

Seniorenwegweiser

Älter werden in Bergkamen



...natürlich
BERGKAMEN

**ST. CHRISTOPHORUS-
KRANKENHAUS GmbH**

Am See 1, 59368 Werne
Telefon: 02389.787-0
www.krankenhaus-werne.de



Fachabteilungen:

- **Allgemein- und Visceralchirurgie**
- **Anästhesiologie**
- **Gastroenterologie**
- **Geriatrische Frührehabilitation**
- **Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde**
- **Intensivmedizin**
- **Kardiologie**
- **Pneumologie**
- **Orthopädie und Unfallchirurgie**
- **Spezielle Schmerztherapie**
- **Wirbelsäulenchirurgie**

www.pflege-werne.de

St. Christophorus
Pflege GmbH



Ambulante Pflege

Telefon: 02389-787-11 77

Am See 1, 59368 Werne

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

der Anteil an Seniorinnen und Senioren in unserer heutigen Gesellschaft steigt zunehmend an. Allein in Bergkamen leben heute rund 13.000 Menschen, die ein Alter von über 60 Jahren erreicht haben. Gemessen an der Gesamtbevölkerung ist dies ein Anteil von rund einem Viertel.

Die sogenannte „dritte“ Lebensphase zeichnet sich durch eine steigende Lebenserwartung und damit verbunden berechnigte Erwartungen an Aktivitäten und Lebensqualität im Alter aus. Selbstbestimmung und Selbstorganisation sowie gesellschaftliche und politische Beteiligungsmöglichkeiten haben auch im Alter einen hohen Stellenwert.

Eine Voraussetzung für ein selbstbestimmtes und individuell gestaltetes Leben im Alter ist unter anderem das Wissen über Hilfe- und Unterstützungsmöglichkeiten, Angebote und Beteiligungsformen.

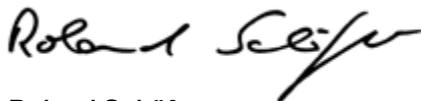
Aus diesem Grund freue ich mich, Ihnen den Bergkamener Seniorenwegweiser präsentieren zu können. Mit der Broschüre möchten wir Ihnen sowohl Tipps und Hinweise zu altersrelevanten Fragen im täglichen Leben geben als auch Wege und Möglichkeiten aufzeigen, Ihr Leben facettenreich und aktiv zu gestalten.

Ich hoffe, dass der Seniorenwegweiser der Stadt Bergkamen Ihnen von Nutzen sein wird.

Für Ihre persönliche Zukunft wünsche ich Ihnen und Ihren Angehörigen alles Gute!

Bergkamen, im Januar 2016

Ihr Bürgermeister



Roland Schäfer



<i>Branche</i>	<i>Seite</i>	<i>Branche</i>	<i>Seite</i>	<i>Branche</i>	<i>Seite</i>
Alten- und Pflegeheime	38, 40, U3	Haushaltsnahe Dienste.....	64	Seniorenresidenz.....	38
Ambulante Pflege	28, 64, U2	Heilpraktiker	28	Seniorenstift	40
Badkultur	41	Hörgeräte	28	Seniorenzentren	2, 40, U3
Bank	U4	Kurzzeitpflege.....	2, 38, 40	Soziale Dienste	28, 64
Behandlungspflege	64	Krankenhäuser	3, U2	Sprachtherapie	28
Bestattungsinstitut	67	Kreditinstitut	U4	Stationäre Pflege	40
Betreutes Wohnen.....	38, 40, 64	Mode	64	Tagesklinik.....	27
Betreuungsdienste	64	Notare.....	70	Tagespflege.....	2, 28, 38, 40
Demenzbegleitung	64	Orthopädie	28	Verhinderungspflege	64
Energieversorgung	8	Pädiatrie	28	Wärmetechnik	41
Ergotherapie.....	28	Pflegedienste.....	2, 40, 45, 64, U2	Wohnungsunternehmen	41
Essen auf Rädern	64	Modemobil	64		
Geriatric.....	28	Rechtsanwälte.....	70		
Gerontopsychiatrisches Zentrum ...	26	Seniorenhäuser	38, U3		

U = Umschlagseite

KMT-Seniorenzentrum gGmbH an der Panhoff Stiftung



Getragen, gehalten, gestützt, gezielt gefördert

Unser Seniorenzentrum bietet an:

Vollstationäre Pflege, Kurzzeit- und Tagespflege.

Feste Buchungen für die Kurzzeitpflege in den Sommermonaten sind bei uns möglich.

Ihre Wohlfühl-Oase in Stockum



Kontakt:

Pflegedienstleitung Frau Doreen Biniash
Tel.: 0 23 89 - 40 208 212
Panhoffweg 2, 59368 Werne-Stockum
Fax: 0 23 89 - 40 208 222
Internet: www.kmt-sps.de
E-Mail: doreen.biniash@kmt-sps.de

**Träger:
Vorstand:**

Klinik für Manuelle Therapie e.V.
GGV Klinikvorstands GmbH
Geschäftsführer: Dipl.-Betriebswirt Harald Wohlfarth
Ostenallee 83, 59071 Hamm, Telefon 0 23 81-986-0

INHALT

Grußwort	1
Branchenverzeichnis	2
Impressum.....	72

1. Zentrale Anlaufstellen 5

1.1. Notrufnummern	5
1.2. Anlaufstellen der Stadt Bergkamen	5
1.3. Wohlfahrtsverbände	7
1.4. Sozialpsychiatrischer Dienst des Kreises Unna	9

2. Aktiv im Alter 10

2.1. Sport und Bewegung.....	10
2.2. Geselligkeit und Freizeit	13
2.3. Musik und Gesang.....	20
2.4. Kultur und Bildung.....	22
2.5. Politische Seniorenvertretungen	23
2.6. Bürgerschaftliches Engagement	24

3. Gesundheit..... 26

3.1. Krankenhäuser.....	26
3.2. LWL-Tagesklinik	26
3.3. Ärzte und Fachstellen	27
3.4. Apotheken	33
3.5. Selbsthilfegruppen.....	35
3.6. Ernährung	35
3.7. Gesundheitsvorsorge	36

4. Wohnen im Alter 27

4.1. Seniorenwohnungen.....	37
4.2. Wohnanlagen mit Service für ältere Menschen ..	39
4.3. Wohnberatung Kreis Unna	41



Ihr Partner in allen
Gesundheits-Fragen



Hellmig-Krankenhaus Kamen

Nordstraße 34 • 59174 Kamen

Tel.: 02307 149-1 • Fax.: 02307 149-276

info@klinikum-westfalen.de

www.klinikum-westfalen.de

5. Pflege	42
5.1. Pflegeversicherung	42
5.2. Gesetzliche Pflegegrade.....	43
5.3. Leistungen der Pflegeversicherung	44
5.4. Häusliche Alten- und Krankenpflege/ Ambulante Pflege	45
5.5. Pflege-Wohngemeinschaften	47
5.6. Pflege- und Wohnberatung Kreis Unna.....	47
5.7. Pflegeberatung für privat Versicherte	48
5.8. Angebote für pflegende Angehörige.....	48
5.9. Teilstationäre Pflege	49
5.10. Stationäre Pflege	50
6. Demenz	53
6.1. Was ist eigentlich Demenz?	53
6.2. Bergkamener Netzwerk Demenz.....	53
6.3. Hilfen für pflegende Angehörige	54
7. Wichtige Sozialleistungen	56
7.1. Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung	56
7.2. Hilfe zur Pflege (gem. SGB XII)	57
7.3. Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz.....	58
7.4. Vergünstigungen durch den Besitz eines Schwerbehindertenausweises.....	58
7.5. Zuzahlungsregelungen zur ambulanten Behandlung	61
7.6. Hilfe für Blinde und Gehörlose.....	61
7.7. Sozialticket	62

8. Hilfen für den Alltag	63
8.1. Fahrdienste.....	63
8.2. ÖPNV	63
8.3. Fahrsicherheitstraining	63
8.4. Hausnotruf-Systeme	65
8.5. Essen auf Rädern	65
8.6. Häusliche Betreuung/Haushaltshilfen	66
8.7. Mobiler Sozialer Hilfsdienst.....	66
8.8. „Helfer in der Not“	66
8.9. Wohnungsaufösungen/Umzüge	67
8.10. Umgang mit Trauer, Tod und Sterben	67
8.11. Notfallkarte	68
9. Beratung in verschiedenen Lebenslagen..	69
9.1. Sozialer Dienst des Sozialamtes.....	69
9.2. Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung	69
9.3. Schuldnerberatung.....	69
9.4. Rechtsberatung	70
9.5. Beratungsangebote der Verbraucher- Zentrale NRW	71
9.6. Homosexualität im Alter	71
9.7. Telefonseelsorge	71
9.8. Frauenforum Kreis Unna	71
9.9. Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna im BSV Westfalen e.V.	72
9.10. Beratung und Hilfe für seelisch erkrankte Menschen.....	72



1. ZENTRALE ANLAUFSTELLEN

1.1. Notrufnummern

Polizei/Notruf	1 10
Feuerwehr/Rettungswache	1 12
Hausärztlicher Bereitschaftsdienst.....	11 61 17
Zahnärztlicher Notfalldienst.....	0 23 06 / 86 77
Apothekennotdienst	2 28 33
Polizeiwache Bergkamen	0 23 07 / 9 21-78 20
Polizeistation Kamen.....	0 23 07 / 9 21-0
Rettungswache Bergkamen	0 23 07 / 6 64 16
Rettungsleitstelle Kreis Unna	0 23 03 / 1 60 01
Frauenberatungsstelle.....	0 23 03 / 8 22 02
Sperrnotruf für EC-Karten und Kreditkarten.....	11 61 16
Giftnotrufzentrale.....	02 28 / 2 87 32 11

1.2. Anlaufstellen der Stadt Bergkamen

Bürgerbüro

In dem Aufgabenbereich des Amtes „Bürgerbüro“ ist ein Großteil der Anliegen und Lebenslagen zusammengefasst, die Sie als Bürgerin/Bürger direkt betreffen. Hier erhalten Sie u.a. allgemeine Informationen über Zuständigkeiten innerhalb der Verwaltung, Anträge auf Ausstellung eines Schwerbehindertenausweises, Verschlimmerungsanträge, Parkberechtigungsausweise für Schwerbehinderte, Anträge auf Telefon- oder Rundfunkbeitragermäßigungen und Hundesteuerangelegenheiten.

Rathaus der Stadt Bergkamen

Rathausplatz 1, Bürgerbüro, Erdgeschoss

Tel.: 0 23 07 / 9 65 – 2 06

Fax: 0 23 07 / 9 65 – 4 18

E-Mail: buergerbuero@bergkamen.de

Internet: www.bergkamen.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di. und Do.: 7.30 Uhr – 16.30 Uhr

Mi. und Fr.: 7.30 Uhr – 12.30 Uhr

Sa.: 10.00 Uhr – 12.00 Uhr



Seniorenbüro

Das Seniorenbüro der Stadt Bergkamen ist ein Servicebüro für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger, für Angehörige, Fachleute, Institutionen und freiwillig Engagierte. Es bietet Informationen sowie individuelle Hilfestellungen an und koordiniert die unterschiedlichsten Dienste und Angebote im Sinne einer ganzheitlichen Betreuung bzw. Versorgung von Seniorinnen und Senioren. Hier erhalten Sie u.a. Informationen über Vorsorgemöglichkeiten, Wohnen im Alter, Hilfen im Alltag, Notfallkarte, Freizeit- und Kulturangebote, Behörden und Fachstellen, stationäre Pflegeheime, ambulante Pflegedienste sowie eine





allgemeine Beratung zu verschiedenen altersrelevanten Bereichen. Das Seniorenbüro kooperiert dabei eng mit zahlreichen Trägern der örtlichen Altenarbeit, Pflegediensten, Wohlfahrtsverbänden und vermittelt Kontakte zu den entsprechenden Fachstellen. Als kompetenter Ansprechpartner informiert Sie das Seniorenbüro auch über Möglichkeiten des ehrenamtlichen Engagements. Hier finden Sie das Seniorenbüro der Stadt Bergkamen:

Rathaus der Stadt Bergkamen

Rathausplatz 1, Seniorenbüro, 3. Etage, Zimmer 314

Ansprechpartnerinnen: Inge Freitag/Meike Scherney

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10

Fax: 0 23 07 / 6 92 99

E-Mail: i.freitag@bergkamen.de
m.scherney@bergkamen.de

Internet: www.bergkamen.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.: 9.00 – 12.00 Uhr
und individuell nach Vereinbarung.

Rentenversicherungsstelle

In der Rentenversicherungsstelle der Stadt Bergkamen erhalten Sie Formulare für die verschiedenen Rentenansträge. Beim Ausfüllen der Anträge ist Ihnen die Rentenversicherungsstelle der Stadt Bergkamen gerne behilflich. Anträge, die bei der Rentenversicherungsstelle eingehen, gelten als am gleichen Tag beim Rentenversicherungsträger eingegangen.

- Antrag für Rehabilitationsmaßnahmen der Rentenversicherungsträger
- Antrag auf Kontenklärung
- Antrag auf Berücksichtigung von Kindererziehungszeiten
- Antrag auf Rentenbewilligung

Hier finden Sie die Rentenversicherungsstelle der Stadt Bergkamen:

Rathaus der Stadt Bergkamen

Rathausplatz 1, Rentenversicherungsstelle, Zimmer 6

Ansprechpartner: Michael Drees

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 19

Fax: 0 23 07 / 9 65 - 4 18

E-Mail: m.drees@bergkamen.de

Internet: www.bergkamen.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.: 8.30 Uhr – 12.00 Uhr

Mo. und Do.: 14.00 Uhr – 16.00 Uhr

Informationen zu weiteren Leistungen und Näheres zu oben genannten Angeboten der Arbeiterwohlfahrt erhalten Sie hier:

Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Unna

Unnaer Straße 29a, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 9 12 21 - 0

Service-Tel.: 0 23 07 / 79 70 67

Fax: 0 23 07 / 9 12 21 - 4 57

E-Mail: awounna@awoubunna.de

Internet: www.awoubunna.de

1.3. Wohlfahrtsverbände

Bei den Wohlfahrtsverbänden handelt es sich um gemeinnützige Organisationen, die ihr Handeln an religiösen, humanitären oder politischen Überzeugungen orientieren.

Das Angebot der Verbände der freien Wohlfahrtspflege ist breit gefächert. Es richtet sich besonders an Menschen, die Unterstützung in persönlichen Krisen benötigen. Dabei arbeiten die Wohlfahrtsverbände mit anderen karitativen Fachverbänden eng zusammen.

Besonders für ältere Menschen können die Beratungsstellen u.a. Kontakte zu Pflegediensten oder vollstationären Einrichtungen herstellen.

Arbeiterwohlfahrt

Die Arbeiterwohlfahrt bietet folgende Leistungen für Senioren/innen im Kreis Unna an:

- Fahr- und Begleiddienst
- Hausnotruf
- Menü-Service „Essen auf Rädern“
- Haushaltshilfen
- Seniorenreisen
- Begegnungsstätten der AWO
- Wohnen mit Service
- Hilfen bei Renovierungsarbeiten und Wohnungsaufösungen
- Secondhand-Kaufhaus

Informationen zu den Leistungen des Pflegedienstes, der Tagespflege und des Servicewohnens der AWO bzw. eine Vermittlung dieser Leistungen nimmt die Sozialstation Kamen vor:

Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Unna, Sozialstation Kamen

Unnaer Straße 29a, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 9 12 21 - 42 bzw. - 44

Fax: 0 23 07 / 9 12 21 - 47

E-Mail: gebort@awoubunna.de

Internet: www.awoubunna.de

Psychosoziale Begleitung (PSB)

Die psychosoziale Beratung, Begleitung und Betreuung fungiert als „Hilfemanager“ für pflege- bzw. unterstützungsbedürftige Menschen. Insbesondere geht es um hilfebedürftige Menschen die vereinsamt und isoliert leben. Die Aufgabe der PSB besteht in der Organisation begleitender, aktivierender und unterstützender Maßnahmen. Durch entsprechende Unterstützungsleistungen soll möglichst lange eine häusliche Versorgung und somit der Verbleib in der häuslichen Umgebung gewährleistet werden.

Persönliche Beratungen finden während der Sprechstunden oder nach Vereinbarung zu Hause statt. Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Alles auf einen **Klick:**

www.gsw-kamen.de

www.gsw-freizeit.de

Alle Informationen zu Ihrer Energieversorgung oder zu unseren Freizeiteinrichtungen erhalten Sie auch bequem online.



Öffnungszeiten
Kundencenter Bergkamen
Mo - Do: 8.30 - 12.00 + 13.00 - 16.00 Uhr
Fr: 8.00 - 12.00 Uhr

**Strom Erdgas Wärme Wasser
Freizeit Kommunikation**

Ihr starker Partner vor Ort

Für ausführliche Informationen über unsere Leistungen stehen wir Ihnen auch gerne persönlich zur Verfügung. Sie erreichen uns in unserem Kundencenter in Bergkamen, Töddinghauser Str. 150 oder telefonisch unter 02307 978-280.



Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna

Severinshaus, Nordenmauer 18, 59174 Kamen

Ansprechpartnerin: Dolores Dieckmann

Tel.: 0 23 07 / 28 99 06 40

08 00 / 27 20 02 00 (kostenlose Servicenummer)

E-Mail: dolores.dieckmann@kreis-unna.de

Sprechzeiten:

Mo. – Fr.: 9.00 – 12.30 Uhr

Do.: 14.00 – 17.00 Uhr

Caritas-Verband für den Kreis Unna e.V.

Die Leistungspalette des Caritas-Verbandes für den Kreis Unna e.V. umfasst u.a. folgende Angebote:

- Ambulante Alten- und Krankenpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Vermittlung von Kurzzeitpflege
- Haus-Notruf-Dienst
- Beratung von Angehörigen und Senioren

Informationen zu den Leistungen des Caritas-Verbandes für den Kreis Unna e.V. erhalten Sie hier:

Caritas-Sozialstation für Kamen, Bergkamen u. Bönen

Weststraße 54a, 59147 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 2 24 96

Fax: 0 23 07 / 98 37 99

E-Mail: sozialstation-kamen@caritas-unna.de

Internet: www.caritas-unna.de

Öffnungszeiten:

Mo., Mi. – Fr.: 8.30 Uhr – 12.00 Uhr

Di.: 8.30 Uhr – 15.00 Uhr

Weitere Informationen:

Caritas-Verband für den Kreis Unna e.V.

Höingstraße 5 – 7, 59425 Unna

Tel.: 0 23 03 / 2 51 35 - 0

Fax: 0 23 03 / 2 51 35 - 35

E-Mail: info@caritas-unna.de

Internet: www.caritas-unna.de

Eine Weitervermittlung an die zuständigen Fachstellen ist ebenfalls möglich durch die

Außenstelle Bergkamen des Caritas-Verbandes für den Kreis Unna e.V.

Parkstraße 2, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 53 38

Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.

Die Diakonie Ruhr-Hellweg e.V. bietet u.a. folgende Leistungen für Senioren und Seniorinnen sowie deren Angehörige an:

- Vermittlung von Tages-, Kurzzeit- und Langzeitpflegeplätzen
- Pflegeberatung und Angehörigenberatung
- Mobiler Sozialer Dienst (Wohnungsreinigung, Wäschepflege, Einkaufen...)
- Vermittlung von Pflegehilfsmitteln, Hausnotruf, Fußpflege, Frisör...
- Beratung zu rechtlichen und finanziellen Möglichkeiten
- Hilfe und Beratung im Umgang mit Behörden
- Hilfe und Beratung bei der Vermittlung an spezialisierte Beratungsstellen
- Betreuungsverein, rechtliche Betreuung
- Freizeit- und Erholungsangebote

Weitere Informationen zu den Leistungen des Diakonischen Werkes finden Sie hier:

Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.

