen.
- Es wird einen Ort für Sport in der Mitte geben. Von diesem Ort aus kommt man gut zu allen anderen Orten.

Teilhabe



Teilhabe bedeutet:

Alle Menschen können überall mitmachen.

Das ist auch wichtig für ältere Menschen.

Denn:

Vielleicht ist es schwer mitzumachen.

Zum Beispiel:

- Man kann **nicht** weit zu Fuß gehen.
- Es gibt nur Infos im Internet.

Wichtig ist:

Teilhabe ist gut möglich.



Angebote für die Freizeit

Das Senioren·büro macht Angebote

für die Freizeit für Senioren.

Das Ziel ist:

Die Senioren haben viel Kontakt
mit anderen Menschen.



Das wichtigste Angebot für die Freizeit sind
die Ingelheimer Senioren·tage.

Das ist eine große Veranstaltung
über mehrere Tage.

Die Senioren·tage sind jedes Jahr.

Es gibt auch:

- Ausflüge
Zum Beispiel zum Staats·theater Mainz.
- Konzerte
- Weinproben

Vorträge über Gesundheit

Ingelheim-Pass
 Nr. _____

Datum der Ausstellung _____
 Gültig bis _____

Name, Vorname: _____
 Geb. Datum: _____
 Anschrift: 55218 Ingelheim _____
 Unterschrift: _____

Ingelheim-Pass

Der Ingelheim-Pass ist ein Angebot für Menschen mit wenig Geld.

So können sie bei vielen Dingen mitmachen.

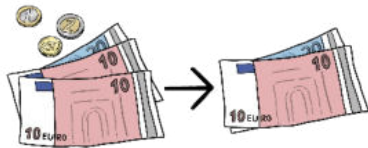
Man bekommt den Ingelheim-Pass beim Sozialamt in Ingelheim.

Mit dem Ingelheim-Pass kann man kostenlos:

- Bus fahren
- etwas in der Bücherei ausleihen
- ins Freibad gehen

Viele Dinge sind mit dem Ingelheim-Pass billiger.

Zum Beispiel:



- Angebote für die Freizeit für Senioren
- Veranstaltungen von der Kunstschule und der Musikschule
- Museum
- Schwimmbad und Sauna „Rheinwelle“

Ehrenamt in Ingelheim



Ehrenamt bedeutet:

Man hilft freiwillig.

Man bekommt dafür **kein** Geld.

In Ingelheim gibt es verschiedene Möglichkeiten für ein Ehrenamt.

Zum Beispiel:

- Arbeitskreis Altenhilfe
- Senioren-beirat
- Das Projekt ICH BIN DABEI

Jetzt erklären wir die Möglichkeiten.

Arbeitskreis Altenhilfe Ingelheim e.V.

Im Arbeitskreis arbeiten

Mitarbeiter aus der Alten-hilfe

und Ehrenamtliche zusammen.

Man sagt dazu auch: Netzwerk.

Sie tauschen sich aus

und machen 4 Mal im Jahr ein Info-heft.

Das Info-heft heißt: Senioren-info.

In dem Info-heft stehen die Angebote für Senioren von allen Einrichtungen.

Zum Beispiel:

- Treffs
- Senioren-nachmittage
- Angebote für Sport und Bewegung

Alle Angebote sind kostenlos.

Es ist leicht mitzumachen.



Senioren • beirat

Der Senioren • beirat ist eine Gruppe von Senioren. Sie beraten die Stadt Ingelheim und zeigen:



Das brauchen Senioren in Ingelheim.

Man kann dem Senioren • beirat eine Idee oder Meinung sagen.

Der Senioren • beirat redet dann mit der Stadt oder mit dem Amt.

Wenn der Senioren • beirat einen Antrag macht, dann muss der Stadt • rat darüber reden.

Das Senioren • büro leitet den Senioren • beirat.

Der Senioren • beirat macht das Projekt:

Senioren • freundlicher Service.

Das ist ein Projekt für mehr Barrierefreiheit in Geschäften.

Manche Geschäfte in Ingelheim bekommen einen Aufkleber.

Der Aufkleber zeigt:

Das Geschäft ist senioren • freundlich.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Der Eingang ist barrierefrei oder einfach.
- Es gibt gute Infos über Waren und Angebote.
- Die Schilder sind leicht zu lesen.
- Man kann mit Bargeld bezahlen.
- Es gibt Hilfe beim Ausfüllen von Formularen.
- Es gibt Toiletten für Kunden.
- Es gibt Bänke oder Stühle zum Sitzen.
- Es gibt **keine** schweren Pakete.





Wenn Sie Fragen zum Senioren·beriat haben,
dann hilft Ihnen Christine Jacobi-Becker gerne.

Ihre Telefon·nummer ist:

06 13 2 – 89 80 04 19

Ihre E-Mail-Adresse ist:

christine.jabcobi-becker@ingelheim.de



ICH BIN DABEI Ehrenamt

In Rheinland-Pfalz gibt es ein Programm
für mehr Ehrenamt.

Das Programm heißt: ICH BIN DABEI.

Das Ziel ist:

Mehr Menschen machen ein Ehrenamt.

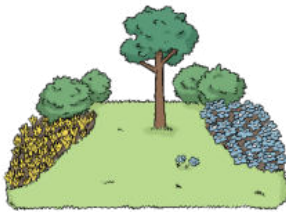
Die Städte und Dörfer bekommen Hilfe
beim Planen von Ehrenämtern.