Mozartstraße 18 – 20, 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 250 24 - 0

Die Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Die Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. hält für Seniorinnen und Senioren aus Bergkamen die nachfolgend aufgeführten Leistungen vor:

- Hausnotruf
- Fahrdienst
- Menüservice „Essen auf Rädern“

Sie erhalten weitere Informationen zu diesen Angeboten unter:

**Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Kreisverband Hamm/Unna**

Untere Husemannstraße 25, 59425 Unna
Tel.: 0 23 03 / 2 50 88 - 0
Fax: 0 23 03 / 2 50 88 - 77
E-Mail: juh-unna@t-online.de
Internet: www.juh-unna-hamm.de

1.4. Sozialpsychiatrischer Dienst des Kreises Unna

Der Sozialpsychiatrische Dienst in Bergkamen bietet Beratung und Hilfen für Menschen mit (Verdacht auf) Suchterkrankungen, für gerontopsychiatrisch erkrankte Menschen und für Menschen mit psychischen Erkrankungen wie z. B. schizophrenen Störungen, affektiven Störungen. Nicht nur die Betroffenen selbst, sondern auch Angehörige, Freunde und Bekannte können sich an den Sozialpsychiatrischen Dienst wenden.

Kreis Unna – Fachbereich Gesundheit und Verbraucherschutz

Nebenstelle Bergkamen
Ansprechpartner: Rolf Pilz / Sozialpsychiatrischer Dienst
Am Wiehagen 33, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 9 82 00 - 13
Fax: 0 23 07 / 9 82 00 - 19
E-Mail: rolf.pilz@kreis-unna.de
Öffnungszeiten:
Mo. – Mi. und Fr.: 8.30 Uhr – 10.00 Uhr
Do.: 8.30 Uhr – 15.30 Uhr



2. AKTIV IM ALTER

2.1. Sport und Bewegung

Ein altes Sprichwort sagt: „Wer rastet, der rostet!“. Bewegung ist dabei der Schlüssel zur Aktivität im Alter. Sport, Spiel und Bewegung fördern nicht nur die allgemeine Fitness, sondern auch die Gemeinschaft sowie die Lebenszufriedenheit. Hierbei bieten Sportvereine und Organisationen attraktive und adäquate Angebote für Seniorinnen und Senioren in Bergkamen an. Allgemeine Informationen zu Angeboten in Ihrer Nähe erhalten Sie beim Amt für Schulverwaltung, Weiterbildung und Sport der Stadt Bergkamen.

Stadt Bergkamen / Amt für Schulverwaltung, Weiterbildung und Sport

Ansprechpartner: Heiko Rahn

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 60

E-Mail: h.rahn@bergkamen.de

Ansprechpartnerin: Heike Berentz

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 61

E-Mail: h.berentz@bergkamen.de

Internet: www.bergkamen.de

Informationen können Sie auch direkt bei den nachfolgend aufgeführten Vereinen einholen:

Sauerländischer Gebirgs- und Heimatverein Oberaden e.V.
Jeden Mittwochnachmittag finden Wanderungen und Radtouren in der heimischen Region statt. Beginn ist um 14.30 Uhr, der Treffpunkt ist das Vereinsheim in Oberaden. Anschließend findet ein gemütliches Beisammensein bei Vesper und Gesang statt.

Ansprechpartner: Rolf Emminghaus

Tel.: 0 23 07 / 8 65 46

Seniorensportverein 1980 e.V. Bergkamen

Angeboten werden unter anderem Wassergymnastik, wirbelsäulenschonende Gymnastik, Gesellschaftstänze, Bewegungsspiele und gemeinsame Aktivitäten wie z. B. Ausflüge. Entsprechende Angebote gibt es in den Ortsteilen Oberaden, Rünthe, Overberge, Mitte und Weddinghofen. Sollten Sie Interesse an dem Angebot des Seniorensportvereins haben, wenden Sie sich bezüglich der genauen Veranstaltungsorte und Zeitangaben an:

Ansprechpartner: Walter Hoheisel, jun.

Otto-Hue-Straße 24, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 2 60 18 03

Gymnastikgemeinschaft Bergkamen

Die Übungsstunden beinhalten rhythmische Bewegungen nach Musik mit Bällen, Reifen, Holzkeulen oder Stäben, das Einüben von kleinen Tänzen, Muskelaufbauübungen, Beckenbodengymnastik und Stretching. Die Übungsstunden sind jeweils dienstags von 20.00 bis 22.00 Uhr in der Turnhalle II des Städt. Gymnasiums Bergkamen.

Ansprechpartnerin: Gabriele Grünhagen

Tel.: 0 23 07 / 96 31 35

Ansprechpartnerin: Inge Gast

Tel.: 0 23 07 / 6 29 89

Bergkamener Gymnastikverein 1982 e.V.

Der Bergkamener Gymnastikverein bietet in den Ortsteilen Heil, Oberaden, Mitte und Rünthe Fitness- und Gesundheitstraining sowie nach Bedarf Rücken-Fit-Kurse an.

Ansprechpartner: Walter Kärger

Tel.: 0 23 06 / 99 82 50

E-Mail: info@bergkamener-gymnastik-verein.de

Internet: www.bergkamener-gymnastik-verein.de

Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V.

Die Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. ist eine Hilfs- und Selbsthilfeorganisation. Sie vertritt die Interessen rheumakranker Menschen. Aufgabe der Deutschen Rheuma-Liga NRW e.V. ist es, die Öffentlichkeit über die Problematik der rheumatischen Erkrankungen aufzuklären und die Betroffenen zu informieren und zu beraten. Die Verbesserung der Lebenssituation steht hierbei im Mittelpunkt der Arbeit. Neben der Warmwasser- und Trockengymnastik werden auch Entspannungskurse, Tanzgruppen, Beratungsstunden u.v.m. angeboten.

Sprechstunde:

Rathaus, 6. Etage, Raum 600, montags 13.30 bis 15.30 Uhr

Ansprechpartner: Manfred Pohl

Tel.: 0 23 07 / 8 79 76

Turn- und Rasensport-Verein Bergkamen e. V.

Im Stadtteil Mitte wird durch den Verein TuRa Bergkamen Gymnastik, Rückengymnastik sowie Judo für Seniorinnen und Senioren angeboten.

Ansprechpartnerin für Rückengymnastik für

Seniorinnen/Senioren:

Sieglinde Czeranka

Tel.: 0 23 07 / 8 63 20

Ansprechpartner für Turn- und Leichtathletik für

Seniorinnen/Senioren:

Reiner Czeranka

Tel.: 0 23 07 / 8 63 20

Zurzeit wird eine Judogruppe für Seniorinnen und Senioren nicht angeboten. Sollten Sie Interesse haben, wenden Sie sich bitte an den Vorsitzenden der Judo-Abteilung.

Ansprechpartner: Dieter Tetzlaff

Tel.: 0 23 07 / 8 83 08

Internet: www.tura-bergkamen.de

SuS Oberaden 1921 e.V.

Im Stadtteil Oberaden werden durch den oben genannten Verein für Seniorinnen und Senioren Gymnastik, Spiele, Tischtennis und Leichtathletik angeboten. Interessierte können jederzeit zu den Übungsstunden kommen. Weitere Informationen erhalten Sie auf der unten angegebenen Internetseite oder in der Geschäftsstelle des SuS Oberaden.

Geschäftsstelle, Jahnstraße 31, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 06 / 8 06 36

Geöffnet: mittwochs 15.00 – 18.00 Uhr

Internet: www.susoberaden.de

TuS Eintracht 1920 Overberge e. V.

- Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer dienstags 8.15 bis 9.45 Uhr, Overberger Turnhalle, Hansastr. 99

Ansprechpartnerin: Erika Biermann

Tel.: 0 23 07 / 1 29 99, erikaingebie@gmail.com

- Frauengymnastik dienstags 20.00 bis 21.45 Uhr, Einfachhalle am Friedrichsberg, Albert-Schweitzer-Str. 33

Ansprechpartnerin: Pauline Dahm

Tel.: 0 23 07 / 8 05 14, paulinedahm37@gmail.com

- Seniorensportgruppe für Frauen und Männer dienstags 16.30 bis 18.00 Uhr, Turnhalle Regenbogenschule, Rünther Str. 80

Ansprechpartnerin: Pauline Dahm

Tel.: 0 23 07 / 8 05 14, paulinedahm37@gmail.com“

TLV Rünthe 77 e.V.

Ansprechpartnerin: Katja Höper

Tel.: 0 23 89 / 92 24 57, Internet: www.tlv-ruenthe.de

Die folgenden Angebote finden in der Turnhalle Overberger Str. 62 statt:

- Wirbelsäulengymnastik, dienstags 18.30 – 19.30 Uhr
- Wirbelsäulengymnastik, freitags 18.30 – 19.15 Uhr
- Sport für Diabetiker, montags 9.30 – 11.00 Uhr
- Sport im besten Alter, mittwochs 10.00 – 11.00 Uhr

TuS Weddinghofen 1959 e.V.

Regelmäßige Gymnastik ist im Alter besonders wichtig. Gelenkigkeit, Gleichgewichtssinn, dehnfähige Muskeln und Sehnen steigern nicht nur das Wohlbefinden sondern erhalten die Beweglichkeit.

Der TuS Weddinghofen bietet im Stadtteil Weddinghofen für Seniorinnen und Senioren ein abwechslungsreiches Gymnastikangebot an.

Internet: www.tus-weddinghofen.de

- Gymnastik für Männer Montag 17.00 – 18.00 und 18.00 – 20.00 Uhr Turnhalle Pfalzschule

Ansprechpartner: Manfred Ott

Tel.: 0 23 07 / 6 92 47

- Seniorengymnastik „Er und Sie“ Donnerstag 17.30 – 19.00 Uhr, Turnhalle Pfalzschule

Ansprechpartnerin: Jolanta Schmidt

Tel.: 0 23 07 / 6 13 01

- Gymnastik für Frauen Mittwoch 18.00 – 19.30 Uhr, Turnhalle Pfalzschule

Ansprechpartnerin: Silke Werner

Tel.: 0 23 07 / 55 47 84

- Gymnastik für Frauen Montag 20.00 – 21.30 Uhr, Turnhalle Pfalzschule

Ansprechpartnerin: Claudia Hoffmann

Tel.: 0 23 07 / 6 82 95

Behinderten-Sportgemeinschaft Bergkamen

Die Behinderten-Sportgemeinschaft bietet neben den sportlichen Aktivitäten wie Schwimmen, Faustball, Wassersport auch Reisen und sonstige Aktivitäten, wie z. B. Wandertage, an.

Ansprechpartnerin: Antje Häusler

Tel.: 0 23 06 / 85 05 02

Volkshochschule

Die Volkshochschule hat in ihrem Angebot ebenfalls ein abwechslungsreiches Angebot bezüglich sportlicher Aktivitäten und Fitness. Näheres finden Sie im VHS-Programm. (Kontakt: siehe 2.4)

2.2. Geselligkeit und Freizeit

Geselligkeit und eine abwechslungsreiche Freizeitgestaltung fördern die eigene Zufriedenheit und die Lebensfreude. Eine umfassende Auswahl bieten Ihnen die folgenden Institutionen und Vereine.

Angebote der Kirchen:

Evangelische Friedenskirchengemeinde Bergkamen

Gemeindebüro Ebertstraße 20, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 98 42 63

Geöffnet: Di. – Fr. 10.00 – 13.00 Uhr

E-Mail: info@friedenskirchengemeinde-bergkamen.de

Internet: www.friedenskirchengemeinde-bergkamen.de

Ort: Friedenskirche, Schulstraße 156

jeden 3. Montag 19.00 Uhr: **Männerarbeit**

Leitung: Reinhard Müller, Tel.: 0 23 07 / 8 79 12

jeden 2. + 4. Mittwoch 15.00 Uhr: **Frauenhilfe**

Leitung: Pfarrerin Ursula Goldmann, Tel.: 0 23 07 / 6 00 31

jeden Freitag 12.00 Uhr: „**Moment Ma(h)l**“ – Mittagessen

Leitung: Christiane Fuhrmann, Tel.: 0 23 07 / 82 82 45

jeden 2. Freitag 15.30 Uhr: **Freitagscafé**

Leitung: Pfarrer Bernd Ruhbach, Tel.: 0 23 07 / 20 85 59

jeden 3. Mittwoch 15.00 Uhr: **Seniorenkreis**

Leitung: Irmgard Mechnig, Tel.: 0 23 07 / 8 67 90

4. Freitag 15.30 Uhr: **Trauerkurs** (bitte anmelden!)

Leitung: Pfarrer Bernd Ruhbach, Tel.: 0 23 07 / 20 85 59

Montag nach Absprache um 19.30 Uhr:

Chor „Bodelswingers“

Leitung: Josef Opfermann, Tel.: 0 23 07 / 98 42 63

(Gemeindebüro)

Mittwoch nach Absprache: **Chor des Wichernhauses**

Leitung: Karlheinz Bleck, Tel.: 0 23 07 / 8 44 52

Ort: Thomaskirche in Overberge, Kamer Heide 53

jeden 1. Montag 9.00 Uhr: **Morgenkreis**

Montag, 15.00 Uhr Senioren-Gymnastik-Gruppe

jeden 2. Mittwoch 15.00 Uhr: **Frauenhilfe** (mit Café),

Leitung: Helga Böinghoff, Tel.: 0 23 07 / 8 44 39

jeden Donnerstag 15.00 – 17.30 Uhr: **Handarbeitskreis**

Leitung: Karola Hegemann, Tel.: 0 23 07 / 9 10 92 21

Ort: Martin-Luther-Haus in Weddinghofen

Goekenheide 5

jeden 2. + 4. Mittwoch 15.00 Uhr: **Altenkreis**

Leitung: Erna Klusmann, Tel.: 0 23 07 / 6 10 69

jeden 3. Mittwoch 15.00 Uhr: **Frauenhilfe**

Leitung: Irmgard Bommer, Tel.: 0 23 07 / 6 19 58

jeden 2. Donnerstag 19.00 Uhr: **Männerrunde**

Leitung: Christian Weischede, Tel.: 0 23 07 / 6 97 61

jeden 3. Montag 19.00 Uhr: **50+-Frauengruppe**

Leitung: Christiane Fuhrmann, Tel.: 0 23 07 / 82 82 45

Ort: Haus am Nordberg, Albert-Einstein-Straße 2

jeden 1. Mittwoch 15.00 Uhr: **Seniorenkreis**

Leitung: Edeltraut Meier, 0 23 07 / 8 83 43

jeden 4. Mittwoch 15.00 Uhr: **Frauenhilfe**

Edeltraut Meier, Tel.: 0 23 07 / 8 83 43

Einzelne Veranstaltungen und Gruppenzeit-Änderungen bitte im Gemeindebüro erfragen!

Evangelische Martin-Luther-Kirchengemeinde

Gemeindebüro Oberaden, Preinstraße 38

Geöffnet: Mo., Mi., Do., Fr.: 10.00 – 12.00 Uhr

Di.: 15.00 – 18.00 Uhr

Tel.: 0 23 06 / 8 31 20

Internet: www.martin-luther-bergkamen.de

E-Mail: UN-KG-Oberaden@kk-ekvw.de

Gemeindebüro Rünthe, Rünther Straße 42

Geöffnet: Mi.: 16.00 – 18.00 Uhr

Tel.: 0 23 89 / 61 12

E-Mail: UN-KG-Ruenthe@kk-ekvw.de

Bonhoeffer-Seniorenkreis

jeden 1. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr

Familienzentrum „mittendrin“, Am Römerberg 40

Ansprechpartnerin: Elke Mühlhause-Pöstgens,

Tel.: 0 23 06 / 85 04 40

Seniorenkreis „Sundern“

jeden 1. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr

Jochen-Klepper-Haus, Im Sundern 11

Ansprechpartnerin: Barbara Hölken, Tel.: 0 23 06 / 99 80 43

Männerdienst in Oberaden

jeden 1. Freitag im Monat um 19.00 Uhr

Gemeindesaal, Preinstraße 38

Ansprechpartner: Pfarrer Reinhard Chudaska,

Tel.: 0 23 06 / 89 03

Frauenhilfe Heil

Jeden 3. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr

Kapelle Heil, Westenhellweg

Ansprechpartnerin: Ingrid Kallenbach, Tel.: 0 23 89 / 56 83

Martin-Luther-Frauenhilfe

Jeden 2. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr

Familienzentrum „mittendrin“, Am Römerberg 40

Ansprechpartnerin: Annelie Sprenger, Tel.: 0 23 06 / 88 28

Bonhoeffer-Frauenhilfe

Jeden 3. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr

Familienzentrum „mittendrin“, Am Römerberg 40

Ansprechpartnerin: Elke Mühlhause-Pöstgens,

Tel.: 0 23 06 / 85 04 40

Frauenhilfe „Sundern“

Jeden 3. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr

Jochen-Klepper-Haus, Im Sundern 11

Ansprechpartnerin: Barbara Hölken, Tel.: 0 23 06 / 99 80 43

Frauenhilfe Rünthe I

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr

Haus der Mitte, Kanalstraße 7

Ansprechpartnerin: Elke Jaschik, Tel.: 0 23 89 / 5 93 70

Frauenhilfe Rünthe II

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr

Haus der Mitte, Kanalstraße 7

Ansprechpartnerin: Brigitta Otto, Tel.: 0 23 89 / 5 97 92

Seniorentreff im Haus der Mitte, Rünthe

Jeden letzten Donnerstag im Monat um 15.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Anita Rewinkel, Tel.: 0 23 89 / 4 53 54

Spiele, Filme, Diskussionen, Gäste-Referate und vieles mehr.

Kostenloser Mittagstisch

Jeden Donnerstag um 12.00 Uhr lädt die Gemeinde zum kostenlosen Mittagstisch ein:

- An jedem 1. und 3. Donnerstag im Monat im Haus der Mitte, Kanalstraße 7.
- An jedem 2. und 4. Donnerstag im Monat im Martin-Luther-Zentrum, Preinstraße 38.
- Café „Käthe“, jeden letzten Mittwoche im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr im Martin-Luther-Zentrum, Preinstr. 38

Katholische Kirchengemeinde St. Elisabeth

Parkstraße 2a, Bergkamen-Mitte

Pfarradministrator: Thorsten Neudenberger

Pfarrbüro Tel.: 0 23 07 / 8 70 11

Geöffnet: Mo., Do., Fr. 8.30 – 11.00 Uhr

Mi. + Do. 16.00 – 18.00 Uhr

E-Mail: info@pastoralverbund-bergkamen.de

Internet: www.st-elisabeth-bergkamen.de

Bei der ARG werden unter anderem ein gemeinsames Kaffeetrinken, Klönen, Karten spielen und Vorträge zu aktuellen Themen angeboten.



Kanalbrücke Werner Straße

Alten- und Rentnergemeinschaft (ARG)

Pfarrheim Parkstraße 2a
Mittwoch 14.30 – 17.00 Uhr

Offene Seniorenbegegnungsstätte „St. Elisabeth Oase“

Elisabeth-Haus, Parkstraße 2
Jeden 1. und 3. Montag von 15.00 bis 17.00 Uhr wird ein offener Nachmittag bei Kaffee, Kuchen und netten Gesprächen für ältere Menschen durch Ehrenamtliche der Caritas-Konferenz angeboten.
Ansprechpartnerin: Ulrike Ziel, Tel.: 0 23 07 / 8 46 05

Katholische Kirchengemeinde St. Michael

Lindenweg 22, Bergkamen-Weddinghofen
Pastor: Sebastian Zimmert
Pfarrbüro Tel.: 0 23 07 / 6 08 37
Geöffnet: Di. 9.00 – 11.30 Uhr
E-Mail: pfarrbuero@st-michael.de
Internet: www.st-michael.de

Alten- und Rentnergemeinschaft (ARG)

Pfarrheim Lindenweg
2. bis 4. Donnerstag im Monat um 15.00 Uhr
Gemeinsame Heilige Messe, Kaffeetrinken mit anschließenden Gesellschaftsspielen

Kath. Kirchengemeinde St. Barbara

Am Römerberg 1, Bergkamen-Oberaden
Pfarradministrator: Thorsten Neudenberger
Pfarrbüro Tel.: 0 23 06 / 8 03 49
Geöffnet: 8.30 – 10.30 Uhr
E-Mail: pfarrbuero@st-barbara-oberaden.de
Internet: www.st-barbara-oberaden.de

Alten- und Rentnergemeinschaft (ARG)

Pfarrheim Am Römerberg 1
Mittwoch 14.00 Uhr

Katholische Kirchengemeinde Herz-Jesu

Rünther Straße 108, Bergkamen-Rünthe
Pastor: Günther Kischkewitz
Pfarrbüro Tel.: 0 23 89 / 65 05
Geöffnet: Di. 16.00 – 18.00 Uhr
E-Mail: pfarrbuero@herz-jesu-ruenthe.de
Internet: www.herz-jesu-ruenthe.de

Katholische Frauen Deutschlands (kfd)

Pfarrheim Overberger Straße 2, Bergkamen-Rünthe
Dienstags alle 14 Tage, Beginn 15.00 Uhr im Wechsel mit der ARG

Alten- und Rentnergemeinschaft (ARG)

Pfarrheim Overberger Straße 2, Bergkamen-Rünthe
dienstags alle 14 Tage, Beginn 15.00 Uhr im Wechsel mit der kfd. Angeboten werden gemeinsames Kaffeetrinken, Unterhaltung und Kartenspiele.

Katholische Kirchengemeinde St. Clemens

Westenhellweg 1, Bergkamen-Rünthe
Pfarradministrator: Thorsten Neudenberger
Pfarrbüro Tel.: 0 23 89 / 29 52
Geöffnet: Di. 15.00 – 16.00 Uhr
E-Mail: pfarrbuero@st-clemens-ruenthe.de
Internet: www.st-clemens-ruenthe.de

Angebote der AWO-Ortsvereine

Ortsverein Bergkamen-Mitte

Heinrich-Martin-Heim
Am Wiehagen 32

dienstags 13.00 – 16.00 Uhr

Seniorenrunde mit wechselndem Programm

z. B. Gesellschaftsspiele, Skatrunde, Themennachmittage
Ansprechpartnerin: Karin Schäfer, Tel.: 0 23 07 / 6 29 29
Ansprechpartnerin: Edith Töller, Tel.: 0 23 07 / 8 76 80

Ortsverein Oberaden

Jugendheim Oberaden, Preinstraße 14

Jeden 1. und 3. Dienstag, Beginn 15.00 Uhr

Seniorenrunde mit wechselndem Programm

z. B. Feste, Kaffeetrinken, Spiele

AWO Begegnungsstätte

Celler Straße 36

Das Café lädt mit seinen ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen zum geselligen Beisammensein ein: mittwochs um 12.00 Uhr zum Mittagessen; donnerstags, freitags und sonntags von 14.00 bis 17.30 Uhr zu Kaffee und Kuchen.

Ansprechpartnerin: Marita George, Tel.: 0 23 06 / 9 41 82 42



IMPULS von Maik und Dirk Löbbert

Ortsverein Weddinghofen

Schulstraße 8

mittwochs von 14.00 – 17.00 Uhr

Seniorentreff

z. B. Kaffeetrinken, Spiele, Tanz, Musik, Feiern, Ausflüge
Ansprechpartnerin: Frau Gast, Tel.: 0 23 07 / 6 29 89
Ansprechpartnerin: Frau Balon, Tel.: 0 23 07 / 6 08 00

Angebote des Deutschen Roten Kreuzes

Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) bietet Seniorengruppen an, die sich unter anderem zum Kaffeetrinken, Unterhalten oder zur Gymnastik treffen. Die Treffen finden im DRK-Heim, Am Stadion, Bergkamen-Mitte, statt. Wenn Sie Interesse an einer Seniorengruppe haben und nähere Informationen wünschen, wenden Sie sich an die Rotkreuzleiterin.

Ansprechpartnerin: **Monika May**

Tel.: 0 23 07 / 8 85 24

Sonstige Angebote

Kuckucks Rüstige Rentnerrunde

Bei der Rüstigen Rentnerrunde treffen sich ehemalige Mitarbeiter der Zeche Grimberg 3/4, um durch Referenten zu aktuellen Themen Informationen zu erhalten. Die Treffen finden an unterschiedlichen Terminen statt (außer in den Sommerferien). Treffpunkt ist die Gaststätte Kuhbachstuben in der Pfalzstraße in Bergkamen-Weddinghofen.

Ansprechpartner: **Kurt Niehörster**

Tel.: 0 23 07 / 6 13 57



Berghalde Großes Holz

Senioren-AG SPD Ortsverein Bergkamen-Mitte

Die SPD-Senioren-AG ist eine Arbeitsgemeinschaft im Ortsverein Bergkamen-Mitte, die es sich unter anderem zur Aufgabe gemacht hat, die Interessen von Seniorinnen und Senioren zu vertreten. Aktiv wird der Ortsverein durch die Senioren-AG z. B. beim Wahlkampf unterstützt. Die Senioren-AG kommt einmal

im Monat im Treffpunkt an der Lessingstraße 2 in Bergkamen-Mitte zusammen. In gelockerter Atmosphäre halten Referenten regelmäßig zu aktuellen Themen Vorträge. Weiterhin werden Senioren-Tanzteeveranstaltungen, ein Seniorenfrühstück, Ausflüge und Feste durchgeführt.

Ansprechpartner: Dietrich Kloß

Tel.: 0 23 07 / 6 07 31

Ansprechpartnerin: Christa Vogt

Tel.: 0 23 07 / 8 05 00

AG 60 plus, SPD Ortsverein Bergkamen-Rünthe

Die AG 60 plus trifft sich jeden zweiten Mittwoch von 17.00 – 19.00 Uhr in der Mensa der Hellwegschule, Rüntherstraße 80 in Bergkamen-Rünthe. Zu den Veranstaltungen werden Referenten zu aktuellen Themen (z. B. Renten, Steuern, Pflegeversicherung) eingeladen, um in einer anschließenden Diskussionsrunde über das Thema zu sprechen. Des Weiteren werden Studienfahrten und bei jeder Veranstaltung Kaffee und Kuchen sowie Gesellschaftsspiele angeboten.

Ansprechpartnerin: Marianne Lentes

Tel.: 0 23 89 / 26 13

Seniorenunion

Die Seniorenunion trifft sich jeden ersten Dienstag im Monat von 15.00 bis 18.00 Uhr. Treffpunkt ist das Albert-Schweitzer-Haus, Schulstraße 8 in Bergkamen-Weddinghofen. Zu Beginn der Veranstaltung wird gemeinsam Kaffee getrunken, um anschließend in einen aktiven Meinungsaustausch über aktuelle Themen einzusteigen. Zum Abschluss der Veranstaltung besteht die Möglichkeit, sich bei Gesellschaftsspielen wie Skat und Rommé zu unterhalten.

Ansprechpartnerin: Rosemarie Degenhardt

Tel.: 0 23 89 / 53 78 95

ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand)

Die Anbieter der offenen Altenhilfe und der Erwachsenenbildung sowie Vereine, Verbände, Betriebe und Organisationen, die mit der Zielgruppe arbeiten, werden zu Multiplikatorengruppen zusammengeführt und bilden ein unterstützendes Netz. Begleitet werden Selbsthilfegruppen zur Anregung gesellschaftlicher, politischer und sozialkultureller Teilhabe. Das regionale Info-Treffen der ZWAR-Gruppe findet jeden Montag in der Zeit von 15.00 bis 16.30 Uhr im Albert-Schweitzer-Haus, Schulstraße 8 in Bergkamen-Weddinghofen statt.

Es sind regelmäßig Veranstaltungen zu Gesundheits- und Verbraucherfragen vorgesehen. Bei Rückfragen und zusätzlichen Informationswünschen wenden Sie sich bitte an:

Stadt Bergkamen, Volkshochschule im Treffpunkt

Lessingstraße 2, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 2 84 95 - 1

E-Mail: vhs@bergkamen.de

oder an:

Ansprechpartnerin: N.N.



Offener Frühstückstreff

„Offener Frühstückstreff“ des Seniorenhilferinges Bergkamen

Für alle Bergkamener Seniorinnen und Senioren wird jeden Donnerstag von 8.30 bis 10.30 Uhr im Heinrich-Martin-Heim der AWO, Am Wiehagen 32 der „Offene Frühstückstreff“ angeboten. Ein abwechslungsreiches Programm zu verschiedenen Jahreszeiten und Anlässen wird den Besuchern neben einem kompletten Frühstück zum Preis von zurzeit 1,90 € geboten. Der Frühstückstreff bietet natürlich auch die Möglichkeit zum Verweilen, in gemütlicher Atmosphäre zu klönen, alte Kontakte wieder aufleben zu lassen oder neue zu knüpfen. Informationen erhalten Sie im Seniorenbüro der Stadt Bergkamen:

Stadt Bergkamen/Seniorenbüro

Ansprechpartnerinnen: Frau Freitag/Frau Scherney

3. Etage, Zimmer 314

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10

E-Mail: i.freitag@bergkamen.de
m.scherney@bergkamen.de

Sehbehinderten- und Blindenselbsthilfegruppe Bergkamen e.V.

Die Gruppe trifft sich 14-tägig dienstags von 15.00 – 18.00 Uhr im Albert-Schweitzer-Haus, Schulstraße 8 in Weddinghofen. Willkommen sind nicht nur betroffene Personen, sondern auch Familienangehörige und Freunde.

Ansprechpartner: Walter Görlitz

Tel.: 0 23 07 / 55 48 64

E-Mail: Kreis-Unna@bsvw.de

Gehörlosenverein „Einigkeit“

Der Verein trifft sich jeden 3. Samstag im Monat von 15.00 bis 19.00 Uhr im Martin-Luther-Zentrum, Preinstraße 38 in Bergkamen Oberaden. Wer interessiert ist, kann den gemütlichen gemeinsamen Tag auch schon ab 14.30 Uhr mit einem Gottesdienst beginnen.

Ansprechpartner: Pfarrer Reinhard Chudaska

Am Hohen Kamp 18, 59192 Bergkamen-Oberaden

Tel.: 0 23 06 / 89 03

E-Mail: chudaska@onlinehome.de

Ansprechpartner: Hartmut Geßler

In der Aue 11, 59174 Kamen
Fax: 0 23 07 / 7 24 54

Senioreninitiative Heil

Die Treffen der Senioreninitiative Heil finden in einem vierwöchigen Rhythmus im Jugendheim Heil an der Nördlichen Lippestraße in Bergkamen-Heil statt. Es werden Referenten eingeladen, die über aktuelle Themen berichten, Geburtstagsfeiern werden durchgeführt, gemeinsam Kaffee getrunken und Gesellschaftsspiele angeboten. Beginn der Veranstaltung ist immer um 15.00 Uhr.

Ansprechpartnerin: Ute Scheunemann

Tel.: 0 23 89 / 4 52 35

Behindertenkreis „Haus der Begegnung“

Der Behindertenkreis ist eine Selbsthilfegruppe von und für Menschen mit verschiedenen Behinderungen. Das Treffen findet im 14-tägigen Rhythmus im „Haus der Begegnung“ im Dietrich Bonhoeffer Gemeindeforum, Am Römerberg 40, Bergkamen-Oberaden, jeweils dienstags in der Zeit von 15.00 bis 17.30 Uhr, statt. Die Aktivitäten der Gruppe bestehen aus einem gemütlichen Kaffeetrinken, Basteln oder Spielen, Dia-Vorträgen, Grill-Nachmittagen und Ausflügen.

Ansprechpartnerin: Marita Fuchs

Tel.: 0 23 06 / 8 40 10

Ansprechpartnerin: Marianne Häfner

Tel.: 0 23 06 / 8 38 00

Behindertengruppe

Sankt Elisabeth Kirche, Parkstraße 2, Bergkamen-Mitte
Das Treffen der Behindertengruppe findet alle vier Wochen, jeweils dienstags in der Zeit von 14.30 bis 17.30 Uhr statt. In gemütlicher Runde wird bei Kaffee und Kuchen immer ein abwechslungsreiches Programm geboten.

Ansprechpartnerin: Cäcilia Andrejewski

Tel.: 0 23 07 / 6 16 31

Sollten Sie Interesse haben, sich für ältere Menschen zu engagieren oder haben Sie Lust, in einer Gruppe mitzuwirken, wenden Sie sich einfach an:

Stadt Bergkamen/Seniorenbüro

Ansprechpartnerinnen: Inge Freitag/Meike Scherney

3. Etage, Zimmer 314

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10

E-Mail: i.freitag@bergkamen.de

m.scherney@bergkamen.de

Team Offener Frühstückstreff



Offener Frühstückstreff



2.3. Musik und Gesang

*„Tanzen erfreut – vertreibt den Verdross.
Tanzen versöhnt den Kopf mit dem Fuß.
Wer tanzt, gesundet – bleibt länger fit.
Versuch' es mal – tanz' einfach mit.“*

Meditativer Kreistanz

Es wird im Kreis zu ruhiger und besinnlicher, aber auch zu fröhlicher und lebendiger Musik wie z. B. Klassik oder Folklore getanzt. Männer und Frauen sind unabhängig vom Alter und der Konfession herzlich eingeladen.

Das Angebot findet ein- bis zweimal im Monat mittwochs von 19.30 bis 21.30 Uhr in der Kapelle Heil, Westenhellweg 142, statt.

Ansprechpartnerin: Astrid Krumm

Tel.: 0 23 89 / 24 64



Seniorenband

Die 1. Bergkamener Seniorenband wurde im Mai 2004 unter dem Motto „Musik kennt keine Altersgrenze“ gegründet.

Musikbegeisterte Seniorinnen und Senioren treffen sich seitdem zum gemeinsamen Musizieren jeden Dienstag von 14.00 bis 17.00 Uhr im Jugendheim Spontan, Friedrich-Ebert-Platz 2 in Bergkamen-Rünthe. Ob Keyboard, Akkordeon, Schlagzeug, Flöte, Gitarre oder Gesang.

Jeder, der gerne mit anderen musizieren möchte, ist herzlich willkommen. Wenden Sie sich hierzu einfach an das Seniorenbüro der Stadt Bergkamen.

Stadt Bergkamen/Seniorenbüro

Ansprechpartnerinnen: Inge Freitag/Meike Scherney

3. Etage, Zimmer 314

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10

E-Mail: i.freitag@bergkamen.de

m.scherney@bergkamen.de

1. Bergkamener Seniorenband



Männergesangsverein Heil

Proben finden jeden Donnerstag von 20.00 bis 22.00 Uhr in der Gaststätte „Zum Stadion“, Sugambnerstraße 13 in Bergkamen-Oberaden, statt.

Ansprechpartner: Klaus Rosenthal

Tel.: 0 23 06 / 8 11 02

Sängervereinigung Rünthe 1919

Der Männergesangsverein nimmt neben seinen Gesangsstunden auch an Chorkonzerten und kulturellen Veranstaltungen teil. Zusätzlich finden gesellige Zusammenkünfte statt.

Die Proben finden jeden Dienstag um 18.30 Uhr im Haus der Mitte, Kanalstraße 7 in Bergkamen-Rünthe statt.

Ansprechpartner: Rainer Geschwind

Tel.: 0 23 89 / 5 24 20

Bergkamener Heimatklänge

Hierbei handelt es sich um ein Blasorchester.

Die Proben finden jeden Freitag um 18.00 Uhr in der Aula der Freiherr-vom-Stein Realschule, Hochstraße 54a in Bergkamen-Mitte, statt. Außerdem tritt das Orchester bei verschiedenen Veranstaltungen auf.



Ansprechpartner: Martin Jagielki

Tel.: 0 23 07 / 29 99 92

Shanty Chor MK Kamen/Bergkamen

Der Chor singt Shantys und Seemannslieder. Interessierte sind hier jederzeit willkommen.

Ansprechpartner: Horst Wozny

Tel.: 0 23 89 / 78 06 85



Shanty Chor

2.4. Kultur und Bildung

Die Stadt Bergkamen mit ihrem vielfältigen Angebot an Kultur und Bildung bietet durch die aufgeführten Einrichtungen neben dem fortlaufenden Programm auch zusätzliche interessante Aufführungen, Ausstellungen und Weiterbildungsmöglichkeiten an.

Stadtmuseum

Das Stadtmuseum Bergkamen bietet neben seinen Dauerausstellungen (Museums-geschichte, Römergeschichte und Stadtgeschichte) auch wechselnde themenbezogene Ausstellungen an. Über das zusätzliche Programm können Sie sich im Internet oder unter der unten aufgeführten Adresse bzw. Telefonnummer informieren.

Stadtmuseum Bergkamen

Ansprechpartnerin: Jutta Koch

Jahnstraße 31/Museumsplatz

59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 06 / 30 60 21 - 0

Fax: 0 23 06 / 30 60 21 - 17

E-Mail: info@stadtmuseum-bergkamen.de

Internet: www.stadtmuseum-bergkamen.de

Öffnungszeiten:

Di. – Fr.: 10.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 17.00 Uhr

Sa.: 14.00 – 17.00 Uhr

So.: 11.00 – 18.00 Uhr

Bibliothek/Büchereien

In der Stadtbibliothek, Am Stadtmarkt 1 in Bergkamen-Mitte, können Sie neben diversen Ausleihmöglichkeiten auch an Buchvorstellungen, Autorenlesungen und Vorträgen teilnehmen.

Interessierte informieren sich bitte über die nächsten Termine direkt in der Stadtbibliothek.

Begegnungsstätte/Stadtbibliothek

Tel.: 0 23 07 / 9 83 50 - 0

Fax: 0 23 07 / 9 83 50 - 20

Öffnungszeiten:

Di.: 10.00 – 18.00 Uhr

Mi.: 14.00 – 18.00 Uhr

Do.: 9.00 – 18.00 Uhr

Fr.: 10.00 – 13.00 Uhr und 15.00 – 18.00 Uhr

Sa.: 10.00 – 12.30 Uhr

Volkshochschule

Die Volkshochschule Bergkamen bietet für Seniorinnen und Senioren unter anderem folgendes Programm an: Computerkurse, Sprachkurse, Aquagymnastik, Bewegungsangebote, Problemzonengymnastik und vieles mehr. Sollten Sie Interesse am Angebot der VHS haben oder nähere Informationen benötigen, setzen Sie sich bitte mit der VHS Bergkamen in Verbindung.

Stadt Bergkamen/Volkshochschule

Ansprechpartnerin: Sabine Ostrowski

Tel.: 0 23 07 / 2 84 95 - 1

E-Mail: vhs@bergkamen.de

Studiotheater und Galerie Sohle 1

Im Studiotheater und in der städtischen Galerie „Sohle“ 1 finden regelmäßig Kabarettvorstellungen und andere Aufführungen statt. Über das aktuelle Programm informiert Sie gerne das Kulturreferat der Stadt Bergkamen.

Stadt Bergkamen/Kulturreferat

Ansprechpartner: David Zolda

3. Etage, Zimmer 303

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 66

E-Mail: d.zolda@bergkamen.de

2.5. Politische Seniorenvertretungen

Ausschuss für Familie, Soziales, Gesundheit und Senioren

Seit 1999 berät der Ausschuss für Familie, Soziales, Gesundheit und Senioren den Rat der Stadt Bergkamen. Er ist zuständig für die Beratung aller allgemeinen Angelegenheiten, die Familien, Senioren/innen und soziale Fragen betreffen. Weitere Aufgabenschwerpunkte sind Fragen der öffentlichen Sicherheit und Ordnung, des Gesundheitswesens und der Förderung des friedlichen Zusammenlebens aller Bevölkerungsgruppen.

Laut der Gemeindeordnung Nordrhein-Westfalen kann der Rat vor seinen Entscheidungen zu bestimmten Angelegenheiten das Votum von durch ihn selbst eingerichteten Fachausschüssen einholen.