In Ingelheim gibt es viele Gruppen von ICH BIN DABEI.

In Heidesheim gibt es:



- Gemeinschafts-garten
- Café Mittendrin
- Sport und Fitness mit Spaß
- Reparatur-Treff
- Leben im Gleichgewicht
- Gemeinsam aktiv
- Dorf-geschichte Heidesheim
- Dreck-weg-Band



In Wackernheim gibt es:

- Aktiv-Senioren-gruppe
- Dorf-café Wackernheim



In Ingelheim gibt es:

- Disco 50+
- Vorlese-spaß in der Mediathek
- Naturräume Ingelheim und Umgebung
- Essbare Stadt
- Rad- und Wander-gruppe



Wenn Sie fragen zu ICH BIN DABEI haben, dann hilft Ihnen Anke Caltapanides gerne.

Die Telefon-nummer ist:

06 13 2 – 89 80 41 3

Die E-Mail-Adresse ist:

ich-bin-dabei@ingelheim.de





Das Ehrenamt ist wichtig für Ingelheim.
Jeder darf mitmachen.
Es ist egal, wie oft man mitmacht.
Jede Hilfe ist gut
und jeder Ehrenamtliche ist wichtig.



Die Stadtverwaltung in Ingelheim
hat einen eigenen Bereich für Ehrenamt.
Hier kann fragen,

- wenn man helfen möchte.
- wenn man Hilfe braucht.

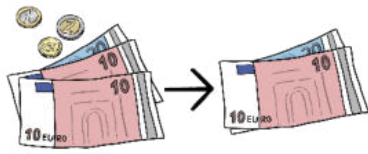


Wenn Sie Fragen zum Ehrenamt
in Ingelheim haben,
dann hilft Ihnen Frau Hübner und Frau Pfaff gerne.
Ihre E-Mail-Adresse ist:
ehrenamt@ingelheim.de
Frau Hübners Telefonnummer ist:
06 13 2 – 89 80 41 2
Frau Pfaffs Telefonnummer ist:
06 13 2 – 89 80 41 5



Ehrenamtskarte Rheinland-Pfalz

Viele Menschen machen ein Ehrenamt.
Sie bekommen dafür **kein** Geld.
Aber Rheinland-Pfalz will zeigen:
Ehrenamt ist wichtig
und die Ehrenamtlichen bekommen Dank.
Dafür gibt es die Ehrenamtskarte.



Mit der Ehrenamts-karte bekommt man manche Dinge billiger.

Zum Beispiel: Eintritt.

Man bekommt die Ehrenamts-karte, wenn man 16 Jahre oder älter ist.

Und wenn man 5 Stunden in der Woche oder 250 Stunden im Jahr ein Ehrenamt macht.

Die Ehrenamts-karte gilt für 2 Jahre.



Wenn man 25 Jahre oder länger ein Ehrenamt macht,

dann bekommt man die Jubiläums-Ehrenamts-karte.

Die Karte gilt lebenslang.



Wenn Sie Fragen zur Ehrenamts-karte haben dann helfen Ihnen die Mitarbeiter gerne.

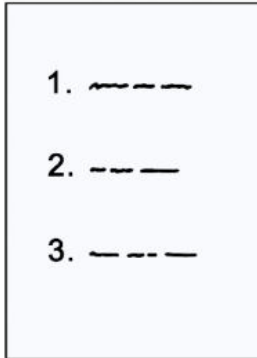
Die Telefon-nummer ist:

06 13 2 – 89 80 04 0

Die E-Mail-Adresse ist:

ehrenamt@ingelheim.de

So geht es weiter



Das Senioren·konzept zeigt:

- Diese Angebote gibt es in Ingelheim.
- So können Menschen gut miteinander leben, egal wie alt sie sind.
- Das Senioren·büro ist wichtig für Ingelheim.

Denn: Es verbindet viele Stellen und bietet Hilfe für ältere Menschen.

Die Stadt·verwaltung fragt auch nach der Meinung vom Senioren·büro.

Zum Beispiel:

Beim Bau vom Generationen·spielplatz.

Und das Senioren·büro kümmert sich darum, dass es gute Infos für ältere Menschen gibt.

Vielleicht haben Sie Fragen zu diesem Thema.
Christine Jacobi-Becker und Sabine Liebmann helfen
Ihnen gerne.
So erreichen Sie beide:



Christine Jacobi Becker

Sie arbeitet im Seniorenbüro
im Mehr·generationen·haus.
Ihre Telefon·nummer ist:

06 13 2 - 89 80 41 9

Ihre E-Mail-Adresse ist:

seniorenbüro@ingelheim.de



Sabine Liebmann

Sie arbeitet im Seniorenbüro
im Mehr·generationen·haus.
Ihre Telefon·nummer ist:

06 13 2 - 78 21 75

Ihre E-Mail-Adresse ist:

seniorenbüro@ingelheim.de

Die Adresse vom Amt ist:

Stadt·verwaltung Ingelheim am Rhein

Amt für Demografie, Ehrenamt und Kultur
Abteilung für Demografie und Ehrenamt

Im Mehrgenerationenhaus
Matthias-Grünewald-Str. 15
55218 Ingelheim am Rhein

Die Telefon·nummer ist:

06 13 2 – 89 80 40

Die Fax·nummer ist:

06 13 2 – 89 80 42 9

Die E-Mail-Adresse ist:

info-mgh@ingelheim.de

Die Internet·seite ist:

www.mgh-ingelheim.de