Im Ausschuss sind Ratsmitglieder und sachkundige Bürger aus allen im Rat vertretenen Fraktionen. Er tagt in der Regel viermal jährlich und beteiligt sich an verschiedenen städtischen Veranstaltungen von besonderer Bedeutung. Seine Wahlzeit ist identisch mit der des Stadtrates.

Neben der Bearbeitung ortsrelevanter Themen behandelt der Ausschuss für Familie, Soziales, Gesundheit und Senioren auch Anfragen ortsansässiger Bürger, sofern sie seine Arbeit betreffen. Als Vorsitzende wurde in 2014 Frau Martina Plath gewählt.

Kreisseniorenkonferenz

Die Kreisseniorenkonferenz hatte ihre konstituierende erste Sitzung im Herbst 2001. Ihr gehören Delegierte an, die beim Kreissenientag als Vertreter von Seniorenorganisationen und Selbsthilfegruppen aus dem Kreis Unna benannt wurden. Voraussetzung für die Mitgliedschaft ist ein Alter von mehr als 55 Jahren und der berufliche Ruhestand. Die Delegierten sollten außerdem aktiv in z. B. mindestens einer Seniorengruppe, einem Wohlfahrtsverband, Verein, Seniorenarbeitskreis mitarbeiten. Auf diese

Weise werden rund 425 Seniorenorganisationen kreisweit erreicht.

Die Kreisseniorenkonferenz hat die Aufgabe, den Kreis Unna bezüglich der Seniorenarbeit zu beraten und die Seniorenbeteiligung sowie das Ehrenamt zu stärken.

Weitere Aufgaben der Kreisseniorenkonferenz sind u.a. die Beteiligung bei seniorenrelevanten Tätigkeitsfeldern des Kreises wie z. B. Gesundheit, Pflege, Wohnen und die Beratung des Kreises bezüglich seniorenrelevanter Themen und die Mitwirkung am Kreissenientag.

Vorsitzender der Kreisseniorenkonferenz ist:

Rolf Schwerdt

Talweg 22, 58239 Schwerte

Tel.: 0 23 04 / 1 89 32

Delegierter aus Bergkamen ist seit der letzten Wahl im Oktober 2017:

Volker Weirich (Rat der Stadt Bergkamen)

Hahnenpatt 16, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 8 23 63

Eine Unterstützung in ihrer Arbeit erhält die Kreisseniorenkonferenz durch die Koordinierungsstelle Seniorenarbeit des Kreises Unna. Erreichen können Sie die Koordinierungsstelle Seniorenarbeit unter der folgenden Adresse:

Kreis Unna

Stabsstelle Planung und Mobilität Sozialplanung und Demografie

Koordinierungsstelle Seniorenarbeit
Friedrich-Ebert-Straße 32, 59425 Unna

Geschäftsführerin: Anna Musinszki

Tel.: 0 23 03 / 27 - 23 61

Internet: anna.musinszki@kreis-unna.de

2.6. Bürgerschaftliches Engagement

Das Seniorenbüro berät, vermittelt und fördert Bürger und Bürgerinnen, die sich ehrenamtlich engagieren möchten. Es unterstützt Initiativen, Gruppen, Vereine, Projekte, Institutionen und erschließt neue Tätigkeitsfelder in Kooperation mit anderen Trägern. Möchten Sie ihre Erfahrungen, Kenntnisse und Kompetenzen weitergeben, ein neues Projekt verwirklichen oder ehrenamtlich aktiv werden? Wir beraten Sie gerne! Mögliche Tätigkeitsfelder finden Sie hier:

■ Seniorenhilfering Bergkamen

Beim Seniorenhilfering handelt es sich um eine Initiative bürgerschaftlichen Engagements, an der sich grundsätzlich jede Bürgerin, jeder Bürger und jede Gruppe oder Organisation beteiligen kann. Ehrenamtliche Tätigkeiten sind hier auf verschiedenen Gebieten möglich. Die Koordination erfolgt durch das Seniorenbüro der Stadt Bergkamen. Aufgrund zahlreicher ehrenamtlicher Mitarbeiter/innen, die seit der Gründung des Seniorenhilferinges im Jahr 2003 aktiv mitwirken, entstanden unterschiedliche Gruppen und Tätigkeitsfelder, die durch das Seniorenbüro kontinuierlich begleitet werden.

Seniorenbüro

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10

■ Alt und Jung

Das Seniorenbüro fördert in Kooperation mit dem Familienzentrum „Mikado“ das Miteinander von Jung und Alt. Für interessierte Senioren und Seniorinnen besteht die Möglichkeit, im Familienzentrum aktiv mitzuwirken und die Kinder durch ihre Kindergartenzeit zu begleiten. Beim gemeinsamen Musizieren, Werken und Spielen haben dann nicht nur die Kleinen ihren Spaß. Melden Sie sich bei Interesse im

Familienzentrum Mikado

Tel.: 0 23 07 / 8 35 09



■ Lesepaten gesucht!

In immer mehr Familien kommt das Vorlesen für Kindergarten- und Grundschulkindern zu kurz. Helfen Sie mit, unsere Kinder für Bücher zu begeistern, und werden Sie Lesepate. Interessierte melden sich in der

Stadtbibliothek

Tel.: 0 23 07 / 98 35 00

■ Familienpaten gesucht!

Familienpaten sind Bergkamener Bürger, die sich gerne im sozialen Bereich engagieren möchten. Sie sollen über einen gewissen Zeitraum ein verlässlicher Ansprechpartner für Eltern und deren Kinder sein. Familienpaten unterstützen Familien oder Alleinerziehende, die sich in einer schwierigen Lebensphase befinden bei der Bewältigung ihrer Alltagsprobleme und sollen helfen, wo es nötig ist. Bei Interesse melden Sie sich im

Familienbüro

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 58

■ Zeitpaten

Im Gegensatz zu den Familienpaten gehen die Zeitpaten stundenweise in eine Einrichtung wie Kindergarten, Offene Ganztagschule oder Familienzentrum und schenken den Kindern ihre Zeit. Jeder Engagierte entscheidet dabei selbst, wieviel Zeit er investieren kann.

Ansprechpartnerin Runder Tisch „Kinder im Zentrum“:
Margarete Hackmann

Tel.: 0 23 07 / 28 06 33

■ „Senioren helfen Senioren“

Prävention in Sicherheitsfragen kann nicht nur die Aufgabe der Polizei sein. Es ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, die sich der Verein „Pro Sicherheit – Verein für Kriminalprävention, Jugendschutz und Verkehrssicherheitsarbeit im Kreis Unna e.V.“ (ProSi) zu eigen gemacht hat. ProSi und die Kreispolizeibehörde Unna bilden engagierte Ehrenamtliche zu verschiedenen Beratungsthemen aus. Das Kooperationsprojekt „Senioren helfen Senioren“ richtet sich an aktive Seniorinnen und Senioren, die mitten im Leben stehen, Spaß daran haben, neue Erfahrungen zu sammeln und das erfahrene



Infostand „Senioren helfen Senioren“

Wissen der Kriminalprävention und Verkehrssicherheitsarbeit in Vereinen, Seniorenkreisen und bei anderen Gelegenheiten weiter zu geben. Ziel ist, den Selbstschutz durch Vermittlung von Kenntnissen zu verbessern und das Sicherheitsempfinden von Senioren zu stärken. Die Seminare zur Ausbildung zum Seniorenberater finden jährlich im Februar/März statt. Kontakt:

Geschäftsstelle ProSi

Am Bahnhof 12, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 9 21 - 44 00

E-Mail: info@prosi-unna.de

Internet: www.prosi-unna.de

Ehrenamtskarte

Die Ehrenamtskarte NRW ist ein Zeichen des Dankes und der Anerkennung für intensives bürgerschaftliches Engagement. Unabhängig von ihrem Wohnort erhalten die Inhaberinnen und Inhaber aufgrund einer Vereinbarung zwischen dem Land und seinen Städten und Gemeinden in ganz Nordrhein-Westfalen vergünstigten Eintritt in vielen öffentlichen und privaten Einrichtungen und zu Veranstaltungen unterschiedlicher Art. Mit der Vergabe der Ehrenamtskarte NRW soll den zahlreichen Bürgerinnen und Bürgern mit mehr als bloßen Worten gedankt werden für die Zeit und Kraft, die sie dem Allgemeinwohl in vielfältiger Weise zur Verfügung stellen.

Die Ehrenamtskarte NRW wurde in Bergkamen im Herbst 2012 erstmals verliehen. Welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen, erfahren Sie auf der Homepage der Stadt Bergkamen.

Ansprechpartnerin: Corinna König

Bürgermeisterbüro

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 77

E-Mail: buergemeisterbuero@bergkamen.de

oder c.koenig@bergkamen.de

3. GESUNDHEIT

3.1. Krankenhäuser

Bergkamen selbst verfügt über keine Krankenhäuser, daher verweisen wir hier auf die Krankenhäuser im Umfeld:

Evangelisches Krankenhaus Unna

Holbeinstraße 10, 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 1 06 - 0
Fax: 0 23 03 / 1 06 - 1 47
Internet: www.ek-unna.de
E-Mail: info@ek-unna.de
Pflegeberatung oder sozialer Dienst
Tel.: 0 23 03 / 1 06 - 1 95 oder
0 23 03 / 1 06 - 2 77
Büro des Gesundheitszentrums
Tel.: 0 23 03 / 1 06- 4 38

Klinikum Westfalen, Standort Lünen

Klinik am Park Lünen-Brambauer
Brechtener Straße 59, 44536 Lünen
Tel.: 02 31 / 87 87 - 0
Fax: 02 31 / 87 65 75
Internet: www.klinikum-westfalen.de
E-Mail: info@klinikum-westfalen.de

St. Marien-Hospital Lünen

Altstadtstraße 23, 44534 Lünen
Tel.: 0 23 06 / 77 - 0
Fax: 0 23 06 / 77 22 29
Internet: www.klinikum-luenen.de
E-Mail: info@klinikum-luenen.de

Klinikum Westfalen, Standort Kamen Hellmig-Krankenhaus Kamen

Nordstraße 34, 59174 Kamen
Tel.: 0 23 07 / 14 91
Internet: www.klinikum-westfalen.de
E-Mail: info@klinikum-westfalen.de

Kath. Katharinen-Hospital

Obere Husemannstraße 2, 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 1 00 - 0
Fax: 0 23 03 / 1 00 27 00
Internet: www.katharinen-hospital.de
E-Mail: info@katharinen-hospital.de

St. Christophorus-Krankenhaus

Am See 1, 59368 Werne
Tel.: 0 23 89 / 7 87 - 0
Fax: 0 23 89 / 7 87 - 11 00
Internet: www.krankenhaus-werne.de
E-Mail: info@krankenhaus-werne.de

3.2. LWL-Tagesklinik Bergkamen Gerontopsychiatrisches Zentrum

„Tagsüber in Behandlung, abends zu Hause“

Das Therapieangebot der LWL-Tagesklinik richtet sich an seelisch kranke Menschen ab dem 60. Lebensjahr, wenn ambulante Hilfe nicht mehr ausreicht, ein stationärer



Aufenthalt jedoch nicht oder nicht mehr erforderlich ist. Die gerontopsychiatrische Tagesklinik in Bergkamen verfügt über 20 Plätze. Die Behandlung erfolgt an fünf Tagen in der Woche von montags bis freitags. Sie bietet eine qualifizierte Behandlung und Betreuung von 8.00 bis 16.00 Uhr.

Behandlungsziele sind insbesondere die Heilung, Linderung und Besserung von psychischen Erkrankungen, wie z. B. Depressionen, Neurosen oder eine beginnende Demenz.

Für die Aufnahme in die Tagesklinik sind Voruntersuchungen notwendig. Diese können durch niedergelassene Nervenärzte/-ärztinnen, durch die Institutsambulanz der Tagesklinik oder auch von psychiatrischen oder neurologischen Fachabteilungen durchgeführt werden. Die Kosten der Behandlung werden von den Krankenkassen übernommen.

Nähere Informationen erhalten Sie unter folgender Adresse:

LWL – Tagesklinik Bergkamen
Gerontopsychiatrisches Zentrum
Erich-Ollenhauer-Straße 7, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 21 08 10

3.3. Ärzte und Fachstellen

An dieser Stelle finden Sie eine Auflistung aller Ärzte, die in Bergkamen tätig sind. Hierbei sind die Ärzte bzw. medizinischen Nebenberufe in Allgemeinmediziner, Fachärzte, Heilpraktiker und Podologen unterteilt sowie in alphabetischer Reihenfolge aufgelistet.

LWL-Tagesklinik Bergkamen
Gerontopsychiatrisches Zentrum

**Tagsüber
in Behandlung,
abends zuhause**



**Professionelle Hilfe bei
seelischen Problemen
älterer Menschen
ab dem 60. Lebensjahr**

**Erich-Ollenhauer-Straße 7
59192 Bergkamen
Telefon 02307 – 210810
Wir freuen uns auf ihren Anruf**

Offener Info-Treff für Angehörige
psychisch kranker Menschen
jeden ersten Dienstag im Monat
um 17 Uhr

LWL
Für die Menschen,
Für Westfalen-Lippe.



Pflegen. Entlasten. Beraten.

Wir helfen Ihnen gerne!

www.awo-un.de

Wir
beraten Sie
gerne!

Ambulante
Pflegedienste

Kamen
023 07
28 74 485

Selm
025 92
24 93 94

Unna
023 03
30 50 449

Tagespflegen

Selm
025 92
24 93 94

Wohngemeinschaft für Senioren

Lünen
023 06
30 84 40

Brambauer
0231
98 72 377

Unna
023 03
22 606

© Yuri Arcurs/fotolia.com

Wieder
gut
HÖREN

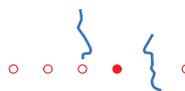
Wir helfen mit
einem breit
gefächerten
Angebot

Bei uns versteht
man sich!

HÖRGERÄTE
Middendorf

Excellenter Service
für Sie – auch wenn Sie Ihr Gerät
nicht bei uns gekauft haben!

Susanne Middendorf
Hörakustik-Meisterin
Bahnhofstr. 56 · 59174 Kamen
Tel.: 0 23 07 - 92 34 34
www.middendorf-kamen.de



Praxis für Sprachtherapie Iris Overhage

Iris Overhage

Dipl.-Pädagogin / Sprachtherapeutin
Heilpraktikerin (Sprachtherapie)
Behandlung von Sprach-, Sprech-,
Stimm-, Hör- und Schluckstörungen

Termine nach Vereinbarung
– alle Kassen und Privat

Preinstraße 10 / 59192 Bergkamen-Oberaden
Telefon 0 23 06. 99 66 48



p Praxis für
ergotherapie
bergkamen

Pädiatrie – Orthopädie – Geriatrie – Neurologie – Psychiatrie

Seit 2002 ihr Ansprechpartner
für ambulante Ergotherapie

Zentrumstr. 16 | 59192 Bergkamen | Tel.: 02307 / 994768
email: peb@aktiverleben-nrw.de | www.aktiverleben-nrw.de

Allgemeinmediziner:

Ulrich Buschmann
Am Römerberg 33, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 86 27

Dr. Joachim Eick
Am Römerberg 32, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 86 11

Dr. Rainer Janz/Dr. Peter Schumpich /
Dr. Karen-Ilka Schroeders
Lessingstraße 108, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 55 58

Dr. Elena Rahn
Häupenweg 3, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 24 75

Dr. Mustafa Madanoglu
Bambergstraße 4, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 80 18

Dr. Fathi Odeh
Bambergstraße 31, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 70 33

Dr. Heinrich Stamm
Rünther Straße 63, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 31 69

Dr. Thaddäus Stenzel
Präsidentenstraße 47
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 73 62

Dr. Christine Wloczek
Am Kastellgraben 1
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 01 31

Dr. Astrid Muschol
Birkenweg 2, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 2 89 95 90

Dr. Juri Bogdanov
Rotherbachstraße 73
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 940 84 35

Dr. Wail Saleh
Jahnstraße 83, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 89 70



Fachärzte:

Augenärzte:

Evelyn Cosmar
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 97 30

Dr. Thomas Schultze
Lessingstraße 106a, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 30 17

Chirurgen:

Dr. Hatem Al-Safarini
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 96 20 50

Christoph Kwiatkowski
Geschwister-Scholl-Str. 4
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 97 00 27

Gynäkologen:

Dr. Erol Sevinchan/Dr. Petra Blanke
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 9 62 61 10

Dr. Sylvia Zensen
Lessingstraße 108, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 54 54

Dr. Farideh Karim-Payab
Präsidentenstraße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 2 08 47 72

Hals-Nasen-Ohren-Ärzte:

Krystyna Maciag
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 75 35

Hautärzte:

Dr. Christian Schulz
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 75 95

Internisten:

Dr. Hermann Bründermann/
Dr. Markus Drees
In der Dille 48a, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 10 00

Dr. Hartwig Heinemann/Bernd Mauer
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 63 26

Dr. Detlef Kobusch/
Dr. Christian Fastenrath
Präsidentenstraße 44
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 28 50 40

Kardiologen:

Dr. Christian Fastenrath
Präsidentenstraße 44
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 28 50 40

Kieferorthopäden:

Dr. Norbert Spary
Ebertstraße 22, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 9 10 96 77

Ärzte für Naturheilkunde:

Dr. Joachim Eick
Am Römerberg 32, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 86 11

Dr. Heinrich Stamm
Rünther Straße 63, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 31 69

**Neurologen:**

Dr. Vera Fritzsche/Dr. Ludger Schilling/
Dr. Robert Winkel
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 63 43

Orthopäden:

Dr. Jens Anstipp
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 63 41

Psychiater:

Dr. José Cano/Dr. Vera Fritzsche/
Dr. Ludger Schilling/Dr. Robert Winkel
Louise-Schröder-Straße 20,
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 63 43

Psychotherapie:

Dr. Ulrike Eisentraut
Velmede 4a, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 28 14 70

Sportmediziner:

Dr. Joachim Eick
Am Römerberg 32, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 86 11

Urologen:

Dr. Natalia Bilginer
Lessingstraße 106a
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 49 29

Joachim Blind
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 64 27

Zahnärzte:

Frank Busch
Landwehrstraße 104a
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 98 42 30

Nadja Daliri
Heinrichstraße 22
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 02 44

Dr. Christian Duwe/
Özlem Akyüz-Duwe
Jahnstraße 91, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 44 83

Dr. Will Fahrenbach
Im Sundern 16, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 98 30 70

Dr. Celik Hidir
Präsidentenstraße 46
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 08 58

Dr. Meike Hofmann
Schulstraße 103, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 73 93

Andrzej Olender und J. Olender
Immenweg 2, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 15 21

Dr. Markus Otto
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 63 14

Dr. Michael Schmidt
Lessingstraße 106, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 55 77



Maria Senne
Preinstraße 33, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 25 44

Bernd Stüber
Rünther Straße 62, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 29 44

Andreas Taeye
Rünther Straße 95, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 53 75 00

Susanne Werner
Rotherbachstraße 79
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 99 84 85

Christian Soer
Ebertstraße 6, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 48 54

Ergotherapeuten:

Ergotherapie beruht auf medizinischer und sozialwissenschaftlicher Grundlage und ist eine ärztlich zu verordnende Heilmethode, die Menschen jeden Alters in Anspruch nehmen können. Die Verordnung der Ergotherapie erfolgt bei Menschen mit Beeinträchtigungen der Motorik, Einschränkungen im praktischen Handeln und Denken, neurologischen und/oder psychologischen Störungen oder bei Einschränkungen in der Selbstständigkeit.

Praxis für Ergotherapie
Flotkötter, Gabriele
Präsidentenstraße 44
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 24 24 88

Praxis für Ergotherapie Bergkamen
Zentrumstraße 16, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 99 47 68

Praxis für Ergotherapie und
Rehabilitation
Inh. Großmann, Heike
Im Sundern 16, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 26 88 70

Physiotherapeuten/Krankengymnasten und Masseur:

Die Physiotherapie ist eine ärztlich zu verordnende Behandlungsmethode, die dazu beitragen soll, die Beweglichkeit und Mobilität eines Menschen zu erhalten und/oder zu steigern.

Aktimed Physiotherapie/Massage
Zentrumstraße 5, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 95 52

Krankengymnastik/Massage
Böhm, Benno
Jahnstraße 90, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 09 09

Krankengymnastik/Massage
Skubich, Silvia
Präsidentenstraße 18
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 96 73 73

Krankengymnastik Stenzel
Hochstraße 37, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 05 05

Krankengymnastik Triebler & Wetzel
Präsidentenstraße 40a
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 63 15

Physiotherapie
Dieckmann, Andrea
Tel.: 0 23 07 / 9 10 84 11

Praxis für Krankengymnastik/
Massage
Althöfer und Zinke
Werner Straße 150
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 24 20 39
Tel.: 0 23 07 / 8 45 62

Praxis für Krankengymnastik
Frank von Voss
Präsidentenstraße 24
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 48 40

Heilpraktiker:

Heilpraktiker sind medizinisch ausgebildete Heilkundige, die überwiegend nach homöopathischen und naturheilkundlichen Grundsätzen behandeln. In Bergkamen sind neun Heilpraktiker tätig:

Demuth Naturheilpraxis
Stormstraße 9, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 25 61

Eickelmann, Britta
Weidenweg 10, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 2 87 38 95

Heidisch, Jürgen
Präsidentenstraße 24
59192 Bergkamen
Tel. 0 23 07 / 55 44 33

Jellinghaus, Christa
Hammer Straße 111
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 2 33 53

Naturheilpraxis Regine Overhage
Preinstraße 10, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 99 83 45

Päselt, Waltraud
Rosenhof 20, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 29 64

Pudelko, Monika
Im Sundern 16, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 96 85 26

Romahn, Ramona
Schulstraße 40, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 28 21 21

Sümper, Ulrich
Präsidentenstraße 40a
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 05 98

Anerkannte Podologen:

Die Aufgabe der Podologiefachleute besteht darin, die Fußgesundheit zu erhalten. Die Podologie umfasst auch medizinisch gebotene fußpflegerische Behandlungen, entweder auf ärztliche Veranlassung oder unter ärztlicher Anleitung.

Podologin Petra Janssen
Kanalstraße 11, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 4 03 04 09

Jutta Schmitt-Kemp
Praxis für Podologie
Bambergstraße 97, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 26 18 03
Handy: 01 71 / 7 53 93 91

Podologie Martin Hufenbach
Am Römerberg 33, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 7 66 99 42

Podologie Ramona Hildebrandt
Am Römerberg 32, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 49 96 06

Medizinische Fußpflege
Ivonne Jägerhülsmann
Werner Straße 100b
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 9 10 95 46

Medizinische Fußpflege
Susanne Sprötge
Königslandwehr 65, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 25 82 51

Hand & Fuß Kwiatkowski
Lessingstraße 108, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 9 45 57 92
www.handundfuss-bergkamen.de

Fußpflege Carola Schösse
Veilchenweg 7, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 27 79 11

Fußpflege Marlies Hantschel
Pfalzstraße 14, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 4 38 55 16

Mobiler Optiker

Durch den mobilen Optiker besteht in Bergkamen zum ersten Mal die Möglichkeit, das komplette Leistungsspektrum eines Optikers direkt vor Ort so z. B. zu Hause oder in Seniorenwohnheimen geboten zu bekommen.



Zu den Leistungen gehören unter anderem:

- qualifizierte Beratung
- Brillenglasbestimmung
- große Auswahl an Brillenfassungen
- sofortige Reparatur kleinerer Fehler
- die Fertigung von Brillen in eigener Werkstatt.

Nähere Informationen sowie Terminvereinbarungen erhalten Sie hier:

Josef Manav

Augenoptiker-Meister

Alisostraße 32, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 06 / 9 84 62 35

E-Mail: info@der-mobile-optiker.de

Internet: www.der-mobile-optiker.de

3.4. Apotheken

In Bergkamen sind 9 Apotheken ansässig. Informationen über die Nacht- und Notdienstbereitschaft der Apotheken in Ihrer Nähe erhalten Sie unter der bundesweiten Nummer für Apothekennotdienst Tel.: 2 28 33 oder durch die Tagespresse.

Alle Apotheken bieten i.d.R. auch einen speziellen Service für Senioren und Seniorinnen an, wie z. B. Beratung, Anmessung und Verkauf von Kompressions- oder Stützstrümpfen sowie Blutzucker-, Blutdruck- und Cholesterinmessung.

Weitere Angebote können Sie bei den nachfolgenden Apotheken erfragen.



Alte Apotheke

Kanalstraße 9, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 28 08
Fax: 0 23 89 / 53 72 27
Internet: www.alte-apotheke-hermes.com
E-Mail: alte-apotheke-hermes@t-online.de o. alte-apotheke-bergkamen@web.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr.: 8.00 – 13.00 Uhr
und 14.30 – 18.30 Uhr
Mi.: 8.00 – 13.00 Uhr
Sa.: 9.00 – 13.00 Uhr

Apotheke Rünther Straße

Rünther Straße 65
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 78 15 56
Fax: 0 23 89 / 78 15 57
Internet: apotheke-ruenther-str.de
E-Mail: maria-happe@t-online.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr.: 8.00 – 13.00 Uhr
und 14.30 – 18.30 Uhr
Mi.: 8.00 – 13.00 Uhr
Sa.: 9.00 – 13.00 Uhr

Prisma-Apotheke

Geschwister-Scholl-Str. 4
Tel.: 0 23 07 / 9 67 40 01

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr.: 8.00 – 18.00 Uhr
Mi.: 8.00 – 14.00 Uhr
Sa.: 9.00 – 14.00 Uhr

Kant-Apotheke

Am Römerberg 30
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 30 53
Fax: 0 23 06 / 8 11 98
Internet: www.kant-apotheke-bergkamen-app.de
E-Mail: kant-apotheke-bergkamen@t-online.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 8.00 – 13.00 Uhr
und 14.00 – 18.30 Uhr
Mi., Fr.: 8.00 – 18.30 Uhr
Sa.: 8.00 – 13.00 Uhr

Lessing-Apotheke

Lessingstraße 108
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 55 88
Fax: 0 23 07 / 8 42 67
Internet: www.apolessing.de
E-Mail: info@apolessing.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.: 8.00 – 18.00 Uhr
Sa.: 9.00 – 13.00 Uhr

Platanen-Apotheke

Präsidentenstraße 45
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 98 43 00
Fax: 0 23 07 / 98 43 02
Internet: www.platanen-apotheke.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr.: 8.30 – 13.00 Uhr
und 14.30 – 18.30 Uhr
Mi.: 8.30 – 13.00 Uhr
Sa.: 9.00 – 13.00 Uhr

Römerberg-Apotheke

Am Römerberg 33, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 00 76
Fax: 0 23 06 / 30 89 95
Internet: www.roemerberg-apo.de
E-Mail: roemerberg-apo@helimail.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 8.00 – 13.00 Uhr
und 14.30 – 18.30 Uhr
Mi.: 8.00 – 16.00 Uhr
Fr.: 8.00 – 18.30 Uhr
Sa.: 8.00 – 13.00 Uhr

Sonnen-Apotheke

Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 63 18
Fax: 0 23 07 / 6 01 65
Internet: www.apotheke-bergkamen.de
E-Mail: info@meine-sonnen-apotheke.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.: 8.00 – 18.30 Uhr
Sa.: 8.00 – 13.00 Uhr

St. Barbara-Apotheke

Schulstraße 45, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 97 61
Fax: 0 23 07 / 6 72 75
Internet: www.ihre-st-barbara-apotheke.de
E-Mail: info@ihre-st-barbara-apotheke.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.: 8.30 – 13.00 Uhr
und 14.30 – 18.00 Uhr
Sa.: 8.30 – 13.00 Uhr

3.5. Selbsthilfegruppen

In den Selbsthilfegruppen finden Sie Unterstützung bei Problemen oder beim Umgang mit einer eigenen Erkrankung. Viele Gruppen werden auch für Angehörige zum Erfahrungsaustausch und gegenseitiger Unterstützung angeboten. Informationen über bestehende Gruppen finden Sie bei der „K.I.S.S.“, der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Kreis Unna. Dabei unterstützt die K.I.S.S. nicht nur Menschen, die an einer Selbsthilfegruppe teilnehmen wollen, sondern unterstützt auch Gruppengründungen. Zurzeit bestehen im Kreis Unna über 250 Selbsthilfegruppen. Die Angebote der K.I.S.S. sind kostenlos und Anfragen werden vertraulich behandelt.

Die Ansprechpartnerinnen sind:

Margret Voß

Gesundheitshaus Unna

Massener Straße 35, 59423 Unna

Tel.: 0 23 03 / 27 - 28 29

Fax: 0 23 03 / 27 - 24 99

E-Mail: margret.voss@kreis-unna.de

Internet: www.kreis-unna.de

Lisa Nießalla

Gesundheitshaus Lünen

Roggenmarkt 18 – 20, 44532 Lünen

Tel.: 0 23 06 / 1 00 - 6 10

Fax: 0 23 06 / 1 00 - 6 99

E-Mail: lisa.niessalla@kreis-unna.de

Internet: www.kreis-unna.de



3.6. Ernährung

Für die Gesundheit ist eine richtige Ernährung sehr wichtig. Durch falsches Essverhalten und ungesunde Lebensweise entstehen immer häufiger Erkrankungen. Eine Beratung erhalten Sie durch Krankenkassen, Ärzte und die Verbraucherzentrale. Auch in den zuvor genannten Apotheken und Krankenhäusern können Sie sich zum Thema „Ernährung“ beraten lassen oder an den angebotenen Vorträgen teilnehmen. Aber es gibt auch private Anbieter, wie z. B.:

„Geh-mit-uns“ – Ernährungsberatung

Maria Rudack, Dipl. Ökotrophologin

Klaus D. Rudack, naturheilkundlicher Ernährungsberater

Eichholzplatz 7, 59199 Bönen

Tel.: 0 23 83 / 80 87

E-Mail: info@rudack.de

Internet: www.geh-mit-uns.info

Angelika Däumichen – Ernährungsberatung, Business- und Vitalcoaching

Kiefernweg 8, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 55 53 35

E-Mail: Angelika.daeumichen@gmx.de

Eine Ernährungsumstellung sollte niemals ohne ärztliche Beratung vorgenommen werden!



PULSLICHT von Mischa Kuball

3.7. Gesundheitsvorsorge

Jeder gesetzlich Krankenversicherte hat ein Recht auf kostenlose Vorsorgeuntersuchungen. Vorsorgeuntersuchungen konzentrieren sich auf Krankheiten, die gut zu behandeln sind, wenn sie früh erkannt werden. Hierzu zählen die häufigsten Todesursachen, nämlich Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Tumore. Nachfolgend geben wir Ihnen einen Überblick über die, von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlten, Vorsorgeuntersuchungen:

Früherkennung von Krebs

- Genitaluntersuchung für Frauen ab 20 Jahren jährlich
- Brustuntersuchung für Frauen ab 30 Jahren jährlich
- Hautkrebs-Screening für Frauen und Männer ab 35 Jahren alle zwei Jahre

- Prostatauntersuchung/Genitaluntersuchung für Männer ab 45 Jahren jährlich
- Mammographie-Screening bei Frauen ab 50 Jahren bis zum Ende des 70. Lebensjahres alle zwei Jahre
- Dickdarm- und Rektumuntersuchung für Frauen und Männer ab 50 Jahren jährlich
- Darmspiegelungen bei Frauen und Männern ab 55 Jahren zweimalig im Abstand von 10 Jahren
- Gesundheits-Check-up
- Check-up bei Frauen und Männern ab dem Alter von 35 Jahren
- Standard bzw. Auffrischungsimpfungen für Erwachsene gegen Diphtherie, Tetanus und Masern sowie ab 60 Jahren Influenza und Pneumokokken-Infektion
- Zahnvorsorge-Untersuchungen
- Zahnvorsorge-Untersuchungen einmal je Kalenderhalbjahr bei Frauen und Männern ab dem Alter von 18 Jahren

4. WOHNEN IM ALTER

4.1 Seniorenwohnungen

In der eigenen und vertrauten Wohnung älter zu werden, ist für viele Senioren/innen ein erstrebenswertes Ziel. Wenn das eigene Zuhause sicher und auf die Anforderungen im Alter abgestimmt ist, lässt sich die Selbstständigkeit länger bewahren. Nachfolgend wird ein Überblick über seniorengerechtes Wohnen und Möglichkeiten der Wohnraumanpassung gegeben.

Seniorenwohnungen müssen den besonderen Bedürfnissen von Menschen entsprechen, um ein möglichst langes, selbstständiges Leben in der eigenen Wohnung führen zu können. In Bergkamen gibt es ca. 460 Seniorenwohnungen, die durch Lage, Grundriss und Ausstattung den besonderen Wohnbedürfnissen älterer Menschen entsprechen können.

Der Umzug in eine seniorengerechte Wohnung ist ratsam, wenn die eigene Wohnung zu groß ist oder aber die altersbedingten Umstände eine andere Wohnform erfordern.

Viele Seniorenwohnungen bieten den Mietern folgende altersgerechte Kriterien:

- einen barrierefreien Eingang
- eine verbreiterte Eingangstür
- einen elektrorollstuhlgerichten Aufzug
- seniorengerechtes Badezimmer

Auch die Lage der Wohnungen ist den Anforderungen älterer Menschen zum größten Teil angepasst. Neben Haltestellen, Ärzten und Einkaufsmöglichkeiten gewährleisten sie zumeist auch eine ruhige Umgebung und ein angepasstes soziales Umfeld.

In der Broschüre „Seniorenwohnungen in Bergkamen“ sind über 400 Wohnen detailliert aufgeführt. Neben den Kontaktadressen der Vermieter, dem Grundriss, der Ausstattung wird auch die Lage der Seniorenwohnungen auf-

gezeigt. Somit besteht die Möglichkeit, eine Wohnung im gewohnten Umfeld bzw. in dem gewohnten Ortsteil oder in deren Nähe zu finden. Die Broschüre erhalten Sie im Seniorenbüro der Stadt Bergkamen.

Voraussetzungen für den Bezug einer Seniorenwohnung:

Die Berechtigung, eine öffentlich geförderte Seniorenwohnung beziehen zu dürfen, hängt von der Höhe des Einkommens, der Größe der Wohnung und somit von der Ausstellung eines Wohnberechtigungsscheines ab.

Den Wohnberechtigungsschein erhalten Sie auf Antrag bei der Stadt Bergkamen im:

Amt für Bauberatung und Bauordnung

Ansprechpartner: Michael Werner

6. Etage, Zimmer 614

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 3 42

Fax: 0 23 07 / 9 65 - 4 24

E-Mail: m.werner@bergkamen.de

Für den Wohnberechtigungsschein müssen sie mindestens 60 Jahre alt sein, wobei es bei Ehepaaren genügt, wenn ein Ehepartner diese Voraussetzung erfüllt.

Sind diese Bedingungen erfüllt, kann bei den nachfolgenden Vermietern und Wohnungsbaugesellschaften eine seniorengerechte Wohnung angemietet werden.

Unnaer Kreis-, Bau- und Siedlungsgesellschaft (UKBS)

Friedrich-Ebert-Straße 32, 59425 Unna

E-Mail: info@ukbs.de

Ansprechpartner: Dirk Grünewald

Tel.: 0 23 03 / 28 27 40

Öffnungszeiten:

Mo. – Do. 8.00 – 11.45 Uhr
und 13.00 – 16.00 Uhr



Die Comunita Seniorenhäuser bieten Ihnen individuelle Tages-, Nacht-, Wochenend-, Kurzzeit- und Dauerpflege. Rufen Sie an, wir beraten Sie gerne!

*Wo das Herz wohnt,
sind wir zuhause.*

Seniorenhaus Coldinne Stift | Tel. 02306/910 11-0
Alstedder Straße 150 | 44534 Lünen

Seniorenhaus Vinzenz | Tel. 0231/999 59-0
Vogelpothsweg 17 | 44149 Dortmund

Seniorenhaus Josefa | Tel. 0231/206 45-0
Heinrich-Schmitz-Platz 1 | 44137 Dortmund

Seniorenhaus Zeppelinstraße | Tel. 0231/533 10-0
Zeppelinstraße 3 | 44369 Dortmund

Seniorenhaus Lucia | Tel. 0231/829 76-0
Wickeder Hellweg 93 | 44319 Dortmund

Seniorenhaus Sophia | Tel. 02307/96 42-0
Lüttke Holz 26 | 59192 Bergkamen

**Comunita
Seniorenhäuser**



Betreutes Wohnen mit Niveau

Ihre eigene, gemütliche Wohnung, verbunden mit den Annehmlichkeiten einer betreuten Anlage: Ziehen Sie Ihre Bahnen im Schwimmbad, nehmen Sie an gemeinsamen Aktivitäten teil, nutzen Sie die Dienstleistungen, die Ihnen auf Wunsch angeboten werden.

Wohnen und Leben im Park – Seniorenresidenz Am Kurpark

Das Leben genießen: selbstbestimmt, mit Wohlbefinden, Spaß und in der bestmöglichen körperlichen Verfassung. Unsere Einrichtung bietet 73 Servicewohnungen für das Leben in der eigenen Häuslichkeit sowie 72 Pflegeplätze für Senioren, die auf Hilfe und Unterstützung angewiesen sind.



Parkresidenz Lünen
SERVICIEWOHANLAGE FÜR SENIOREN

Parkresidenz Lünen
Servicewohnanlage für Senioren
Preußenstraße 28 A · 44532 Lünen
Fon 02306 / 94 02 00
parkresidenz@t-online.de
www.parkresidenz.de

Seniorenresidenz
Am Kurpark
Ostenallee 84 · 59071 Hamm
Fon 02381 / 90 55 0
info@seniorenresidenz-amkurpark.de
www.seniorenresidenz-amkurpark.de



Seniorenresidenz Am Kurpark



Rombeck Immobilien- und Verwaltungs-GmbH

Freiheitstraße 9
44581 Castrop-Rauxel
E-Mail: info@rombeck-hausverwaltung.de
Ansprechpartnerin: Mirosława Kornet
Tel.: 0 23 07 / 4 38 72 98

Erreichbarkeit:

Mo. – Do.: 9.00 – 12.00 Uhr
Mo., Di., Do. 14.00 – 16.00 Uhr

LEG Wohnen NRW GmbH

Mieterbüro Ebertstr. 21, 59192 Bergkamen
Tel.: 02 11 / 7 40 74 00
E-Mail: service@leg-wohnen.de

Öffnungszeiten:

Do. 9.00 – 12.00 Uhr

Frau Karin Lucas

Rotherbachstraße 75, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 14 51

Firma Markus Gerold Wohn- und Gewerbebau GmbH

An der Vaerstbrück 1, 59425 Unna
Tel.: 0 23 03 / 2 50 36 28

Peter Schoof Immobilien

Feldschmiede 51, 25524 Itzehoe
Tel.: 0 48 21 / 20 57
E-Mail: info@schoof-immobilien.de

Vivawest Wohnen GmbH

Friedenstraße 17
44532 Lünen
E-Mail: jan.stosch@vivawest.de
Tel.: 0 23 06 / 24 04 - 2 68 22

4.2. Wohnanlagen mit Service für ältere Menschen

Wohnanlagen mit Service für ältere Menschen sind auch unter dem Begriff „Betreutes Wohnen“ bekannt. Diese Wohnform bedeutet, dass eine barrierefreie Wohnung mit unterschiedlichen Grundleistungen im Bereich der Sicherheit, allgemeiner Betreuung und sog. niedrigschwelligen Unterstützungsleistungen angemietet wird. Grundgedanke ist eine möglichst selbständige Lebensführung in der eigenen Wohnung mit Unterstützung durch verschiedene Dienstleistungen. Zusätzlich zum Mietvertrag wird somit in der Regel gegen ein pauschales Entgelt ein Grundservice angeboten. Dieser beinhaltet Leistungen wie z. B. den Hausnotruf, einen haustechnischen Service oder die Nutzung von Gemeinschaftsräumen. Zusätzlich können zum Grundservice weitere Wahlleistungen abgeschlossen werden. Die Vermieter kooperieren hier in der Regel mit Wohlfahrtverbänden oder privaten Pflegebetrieben.

Da es noch keine einheitlichen Kriterien für das Wohnen in Anlagen mit Service gibt, sollten Sie nachfolgende Punkte bei einer Anmietung mit berücksichtigen:

- Barrierefreiheit
- Notrufsystem rund um die Uhr
- hauswirtschaftliche Hilfen
- kulturelle und soziale Angebote
- pflegerische Angebote
- Menüservice
- zusätzliche Dienstleistungen

Wohnanlagen mit Service für ältere Menschen in Bergkamen sind:

1. Betreutes Wohnen Haus am Nordberg

Albert-Einstein-Straße 2, 59192 Bergkamen
Service-Anbieter: Seniorenzentrum Haus am Nordberg
Tel. Seniorenzentrum: 0 23 07 / 940 46 – 0
Träger: Reichsbund Freier Schwestern e.V.

Haus an der Landwehr Seniorenstift



MSD GmbH Seniorenstift
Haus an der Landwehr

Landwehrstraße 28
59192 Bergkamen

Telefon: 0 23 07/98 49 14
Fax: 0 23 07/3 79 24

g.koc@haus-landwehr.de
www.haus-landwehr.de

Lebensqualität im Alter



Wenn liebe Gewohnheiten am Morgen die Müdigkeit vertreiben, wenn Sie diesen Gewohnheiten auch in Alter bequem nachkommen können, dann haben Sie die ideale Badausstattung gefunden.

Gerade wenn man nicht mehr wie mit siebzehn in die Wanne springt, kann ein komfortables Bad, das Ihren Wünschen und Bedürfnissen entspricht, ein entscheidendes Stück Lebensqualität bedeuten.

Denn schließlich ist Körperpflege keine Frage des Alters.

Durch die unterschiedlichen Anforderungen der älteren Menschen ist eine individuelle Beratung äußerst wichtig. Sicherheit und Mobilität im Badbereich lassen sich auch erreichen, wenn der vorhandene Platz wesentlich kleiner ist als in unserem Beispiel.

Sprechen Sie mit uns, wir zeigen Ihnen Möglichkeiten auf.

Jandeck
Bad+Wärme

Landwehrstraße 22
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07/96 21 30
www.jandeck.de

Wasser Wärm - Raum erleben!
BADkultur-live



Seniorenzentrum
„Haus am Nordberg“

**Reichsbund
Freier
Schwestern**
gemeinnützige GmbH

Einfühlsame Pflege und Betreuung mit Herz.

- Stationäre Pflege
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Betreutes Wohnen



Die Einrichtung befindet sich in der Nähe der Fußgängerzone und hat eine gute Anbindung an den öffentlichen Personennahverkehr.

Als Ansprechpartnerin steht Ihnen unsere Heimleiterin Frau Appel gerne zur Verfügung.

Albert-Einstein-Straße 2 • 59192 Bergkamen • Telefon: 0 23 07 - 9 40 46-0
www.reichsbund-freier-schwestern.de • hl-bergkamen@reichsbund-freier-schwestern.de

2. Lebensraum „Celler Straße“

Celler Straße 32 + 34, 59192 Bergkamen
Service-Anbieter: AWO, Tel.: 0 23 07 / 9 12 21 - 32
Vermieter: Unternehmensgruppe Marcus Gerold
 Tel.: 0 23 03 / 25 03 60

Im gesamten Kreis Unna gibt es zahlreiche Einrichtungen, die diese Wohnform anbieten. Die vollständige Liste ist im Seniorenbüro erhältlich oder kann über die Homepage des Kreises Unna selbst ausgedruckt werden. Um einen Überblick über die Angebote im Kreis Unna zu erhalten, wenden Sie sich bitte an:

Kreis Unna – Stabsstelle Planung und Mobilität Sozialplanung und Demografie

Koordinierungsstelle Seniorenarbeit
 Friedrich-Ebert-Straße 32, 59425 Unna
Ansprechpartner: Hans Zakel
 Tel.: 0 23 03 / 27 - 11 61
 E-Mail: hans.zakel@kreis-unna.de

4.3. Wohnberatung Kreis Unna

Über die Möglichkeiten der Wohnraumanpassung im Alter informiert die Wohnberatung Kreis Unna. Das Angebot der Wohnberatung richtet sich sowohl an Menschen, die frühzeitig für den Bedarfsfall vorsorgen möchten als

auch an die, die sich aufgrund von Behinderung oder Pflegebedürftigkeit über mögliche Wohnraumanpassungen informieren möchten. Informationen erhalten Sie über:

- Auswahl von Alltagshilfen
- technischen Hilfsmitteln
- Ausstattungsveränderungen
- Neu- und Umbauten
- Finanzierungen und Antragstellungen

Ebenfalls können sich Vermieter, Wohneigentümer und Wohnungsbaugesellschaften bei Um- oder Neubauten an die Wohnberatung wenden.

Wohnberatung im Kreis Unna

Severinshaus (1. Etage), Nordenmauer 18, 59174 Kamen
 Tel.: 0 23 07 / 28 99 06 30
 08 00 / 27 20 02 00 (kostenlose Servicenummer)
 E-Mail: pwb@kreis-unna.de

Wohnberatung im Kreis Unna

Beratung im Rathaus, Rathausplatz 1, Zi. 600:
 jeden 3. Do im Monat 10.00 – 12.00 Uhr
 Tel.: 0 23 07 / 9 65-2 18
Beratung im Haus der Mitte, Kanalstr. 7:
 jeden 2. Do im Monat 10.00 – 12.00 Uhr

Seniorenstift Haus Lessing

Alten- und Pflegeheim an der Lessingstr. 106b in Bergkamen



Wir bieten auch
Kurzeitpflege.

Telefon: (02307) 98304-0 | Telefax: (02307) 98304-19
 info@seniorenstift-haus-lessing.de | www.seniorenstift-haus-lessing.de

www.ukbs.de

UKBS
Ihr guter Nachbar

Wohnen mit Service

Friedrich-Ebert-Straße 32
 59425 Unna
 Tel.: (+49) 2303 28 27-0
 Fax: (+49) 2303 28 27-99
 E-Mail: info@ukbs.de

5. PFLEGE

5.1 Pflegeversicherung

Die Pflegeversicherung wurde am 1. Januar 1995 als eigenständiger Zweig der Sozialversicherung eingeführt. Es gilt eine umfassende Versicherungspflicht für alle gesetzlich und privat Versicherten. Alle, die gesetzlich krankenversichert sind, sind automatisch in der sozialen Pflegeversicherung versichert.

Voraussetzungen des Leistungsbezuges:

Pflegebedürftig im Sinne des Sozialgesetzbuches XI sind Personen, die gesundheitlich bedingte Beeinträchtigungen der Selbständigkeit oder der Fähigkeiten aufweisen und deshalb der Hilfe durch andere bedürfen. Es muss sich um Personen handeln, die körperliche, kognitive oder psychische Beeinträchtigungen oder gesundheitlich bedingte Belastungen oder Anforderungen nicht selbständig kompensieren oder bewältigen können. Die Pflegebedürftigkeit muss auf Dauer, voraussichtlich für mindestens sechs Monate bestehen. Die Art und der Umfang der Leistungen aus der Pflegeversicherung richten sich nach der Schwere der Pflegebedürftigkeit.

5.2 Gesetzliche Pflegegrade

Seit dem 1.1.2017 steht nicht mehr der verrichtungsbezogene Hilfebedarf in Minuten im Fokus. Entscheidend für die Empfehlung des Pflegegrads ist dann der Grad der Selbstständigkeit eines Menschen. Bei der Begutachtung werden die Ressourcen und Fähigkeiten des pflegebedürftigen Menschen differenziert erfasst. Die fünf neuen Pflegegrade haben die bisherigen drei Pflegestufen ersetzt. Künftig erhalten alle Pflegebedürftigen gleichberechtigten Zugang zu den Leistungen der Pflegeversicherung, unabhängig davon, ob sie von körperlichen, geistigen oder psychischen Beeinträchtigungen betroffen sind. Mit dem neuen Pflegebedürftigkeitsbegriff wächst die Zahl der Versicherten, die Anspruch auf Leistungen der Pflegeversicherung haben, da die Unterstützung deutlich früher ansetzt.

Feststellung der Pflegebedürftigkeit:

Üblicherweise genügt ein Anruf bei der Pflegekasse und die notwendigen Antragsunterlagen werden zugeschickt. Die Pflegekasse überprüft die versicherungsrechtlichen Voraussetzungen und veranlasst einen Hausbesuch durch einen Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK). Das Maß der Pflegebedürftigkeit und die Einstufung in einen Pflegegrad wird durch das neue Prüfverfahren NBA („Neues Begutachtungsassessment“) mittels eines Punktesystems in sechs Lebensbereichen mit unterschiedlicher Gewichtung festgelegt:

Mobilität

(Gewichtung: 10 %):

beispielsweise: Positionswechsel im Bett, Halten einer stabilen Sitzposition, Umsetzen, Fortbewegen innerhalb des Wohnbereichs, Treppensteigen

Kognitive und Kommunikative Fähigkeiten

beispielsweise: Erkennen von Personen aus dem näheren Umfeld, örtliche Orientierung, zeitliche Orientierung, Erinnern an wesentliche Ereignisse oder Beobachtungen, Steuern von mehrschrittigen Alltagshandlungen, Treffen von Entscheidungen im Alltagsleben, Verstehen von Sachverhalten und Informationen, Erkennen von Risiken und Gefahren, Mitteilen von elementaren Bedürfnissen, Verstehen von Aufforderungen, Beteiligen an einem Gespräch

Verhaltensweisen und psychische Problemlagen

(Gewichtung Bereich 2+3: 15 %):

beispielsweise: motorisch geprägte Verhaltensauffälligkeiten, nächtliche Unruhe, selbstschädigendes und auto-aggressives Verhalten, Beschädigen von Gegenständen, physisch aggressives Verhalten gegenüber anderen Personen, verbale Aggression, andere pflegerelevante vokale Auffälligkeiten, Abwehr pflegerischer und anderer unterstützender Maßnahmen, Wahnvorstellungen, Ängste, Antriebslosigkeit bei depressiver Stimmungslage, sozial inadäquate Verhaltensweisen, sonstige pflegerelevante inadäquate Handlungen

Selbstversorgung

(Gewichtung: 40 %)

beispielsweise: Waschen des vorderen Oberkörpers, Körperpflege im Bereich des Kopfes, Waschen des Intimbereichs, Duschen und Baden einschließlich Waschen der Haare, An- und Auskleiden des Oberkörpers, An- und Auskleiden des Unterkörpers, mundgerechtes Zubereiten der Nahrung und Eingießen von Getränken, Essen, Trinken, Benutzen einer Toilette oder eines Toilettenstuhls, Bewältigen der Folgen einer Harninkontinenz und Umgang mit Dauerkatheter und Urostoma, Bewältigen der Folgen einer Stuhlinkontinenz und Umgang mit Stoma, Ernährung parenteral oder über Sonde

Bewältigung von und selbständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen

(Gewichtung: 20 %):

beispielsweise: Medikation, Verbandswechsel und Wundversorgung, Messung und Deutung von Körperzuständen, Besuche medizinischer oder therapeutischer Einrichtungen, das Einhalten einer Diät oder anderer krankheits- oder therapiebedingter Verhaltensvorschriften

Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

(Gewichtung: 15 %):

beispielsweise: Gestaltung des Tagesablaufs und Anpassung an Veränderungen, Ruhen und Schlafen, Sichbeschäftigen, Vornehmen von in die Zukunft gerichteten Planungen, Interaktion mit Personen im direkten Kontakt, Kontaktpflege zu Personen außerhalb des direkten Umfelds.

Die Entscheidung über einen Pflegegrad muss die Pflegekasse Ihnen innerhalb von fünf Wochen schriftlich mitteilen.

Der Grad der Pflegebedürftigkeit bestimmt sich wie folgt:

■ **Pflegegrad 1**

„Geringe Beeinträchtigung der Selbständigkeit“

■ **Pflegegrad 2**

„Erhebliche Beeinträchtigung der Selbständigkeit“

■ **Pflegegrad 3**

„Schwere Beeinträchtigung der Selbständigkeit“

■ **Pflegegrad 4**

„Schwerste Beeinträchtigung der Selbständigkeit“

■ **Pflegegrad 5**

„Schwerste Beeinträchtigung der Selbständigkeit mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung“

Pflegebedürftigkeit ist in der Regel kein unveränderbarer Zustand. Die Pflegebedürftigkeit eines Menschen kann durch verschiedene Maßnahmen und Leistungen positiv beeinflusst werden. Dazu gehören Pflegemaßnahmen, Prävention, medizinische Rehabilitation, individuell zugeschnittene Hilfs- und Pflegehilfsmittel sowie wohnumfeldverbessernde Maßnahmen wie zum Beispiel die barrierearme Gestaltung des Badezimmers und anderes mehr.

Für Hilfs- und Pflegehilfsmittel, die für die Selbstständigkeit von Pflegebedürftigen besonders wichtig und pflegeeasierter sind, müssen die Versicherten künftig keinen gesonderten Antrag stellen. Es reicht, wenn der MDK diese Hilfsmittel empfiehlt. Ist die pflegebedürftige Person einverstanden, so gilt dies als Antrag bei der Pflegekasse. Eine ärztliche Verordnung ist in diesen Fällen nicht erforderlich. Die Empfehlungen werden im Gutachten festgehalten und automatisch an die Pflegekasse weitergeleitet. Die Pflegekasse organisiert dann die Versorgung.

Pflegegradrechner sind im Internet kostenlos verfügbar und können eine grobe Orientierung sein, ob eine Antragstellung positiv beschieden werden könnte. Vor der Nutzung eines solchen Rechners sollte man sich darüber klar sein, dass die Selbsteinschätzung bei der Beantwortung der Fragen stark von der Einschätzung des Gutachters abweichen kann.

5.3. Leistungen der Pflegeversicherung

Die Leistungen der Pflegekasse sind in den §§ 36 – 45d SGB XI geregelt.

Seit dem 1.1.2017 gelten die folgenden Beträge:



	Pflegegrad 1	Pflegegrad 2	Pflegegrad 3	Pflegegrad 4	Pflegegrad 5
Betreuungsleistung (1) § 45 b SGB XI	125,00 €	125,00 €	125,00 €	125,00 €	125,00 €
Pflege-Verbrauchsmittel § 40 II SGB XI	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €
Pflegegeld § 37 SGB XI		316,00 €	545,00 €	728,00 €	901,00 €
Pflegesachleistungen § 36 SGB XI		689,00 €	1.298,00 €	1.612,00 €	1.995,00 €
Verhinderungspflege § 39 SGB XI		1.612,00 €	1.612,00 €	1.612,00 €	1.612,00 €
Kurzzeitpflege § 42 SGB XI	(2)	1.612,00 €	1.612,00 €	1.612,00 €	1.612,00 €
Tagespflege § 41 SGB XI	(2)	689,00 €	1.298,00 €	1.612,00 €	1.995,00 €
Stationäre Pflege § 43 SGB XI	(2)	770,00 €	1.262,00 €	1775,00 €	2005,00 €
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen § 40 IV SGB XI	4.000,00 €	4.000,00 €	4.000,00 €	4.000,00 €	4.000,00 €

(1) Keine Geldleistung, sondern zweckgebundene Kostenerstattung gegen Nachweis der Inanspruchnahme
 (2) 125,00 € Betreuungsleistung gemäß § 45 b SGB XI können eingesetzt werden

5.4. Häusliche Alten- und Krankenpflege/ Ambulante Pflege

Häusliche Alten- und Krankenpflegedienste haben das Ziel, pflegebedürftigen Menschen einen möglichst langen Verbleib in der eigenen Wohnung zu ermöglichen. Sie sind in der Regel ein Team aus Alten- und Krankenpflegekräften, die eine ambulante Pflege der betroffenen Person anbieten.

Folgende Dienstleistungen werden angeboten:

- Grundpflege, d.h. An- und Auskleiden, Hilfe bei der Nahrungsaufnahme, Körperpflege und Einnahme von Medikamenten
- Behandlungs- und Krankenpflege, z. B. Verbände wechseln, Medikamentenversorgung u.a.
- hauswirtschaftliche Unterstützungsdienste, z. B. Kochen, Einkaufen, Putzen
- Verleih bzw. Vermittlung von Pflegehilfsmitteln und technischen Hilfen, z. B. Gehhilfen
- Essen auf Rädern
- Pflegekurse und Beratungsgespräche für pflegende Angehörige
- Zum Teil auch Sterbebegleitung

Die entstehenden Kosten richten sich nach dem von Ihnen benötigten Leistungsumfang. Hierzu gibt es verbindliche Preistabellen.

Tipps zur Auswahl eines Pflegedienstes

Zunächst sollten Sie darauf beachten, dass der durch Sie gewählte Pflegedienst eine Vergütungsvereinbarung mit Ihrer Pflegekasse hat. Weiterhin sollten Sie auf die räumliche Nähe des Dienstes achten. Falls in Ihrem Fall erforderlich, achten Sie auf eine Spezialisierung des Pflegedienstes. Viele Pflegedienste haben sich auf bestimmte Patienten- und Kundengruppen oder Krankheiten spezialisiert. Dazu bieten sie meist besonders geschultes Personal zum Einsatz an. Weiterhin sollten Sie über die entstehenden Kosten und sämtliche anfallenden erbrachten Leistungen des Dienstes transparent und verständlich informiert werden. Zudem sollte eine 24-stündige Bereitschaft, die Vermittlung von weiteren Dienstleistungen und ggf. die Verhandlung mit Ihrer Pflegekasse im Angebot des Anbieters enthalten sein. Wichtig ist die Festlegung des tatsächlich für Sie notwendigen Pflegeumfangs. Legen Sie diesen vorab durch Gespräche mit Ihrem Arzt und Ihren Angehörigen fest. So können Sie selber bestimmen, welche Tätigkeiten der Pflegedienst und welche Sie selber oder Verwandte übernehmen können.

Anbieter ambulanter Pflege in Bergkamen:

Alten- und Krankenpflege Born GmbH

Zentrumstraße 20, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 21 04 10

E-Mail: info@auk-born.de

**PFLEGEN. HELFEN.
ORGANISIEREN.**

Werner Straße 150 ■ 59192 Bergkamen

Tel 02307 80086 oder 02306 983999

www.pflegedienst-voegeding.de



**GUDRUN
VÖGEDING**
HÄUSLICHER PFLEGEDIENST

- 24-Stunden-Rufbereitschaft
- Partner aller Krankenkassen



Haus Aden

AWO Pflegedienst

Unnaer Straße 29a, 59174 Kamen
Tel.: 08 00 / 4 80 00 60
E-Mail: awounna@awoubunna.de

Caritas-Sozialstation für Kamen, Bergkamen Bönen

Weststraße 54a, 59174 Kamen
Tel.: 0 23 07 / 2 24 96
E-Mail: sozialstation-kamen@caritas-unna.de

Danuta/Mobile Krankenschwester

Danuta Polk, Gartensiedlung 8, 59192 Bergkamen
Tel.: 01 52 / 34 24 58 13
E-Mail: danuta.polk@t-online.de

Das Pflegeteam

Sabine Grothaus, Hüchtstraße 3, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 98 41 00
E-Mail: info@das-pflegeteam-grothaus.de

Perthes-Pflegedienst

Ev. Perthes-Werk e. V.
Hellweg 31, 33, 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 25 02 46 00
E-Mail: info@pertheswerk.de

Die Pflegeprofis

Aggi und Barbara Sommer
Landwehrstraße 19, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 98 44 44
E-Mail: info@die-pflegeprofis.de

Gerdas Pflegedienst

Rünther Straße 65, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 98 73 33
E-Mail: info@gerdas-pflegedienst.de

Gesundheitspartner hhg

Am Römerberg 32, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 49 87 10
E-Mail: gesund@gesundheitspartner-hhg.de

Häuslicher Pflegedienst Gudrun Vögeding

Werner Straße 150, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 00 86
E-Mail: info@pflegedienst-voegeding.de

Krankenpflege Stoltefuß und Baumgart GbR

Dortmunder Straße 32, 44536 Lünen
Tel.: 0 23 07 / 93 37 70
E-Mail: krankenpflege-s-b@t-online.de

Pflegebüro Guttzeit

Präsidentenstraße 27, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 98 30 20
E-Mail: info@pflegebuero-guttzeit.de

Pflegedienst GlückAuf

Birkenweg 2, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 28 00 22
E-Mail: pflegedienst-glueckauf@web.de

Pflege-Engel im Einsatz

Präsidentenstraße 40a, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 4 38 76 25
Handy: 01 57 / 71 34 63 07
E-Mail: info@pflegeengelimeinsatz.de

„sanCare 24“

Präsidentenstraße 47, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 4 38 36 70
E-Mail: info@sancare24.de

5.5. Pflege-Wohngemeinschaften

Grundsätzlich gibt es zwei verschiedene Formen der Pflege-Wohngemeinschaften: Diese selbstbestimmte Pflege-Wohngemeinschaft ist ein Zusammenschluss von Privatpersonen, die gemeinsam wohnen und leben wollen und dies selbst organisieren. Die anbieterverantwortete Pflege-Wohngemeinschaft hat einen verantwortlichen Pflegeanbieter, der gesetzliche Vorgaben des Wohn- und Teilhabegesetzes NRW einhalten muss. In Bergkamen gibt es derzeit nur eine Pflege-Wohngemeinschaft:

„Gemeinsam durchs Alter“

Birkenweg 4 (ab 2016 Werner Straße 110)
Pflege-Anbieter: Pflegedienst Kaluza
Tel.: 0 23 07 / 28 87 50

5.6. Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna



Beratung zur Pflege leistet die Pflegeberatung im Kreis Unna. Diese berät bei Pflegebedürftigkeit über gesetzliche Rahmenbedingungen und Pflegedienstleistungen. Die Beratung ist kostenlos, vertraulich, neutral und trägerunabhängig. Ältere, pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige haben hier die Möglichkeit, sich über das Thema Pflege zu informieren, um somit die bestmögliche

Dienstleistung für sich bzw. für die Angehörigen in Anspruch nehmen zu können. Zudem bietet die Pflegeberatung im Kreis Unna Unterstützung bei der Beantragung von Leistungen, bei der Durchsetzung von Ansprüchen und bei der Wahl der für Ihren Einzelfall angemessenen Unterstützungsangebote.

Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna

Severinshaus Kamen, Nordenmauer 18, 59174 Kamen

Telefonische Beratung: 08 00 / 27 20 02 00

(bundesweit gebührenfrei)

Beratungszeiten:

Mo. – Fr.: 9.00 – 12.30 Uhr

Do.: 14.00 – 17.00 Uhr

Sprechstunde in Bergkamen:

Rathaus, Raum 608

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 18

Beratungszeiten: jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat
von 10.00 – 12.00 Uhr

COMPASS Private Pflegeberatung GmbH

Regionalbüro Unna, Hammer Straße 4, 59425 Unna

Telefonische Beratung: 08 00 / 1 01 88 00

(bundesweit gebührenfrei!)

E-Mail: info@compass-pflegeberatung.de

Internet: www.compass-pflegeberatung.de

5.7. Pflegeberatung für privat Versicherte

Die COMPASS Private Pflegeberatung GmbH, ein Tochterunternehmen des Verbandes der Privaten Krankenversicherung, bietet – kostenfrei und unabhängig – Pflegeberatung auf zwei Wegen für privat Pflegeversicherte:

Die telefonische Pflegeberatung steht allen Ratsuchenden offen und ist unter der gebührenfreien Servicenummer 08 00 / 1 01 88 00 bundesweit zu erreichen. Auf Wunsch vermitteln die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine Pflegeberatung vor Ort. Unsere aufsuchende Pflegeberatung reicht von einem einmaligen Gespräch bis hin zu einer umfassenden Begleitung.



Motoryachten in der Marina Rünthe

5.8. Angebote für pflegende Angehörige

Pflegekurse

Personen, die einen Angehörigen pflegen oder sich ehrenamtlich um Pflegebedürftige kümmern, können an einem Pflegekurs teilnehmen. Diese werden von Pflegediensten, Sozialstationen und Krankenhäuser angeboten. Sie bieten praktische Anleitung und Informationen, aber auch Beratung und Unterstützung zu unterschiedlichen pflegerischen Themen.

Für Angehörige von Pflegebedürftigen, die Leistungen nach dem Pflegeversicherungsgesetz erhalten, sind die Schulungen kostenfrei. Informieren können Sie sich bei der Pflegeberatung des Kreises Unna oder im Seniorenbüro der Stadt Bergkamen.

Urlaub mit den Pflegenden

Für Pflegenden und deren Angehörige bestehen mittlerweile einige Angebote, die die speziellen Pflege- und Erholungsbedürfnisse berücksichtigen. Die Pflege kann am Urlaubsort vollstationär oder teilweise durchgeführt werden. Informationen erhalten Sie hierüber im Seniorenbüro der Stadt Bergkamen.

Gesprächskreise für pflegende Angehörige

Der Kontakt zu einem Gesprächskreis kann zu jeder Zeit aufgenommen werden. Die Gruppen werden dabei von verschiedenen Trägern angeboten und die Teilnahme ist in der Regel kostenlos. Sie werden von Fachkräften angeleitet oder von Betroffenen in Eigenregie organisiert. Nachfolgende Gesprächskreise werden zurzeit in den Städten angeboten:

Bergkamen:

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

jeden letzten Montag im Monat von 15.00 – 16.30 Uhr
Haus am Nordberg, Konferenzraum Untergeschoss
Albert-Einstein-Straße 2, 59192 Bergkamen
Ansprechpartner: Seniorenbüro der Stadt Bergkamen
Inge Freitag/Meike Scherney
Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10

Kamen:

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

Jeden 3. Donnerstag im Monat von 18.30 – 20.00 Uhr in
den Räumen des Familienunterstützenden Dienstes der
Lebenshilfe Bahnhofstraße 46a, 59174 Kamen (Eingang
ehem. Gebäude Dr. Nüsken)
Ansprechpartnerin: Margret Voß
Tel.: 0 23 03 / 27 28 29

Werne:

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige **St. Christophorus-Krankenhaus GmbH**

jeweils letzter Mittwoch im Monat, 17.00 Uhr
Wohnzimmer der Kurzzeitpflege, Station 3A
Am See 1, 59368 Werne
Ansprechpartnerin: Margarete Krabbe
Tel.: 0 23 89 / 7 87 - 11 90

LWL-Tagesklinik Bergkamen

Offener Info-Treff für Angehörige seelisch kranker
Menschen; jeden ersten Dienstag im Monat, 17.00 Uhr
Erich-Ollenhauer-Straße 7, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 21 08 10

5.9. Teilstationäre Pflege

Die teilstationäre Pflege wird unterteilt in Tagespflege und Kurzzeitpflege.

Tagespflege bedeutet, dass sich der Pflegende tagsüber in einer Tagespflegeeinrichtung aufhält, jedoch die Nacht über zu Hause in seiner gewohnten Umgebung verbringt. Dies kann bis zu fünf Tage in der Woche in Anspruch genommen werden. Die Tagespflege trägt dazu bei, die pflegenden Angehörigen zu entlasten und den Verbleib in der häuslichen und sozialen Umgebung zu gewährleisten.

Tagespflege Haus am Nordberg

Albert-Einstein-Str. 2, 59192 Bergkamen
Ansprechpartnerin: Frau Ute Licha
Tel.: 0 23 07 / 94 04 60

Das Haus am Nordberg bietet von montags bis freitags in der Zeit von 8.00 bis 16.30 Uhr und samstags von 8.30 bis 14.30 Uhr sechzehn Tagespflegeplätze an. Für den Hin- und Rückweg kann der hauseigene Fahrdienst in Anspruch genommen werden. In der Einrichtung werden die Tagesgäste durch Fachpersonal betreut und pflegerisch versorgt. Außerdem werden therapeutische oder rehabilitierende Maßnahmen angeboten. Die Verpflegung erfolgt durch drei Mahlzeiten (Frühstück, Mittagessen und Kaffee). Zu einem kostenlosen Schnuppernachmittag lädt das Haus am Nordberg gerne ein.

Alegria Tagespflege

Jahnstr. 19, 59192 Bergkamen
Ansprechpartner: Herr Pohlmann
Tel.: 0 23 06 / 9 12 57 75

Die neuerbauten ebenerdigen Räume bieten einen Aufenthaltsraum, eine Therapieküche, einen Werkraum, Ruhezimmer mit Liegesesseln auf 340 qm. Monatlich wird ein Betreuungs- und Beschäftigungsprogramm erarbeitet. Auf Wunsch und nach Bedarf ist eine Einzelbetreuung möglich. Inanspruchnahme eines Fahrdienstes ist ebenfalls möglich.

Kurzzeitpflege bedeutet, dass sich der Pflegende für einen kurzen Zeitraum in stationäre Pflege begibt. Dies kann aus unterschiedlichen Gründen notwendig sein, z. B. bei einem

vorübergehenden Bedarf nach einem Krankenhausaufenthalt oder bei Erkrankung der pflegenden Angehörigen. Die Pflegekasse übernimmt die pflegebedingten Aufwendungen, die Aufwendungen der sozialen Betreuung sowie die Aufwendungen für Leistungen der medizinischen Behandlungspflege bis zu dem Gesamtbetrag von 1612,- € im Kalenderjahr. Dabei ist der Anspruch auf Kurzzeitpflege auf vier Wochen pro Kalenderjahr beschränkt. Kurzzeitpflegeeinrichtungen gibt es in Bergkamen nicht. Die zum Schluss aufgelisteten Pflegeheime bieten aber sogenannte „eingestreute“ Kurzzeitpflegeplätze an. Das heißt, nur wenn in diesen stationären Pflegeeinrichtungen Plätze frei sind, besteht die Möglichkeit eines Kurzzeitpflegeplatzes.

5.10. Stationäre Pflege

Stationäre Pflege ist die Pflege in Pflegeheimen. Pflegeheime sind Einrichtungen, in denen pflegebedürftige Menschen auf Dauer wohnen und dort fachliche Pflege sowie umfassende Versorgung und Betreuung erhalten.

Wie wird die stationäre Pflege finanziert?

Das tägliche Heimentgelt setzt sich aus folgenden drei Komponenten zusammen:

- Pflegekosten (Kosten der Grundpflege, der sozialen Betreuung und der medizinischen Behandlungspflege)
- Kosten für Unterkunft und Verpflegung
- Investitionskosten (Kosten, die der Pflegeeinrichtung zum Beispiel für Erhalt und Renovierung von Gebäuden entstehen)

Der Leistungsanspruch aus der Pflegeversicherung (siehe Tabelle unter 5.3) ist der Zuschuss zur Finanzierung der Pflegekosten. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung als auch die Investitionskosten müssen von dem Pflegebedürftigen in der Regel selbst getragen werden. Sollte es nicht möglich sein, die Investitionskosten zu tragen, kann das so genannte Pflegewohngeld beim Kreis Unna beantragt werden. Die Vermögensfreigrenze beträgt 10.000,- €.

Antragsberechtigt ist die Pflegeeinrichtung. Sofern das Heim keinen Antrag stellt, kann auch die Bewohnerin oder der Bewohner den Zuschuss beantragen. Anders als in der Sozialhilfe können jedoch die Kinder des Heimbewohners hierfür nicht zum Unterhalt herangezogen werden. Über die genaue Berechnung des Pflegewohngeldes gibt die Kreisverwaltung Unna nähere Auskünfte:

Kreishaus Unna

Fachbereich Arbeit und Soziales

Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna
Abteilung: Hilfen bei Pflegebedürftigkeit
Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna
Tel.: 0 23 03 / 27 - 0
Fax: 0 23 03 / 27 26 96
Internet: www.kreis-unna.de
E-Mail: fb50@kreis-unna.de

Stationäre Pflegeeinrichtungen in Bergkamen

MSD GmbH Seniorenstift Haus an der Landwehr

Stationäre Pflegeplätze: 19
Eingestreute Kurzzeitpflegeplätze: ja
Tagespflegeplätze: –
Heimleiterin: Gülsen Koc
Landwehrstraße 28, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 98 49 14
Fax: 0 23 07 / 3 79 24
E-Mail: g.koc@haus-landwehr.de

Das Haus an der Landwehr verfügt über 19 Betten in 11 Einzel- und 4 Doppelzimmern mit Bad, Dusche, WC, Telefon und TV-Anschluss. Die Zimmer sind sehr hell und großzügig mit der Möglichkeit der individuellen Ausgestaltung des jeweiligen Bewohners. Eine Grundmöblierung wird dem Bewohner zur Verfügung gestellt, kann aber nach Wunsch durch eigene Möbel ergänzt, bzw. ersetzt werden. Im Aufenthaltsraum werden Betreuungsangebot als Gruppen- oder Einzeltherapie durchgeführt. Zudem können hier die Bewohner in einem gemütlichen

Ambiente ihre Mahlzeiten zu sich nehmen. Das Haus und seine Bewohner können durch ein „Probewohnen“ kennengelernt werden. Gerne wird auch ein Hausprospekt zugesendet.

Seniorenstift Haus Lessing

Stationäre Pflegeplätze: 60

Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: ja

Tagespflegeplätze: –

Betreiber: AdvoMedica GmbH & Co. KG

Dr. Michael Schmidt

Lessingstraße 106b, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 98 30 40

Fax: 0 23 07 / 9 83 04 19

E-Mail: info@seniorenstift-haus-lessing.de

Internet: www.seniorenstift-haus-lessing.de

Öffnungszeiten der Verwaltung:

Mo. – Do.: 8.00 – 14.45 Uhr

Fr.: 8.00 – 14.00 Uhr

oder nach Vereinbarung

Das Seniorenstift Haus Lessing liegt am Rande des Stadtkerns von Bergkamen und ist nicht nur mit dem PKW, sondern auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen. Im Jahre 1996 wurde dieses Haus erbaut und bietet eine Vielzahl von Gruppen- und Aufenthaltsräumen auf den jeweiligen Etagen sowie eine Dachterrasse. Jede Etage ist für 17 Bewohner bestimmt und nach bestimmten Mottos gestaltet. Durch Fahrstühle sind alle Etagen leicht zu erreichen.

Die Zimmer sind überwiegend Einbettzimmer und verfügen über ein behinderten- und rollstuhlgerechtes Badezimmer mit Dusche, über eine Notrufanlage sowie über Telefon- und Kabelanschluss. Teilweise ist ein Balkon vorhanden. Bis hin zu einem elektrischen Bett sind die Zimmer komplett eingerichtet; es besteht jedoch die Möglichkeit, eigenes Mobiliar mitzubringen.

Die Verpflegung erfolgt durch die hauseigene Küche. Es finden auch regelmäßig Speiseplanberatungen statt, an

denen nicht nur der Heimbeirat teilnehmen kann, sondern auch interessierte Bewohner und Bewohnerinnen. Die Wäsche kann in der hauseigenen Wäscherei für die Heimbewohner gewaschen werden. In Kostenfragen gibt Ihnen Frau Wald aus der Verwaltung gerne Auskunft.

Seniorenglück GmbH Haus Rünthe

Stationäre Pflegeplätze: 56

Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: ja

Tagespflegeplätze: –

Heimleiterin: Stephanie Humpert-Schöbe

Rünther Straße 63/65, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 89 / 78 15 88

Fax: 0 23 89 / 78 15 90

E-Mail: info@seniorenglueck-ruenthe.de

Internet: www.seniorenglueck-ruenthe.de

Das Seniorenglück Haus Rünthe verfügt über 30 Einzelzimmer und 13 Doppelzimmer mit freundlicher, moderner und altersgerechter Ausstattung. Mehrerer Gemeinschaftsräume, eine „Gute Stube“, sowie ein gemütlicher Garten laden zu geselligem Beisammensein und Gesprächen ein. Alle Zimmer besitzen Telefon- und Fernsehanschluss. Das Haus Rünthe verfügt über eine hauseigene Küche, die die Heimbewohner mit vier Mahlzeiten täglich versorgt. Ein Frisörsalon sowie eine Apotheke befinden sich im Erdgeschoss.

AWO Hermann-Görlitz-Seniorenzentrum

Stationäre Pflegeplätze: 144

Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: 5

Tagespflegeplätze: –

Heimleiter: Ludger Moor

Marie-Juchacz-Straße 1, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 8 20 90

Fax: 0 23 07 / 8 40 17

Internet: www.awo-ww.de

E-Mail: sz-bergkamen@awo-ww.de

Das Hermann-Görlitz-Seniorenzentrum der Arbeiterwohlfahrt liegt in einer großzügigen Grünanlage und ist 15

Minuten zu Fuß von der Stadtmitte Bergkamens entfernt. Eine Bushaltestelle befindet sich unmittelbar vor der Einrichtung. Zur Verfügung stehen 108 Einzel- und 18 Zweibettzimmer, zum Teil mit Balkon oder Terrasse. Ausgestattet sind diese Zimmer neben Pflegebett, Nachttisch, Wandschrank, Tisch und Stühlen mit seniorengerechten Sanitäranlagen, Notrufsystemen sowie Telefon- und Kabelanschluss. Eigenes Mobiliar kann mitgebracht werden. Durch die hauseigene Küche besteht die Möglichkeit, auf besondere Wünsche und Bedürfnisse (wie z. B. Vollkost, leichte oder diätgerechte Kost) einzugehen.

Seniorenzentrum Haus am Nordberg – Reichsbund freier Schwestern

Stationäre Pflegeplätze: 140
Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: ja
Tagespflegeplätze: 16

Einrichtungsleiter: Berward Bisplinghoff

Albert-Einstein-Straße 2, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 940 46 - 0 (Seniorenzentrum)
Fax: 0 23 07 / 940 46 - 12
Internet: www.reichsbund-freier-schwestern.de
E-Mail: hl-bergkamen@reichsbund-freier-schwestern.de

Das Haus am Nordberg liegt in der Stadtmitte und verfügt sowohl über Einzel- als auch Doppelzimmer. Angeboten werden 140 Pflegeplätze, die sich über drei Wohnebenen erstrecken. Den Bewohnerinnen und Bewohnern stehen großzügige, helle und freundliche Einzel- und Doppelzimmer zur Verfügung. Alle Zimmer sind barrierefrei und mit Bad ausgestattet. Eigene Möbel können mitgebracht werden. Die Betreuung erfolgt durch ganzheitliche und aktivierende Pflege. Hierfür stehen auch mehrere Therapieräume zur Verfügung. Die hauseigene Küche versorgt die Bewohner mit täglich fünf, teilweise sechs Mahlzeiten.

Comunita Seniorenhaus Sophia

Stationäre Pflegeplätze: 80
Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: ja
Tagespflegeplätze: –

Hausleitung: Rosemarie Hildebrandt

Lüttke Holz 26, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 96 42 - 0
Fax: 0 23 07 / 96 42 - 444
Internet: www.seniorenhaus-sophia.de
E-Mail: info@seniorenhaus-sophia.de

Das Seniorenhaus Sophia liegt ca. 10 Gehminuten vom Stadtzentrum entfernt. Der quadratische Gebäudekomplex bietet im Erdgeschoss einen Wohnbereich mit 30 Einzelzimmern und im Obergeschoss zwei Wohnbereiche mit jeweils 25 Einzelzimmern. Alle Bewohnerzimmer sind großzügig geschnitten und ermöglichen eine individuelle Ausstattung mit Möbeln, welche die Bewohner mitbringen können. Behindertengerechte Bäder, Telefon, Fernsehanschluss und Schwesternrufanlage gehören zur Ausstattung. Den Bewohnern stehen geräumige Wohnküchen und Wohnzimmer zur Verfügung. Im Erdgeschoss befindet sich außerdem die Rezeption, die Verwaltung, ein Friseur- und Fußpflegesalon sowie ein Veranstaltungsraum mit Cafeteria. Eine Gartenanlage um das Gebäude herum und ein Innenhof ermöglichen Spaziergänge.

Beratung zur Finanzierung eines stationären Pflegeplatzes

Die BIVA e.V. (Bundesinteressenvertretung für alte und pflegebetroffene Menschen) hat mit Hilfe der Förderung durch das MGEPA (Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen) ein neues Beratungsangebot geschaffen: Alle Verbraucherfragen zum Heimentgelt und vor allem zu den Investitionskosten werden von einem Experten Montag bis Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr beantwortet:

Ansprechpartner: Thorsten Schulz

BIVA, Siebenmorgenweg 6 – 8, 53229 Bonn
Tel.: 02 28 / 90 90 48 - 48
Fax: 02 28 / 90 90 48 - 22
E-Mail: heimkosten.nrw@biva.de

6. DEMENZ

6.1. Was ist eigentlich Demenz?

Der Begriff kommt aus dem Lateinischen und beinhaltet die Wortteile „De“ (= weg) und „mens“ (= Geist), bedeutet also „ohne Geist sein“. Die Demenz ist eine fortschreitende Erkrankung des Gehirns. Dabei verliert der Betroffene kognitive Fähigkeiten wie Erinnerungs-, Orientierungs- oder Sprachvermögen. Die Krankheit führt durch drei Stadien meist zu einer umfassenden Pflegebedürftigkeit.



Bei Demenz handelt es sich um eine Erkrankung, die stärker als jede andere Erkrankung mit dem Lebensalter korreliert: Da der prozentuale Anteil der Hochaltrigen in der Gesamtbevölkerung wächst, wächst auch der Anteil der Demenzerkrankten. Jeder von uns wird immer öfter im beruflichen oder familiären Alltag davon berührt.

Die bekannteste und am häufigsten auftretende Form der Erkrankung ist Morbus Alzheimer. Ca. 67 % der demenziell Erkrankten sind davon betroffen. Eine Heilung ist aktuell noch nicht möglich, jedoch kann ein frühzeitiges Erkennen und rechtzeitige Behandlung das Fortschreiten verlangsamen.

Die zweithäufigste Form der Demenz ist die vaskuläre Demenz. Ca. 15 % der demenziell Erkrankten leiden darunter. Durchblutungsstörungen verhindern, dass Teile des Gehirns ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden.

Risikofaktoren an einer vaskulären Demenz zu erkranken sind Diabetes, Bluthochdruck, Rauchen, Übergewicht, hohes Cholesterin, erkrankte Herzkranzgefäße, Herzrhythmusstörungen sowie Alkoholsucht.

Zwei Drittel der Menschen mit Demenz werden von Angehörigen zu Hause gepflegt. Nur ein kleiner Teil davon lässt sich von freiwilligen Helfern unterstützen. Oft wird erst Hilfe gesucht, wenn die pflegenden Angehörigen selbst am Ende ihrer Kräfte angekommen sind. Lassen Sie es nicht soweit kommen! Nutzen Sie als pflegender Angehöriger die Bergkamener Entlastungsangebote.

6.2. Bergkamener Netzwerk Demenz

Das „Bergkamener Netzwerk Demenz“ wurde im September 2009 auf Initiative des Seniorenbüros der Stadt Bergkamen gegründet. Es ist ein freiwilliger und offener Zusammenschluss von Diensten und Einrichtungen in Bergkamen, die den Fokus auf den Umgang mit der Krankheit richten.



Mitglieder des Netzwerkes sind Bergkamener Pflegeheime, ambulante Pflegedienste, Wohlfahrtsverbände, Beratungsstellen, Kirchengemeinden, Vereine und Institutionen. Durch das Nutzen von Ressourcen der am Netzwerk beteiligten Mitglieder sowie durch die sehr gute Vernetzung untereinander, konnten durch neue Angebote eine Verbesserung der Versorgungs- und Hilfeleistungen für Betroffene und Angehörige in Bergkamen erreicht werden.

Zielsetzungen des Netzwerkes:

- Verständnis für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen in der Öffentlichkeit fördern
- Information und Beratung
- Vernetzung und Kooperation der Netzwerkmitglieder
- Durch Öffentlichkeitsarbeit bereits bestehende Hilfsangebote bekannter machen
- Aufbau von neuen Angeboten zur Verbesserung der Lebenssituation und Versorgung der Betroffenen
- Organisation von Veranstaltungen und Fortbildungen für Betroffene und Pflegefachpersonal

Mitglieder:

- Alevitische Gemeinde Kreis Unna e.V.
- Ambulante Dienste – Die Pflegeprofis
- AWO Hermann-Görlitz-Seniorenzentrum
- AWO UB Unna Bereich Pflege
- Betreuungsstelle Kreis Unna
- Betreuungsverein Diakonie Ruhr Hellweg e.V.
- Caritas Sozialstation
- Compass Private Pflegeberatung GmbH
- Diakonie Ruhr-Hellweg
- Demenz Servicezentrum Dortmund
- Ev. Martin-Luther-Gemeinde, Fachausschuss Diakonie
- Fachakademie Ergotherapie
- Kamener Hospiz e.V.
- Kath. Kirchengemeinde St. Elisabeth
- Kath. Kirchengemeinde St. Michael
- Kreistag Unna
- LWL-Tagesklinik Bergkamen
- Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna
- Physiotherapieschule Bergkamen
- PsychoSoziale Begleitung/PSB
- Seniorenbüro Stadt Bergkamen
- Seniorenglück Haus Rünthe
- Seniorenhaus Sophia
- Seniorenstift Haus an der Landwehr
- Seniorenstift Haus Lessing



- Seniorenzentrum Haus am Nordberg
- Stadtbibliothek Bergkamen
- St. Barbara Apotheke

6.3. Hilfen für pflegende Angehörige

Stundenweise Entlastung zu Hause:

Grundsätzlich können alle ambulanten Pflegedienste eine Betreuung zu Hause anbieten. Nähere Informationen erhalten Sie bei den Sozialstationen und ambulanten Pflegediensten. Nachfolgend aufgeführt sind Anbieter, die mit geschulten ehrenamtlichen Demenzbegleiter/innen stundenweise einen häuslichen Entlastungsdienst vermitteln.

- Durch die Diakonie Ruhr-Hellweg wird ein häuslicher Entlastungsdienst durch freiwillige Demenzbegleiter/innen in Bergkamen angeboten. Hierdurch besteht die Möglichkeit für pflegende Angehörige, eine Betreuung in der häuslichen Umgebung für ihre an Demenz erkrankten Angehörigen zu vereinbaren.

Demenzbegleitung Jochen Laible / Claudia Lechleitner

Tel.: 0 23 03 / 2 50 24-630

E-Mail: demenzbegleitung@diakonie-ruhr-hellweg.de



- Gerdas Pflegedienst bietet ebenfalls mit freiwilligen Demenzbegleitern eine stundenweise Entlastung zu Hause an. Die Vermittlung für die häusliche Betreuung erfolgt durch den Pflegedienstleiter, **Marco Pfaff**, unter der Telefonnummer 0 23 89 / 98 73 33.
- Die Caritas Sozialstation bietet einen häuslichen Entlastungsdienst in Bergkamen an. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Pflegedienstleitung, **Heike Mace**, Tel.: 0 23 07 / 2 24 96.
- Die Kosten zu diesen Angeboten können in der Regel mit der Pflegekasse abgerechnet werden

Betreuungsgruppen:

Zur Entlastung der pflegenden Angehörigen von Demenzkranken werden in Bergkamen nachfolgende Betreuungsgruppen angeboten:

- Eine Betreuungsgruppe im Elisabeth-Haus, Parkstraße 2, Bergkamen-Mitte wird für an Demenz erkrankte Menschen jeden Donnerstag angeboten. In Zusammenarbeit mit der Caritas-Sozialstation bietet die kath. Kirchengemeinde mit ausgebildeten Demenzbegleiter innen die Betreuungsgruppe in der Zeit von 14.30 Uhr bis 17.30 Uhr an. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die

Ansprechpartnerinnen:

Ulrike Ziel Tel.: 0 23 07 / 8 46 05 oder an
Heike Mace Tel.: 0 23 07 / 2 24 96.



Fachtag Demenz

- In Bergkamen-Rünthe wird eine Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz bei Bedarf durch Gerdas Pflegedienst, Rünther Straße 65, angeboten.
- In einer Kleingruppe von zwei bis acht Personen werden an Demenz erkrankte Menschen durch eine Pflegefachkraft und speziell geschulte Demenzbegleiter/innen betreut.
- Weitere Informationen erhalten Sie beim Pflegedienstleiter, **Marco Pfaff**, unter der Telefonnummer 0 23 89 / 98 73 33.
- In Bergkamen-Mitte wird eine Betreuungsgruppe zur Entlastung der pflegenden Angehörigen von demenziell Erkrankten im AWO Hermann-Görlitz-Seniorenzentrum, Marie-Juchacz-Straße 1, angeboten. Informationen erhalten Sie beim Heimleiter, **Ludger Moor**, Tel.: 0 23 07 / 8 20 90.

Gesprächsgruppe „Pflegende Angehörige“ :

- Jeden letzten Montag im Monat treffen sich Angehörige von Demenzerkrankten zum Erfahrungsaustausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Das Treffen findet im „Haus am Nordberg“, Albert-Einstein-Straße 2 von 15.00 bis 16.30 Uhr statt. Die Teilnahme ist kostenlos.



Fachtag Demenz

7. WICHTIGE SOZIALLEISTUNGEN

Es gibt unterschiedliche Institutionen, die älteren und hilfebedürftigen Menschen Beratung sowie eine Vielzahl von praktischen und finanziellen Sozialleistungen im Bedarfsfall bereitstellen.

7.1. Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Ältere Menschen und dauerhaft voll erwerbsgeminderte Personen können manchmal ihren grundlegenden Bedarf für den Lebensunterhalt nicht aus eigenen Mitteln sicherstellen. Die Vermeidung von Altersarmut wird deshalb als eigentliches Ziel dieser Grundsicherungsleistungen angesehen.

Seit dem 01.01.2005 sind die Leistungen nach diesem Gesetz Bestandteil des neuen Sozialgesetzbuches XII (SGB XII) (4. Kapitel).

Personen, die ihren gewöhnlichen Aufenthalt in der Bundesrepublik Deutschland haben und

- die Altersgrenze erreicht haben (schrittweise Anhebung von 65 auf 67 Jahre) oder
- das 18. Lebensjahr vollendet haben und unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage aus medizinischen Gründen dauerhaft voll erwerbsgemindert sind,
- können Leistungen der Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung gemäß dem 4. Kapitel SGB XII erhalten.

Ausschlaggebend ist dabei, dass der Lebensunterhalt nicht aus dem eigenen Einkommen und Vermögen bzw. aus dem des nicht getrennt lebenden Ehegatten oder Lebenspartners sichergestellt werden kann.

Zum Einkommen gehören z. B.:

- Renten (auch aus dem Ausland)
- Pensionen
- Wohngeld
- Erwerbseinkommen

- Einkünfte aus Wohnrechten
- Unterhalt
- Zinsen
- Sonstige Einkünfte aus Kapitalvermögen
- Miet- und Pachteinnahmen
- Sonstiges

Zum Vermögen gehören z. B.:

- Haus- und Grundvermögen
- PKW
- Bargeld
- Wertpapiere
- Guthaben auf Konten bei Banken, Sparkassen, Bausparkassen u. a.
- Rückkaufwerte von Lebens- und Sterbeversicherungen

Vermögenswerte bis zu 2.600,- € bei Alleinstehenden bzw. 3.214,- € bei Verheirateten/Lebenspartnerschaften werden nicht angerechnet. Die Höhe der Grundsicherungsleistung richtet sich nach dem Bedarf des Antragstellers.

Dieser umfasst:

- den für den Antragsteller maßgebenden Regelbedarf (nach der Anlage zu § 28 SGB XII)
- die angemessenen tatsächlichen Aufwendungen für Unterkunft und Heizung (bei nicht getrennt lebenden Ehegatten und eheähnlichen Partnerschaften jeweils anteilig),
- ggf. anfallende Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge und
- bei Besitz eines Schwerbehindertenausweises mit dem Merkzeichen G/aG einen Mehrbedarf von 17 % des maßgebenden Regelbedarfs.

Einen Antrag auf Grundsicherungsleistungen können Sie im Sozialamt der Stadt Bergkamen stellen. Falls Sie in einer Einrichtung (Pflege- oder Behindertenwohnheim) leben, sollten Sie sich an den Kreis Unna wenden.

Ansprechpartner:

Stadt Bergkamen
Bürgerbüro – Soziales, Senioren, Gesundheit
Ann-Christin Debus / Jennifer Michels /
Frank Herdring / Oliver Jung
 3. Etage, Zimmer 320 + 321
 Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen
 Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 82

Kreis Unna, Fachbereich Arbeit und Soziales
– Abteilung Heimpflege –
 Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna
 Tel.: 0 23 03 / 27 - 0
 E-Mail: fb50@kreis-unna.de
 Internet: www.kreis-unna.de



Eine Gewährung von Hilfe zur Pflege ist aber nur dann möglich, wenn der Pflegebedürftige die Pflegeleistungen weder selbst tragen kann, noch von anderen (z. B. der Pflegeversicherung) erhält. Die Leistungen der Pflegeversicherung sind somit vorrangig in Anspruch zu nehmen. Ist neben dem Einsatz einer Pflegefachkraft noch eine dem Pflegebedürftigen nahestehende Pflegeperson zur Sicherstellung der häuslichen Pflege tätig, kann ebenso ein von der Pflegestufe abhängiges Pflegegeld in Höhe von mindestens einem Drittel des Ursprungsbetrages gemäß Pflegeversicherungsgesetz beantragt werden.

Ausschlaggebend ist, ob die Aufbringung der Mittel für die Sicherstellung der Pflege der antragstellenden Person und ihrem nicht getrennt lebenden Ehegatten oder Lebenspartner zuzumuten ist. Dies ist dann der Fall, wenn das monatliche Einkommen eine individuelle Einkommensgrenze nicht übersteigt.

Diese setzt sich zusammen aus:

- einem Grundbetrag in Höhe von 798,- € (zweifacher Eckregelsatz)
- den Kosten der Unterkunft (in einem angemessenen Umfang) und
- einem Familienzuschlag in Höhe von 280,- € (70 % des Eckregelsatzes) für den nicht getrennt lebenden Ehegatten oder Lebenspartner und für jede Person, die vom Antragsteller überwiegend unterhalten wird. (vgl. § 85 SGB XII)

Beispielrechnung:

Alleinstehender (67 Jahre), Miete 250,- €, Heizkosten 50,- €, Rente von 200,- €:

Regelbedarfsstufe 1 (alleinstehende Person)	404,- €
Unterkunftskosten	250,- €
Heizkosten	50,- €
Beiträge zur freiwilligen Kranken- und Pflegeversicherung	-
Mehrbedarf von 17 % wegen Merkmal G/aG im Schwerbehindertenausweis	-
Bedarfssumme	704,- €
Abzüglich Netto-Renteneinkommen	200,- €
Grundsicherungsbedarf	504,- €

(Stand der rechtlichen Grundlage: Januar 2016)

7.2. Hilfe zur Pflege (gem. SGB XII)

Die maßgeblichen Verrichtungen des täglichen Lebens sind vor allem in den folgenden Punkten und Tätigkeiten zu sehen:

- Körperpflege (Waschen, Baden, Kämmen)
- Ernährung (Aufnahme der Nahrung)
- Mobilität (selbstständiges Aufstehen und Zu-Bett-Gehen, An- und Auskleiden)
- Hauswirtschaftliche Versorgung (Einkaufen, Kochen, Reinigung der Wohnung).

Ggf. kann auch eine Kostenbeteiligung Ergebnis der Prüfung sein. Einen entsprechenden Antrag auf Hilfe zur Pflege sowie weitere Informationen erhalten Sie bei der Abteilung für Pflege des Kreises Unna.

Ansprechpartner:

**Kreis Unna, Fachbereich Arbeit und Soziales
– Abteilung Heimpflege –**

Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna

Nicole Löbbe Tel.: 0 23 03 / 27 - 31 50

Sabine Stalljohann Tel.: 0 23 03 / 27 - 27 57

Kerstin Adomeit Tel.: 0 23 03 / 27 - 37 57

7.3. Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz

Das sogenannte Wohngeld ist ein Zuschuss zu den Aufwendungen für den selbstgenutzten Wohnraum. Dieser wird für Mieter einer Wohnung oder Bewohner eines Heimes als Mietzuschuss bzw. für Eigentümer eines Eigenheimes oder einer Eigentumswohnung als Lastenzuschuss gezahlt.

Ob und in welcher Höhe Wohngeld gezahlt werden kann hängt von verschiedenen Faktoren ab.

Bei der Berechnung des Anspruchs werden folgende Faktoren berücksichtigt:

- Die Zahl der Haushaltsmitglieder im Sinne des Wohngeldgesetzes
- Die Höhe des Gesamteinkommens (Steuerpflichtige positive Einkünfte im Sinne des Einkommenssteuergesetzes oder Renten, auch aus dem Ausland)
- Die Höhe der Miete oder Belastung (z. B. bei Eigenheimen), die aber nur bis zu bestimmten Höchstbeträgen zuschussfähig ist
- Ggf. zu gewährende Freibeträge (z. B. für Schwerbehinderung)

Bei Bewohnern eines Heimes verhält sich dies etwas anders. Der Wohngeldanspruch ist dort nur vom Gesamteinkommen des Bewohners abhängig. Auch dabei können verschiedene Freibeträge berücksichtigt werden. Die Höhe der Miete ist hier nicht ausschlaggebend, da dafür ein vorgegebener Höchstbetrag angesetzt wird.

Keinen Anspruch auf Wohngeld haben z. B. Empfänger von Leistungen der Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung und von Hilfe zum Lebensunterhalt.

Ansprechpartner:

**Stadt Bergkamen
Bürgerbüro – Soziales, Senioren, Gesundheit
Wohngeldstelle**

3. Etage, Zimmer 323

Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 75

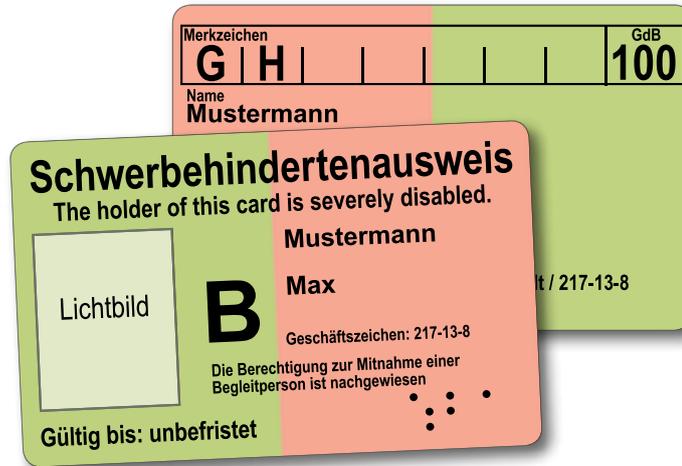
7.4. Vergünstigungen durch den Besitz eines Schwerbehindertenausweises

Schwerbehinderte Menschen im Sinne des Sozialgesetzbuches IX (SGB IX) sind Menschen, bei denen mindestens ein Grad der Behinderung von 50 vorliegt.

Schwerbehinderten Menschen stehen nach dem SGB IX verschiedene Leistungen und Nachteilsausgleiche zu (siehe Punkt 6.5). Um diese Rechte zu beanspruchen, muss die Schwerbehinderteneigenschaft nachgewiesen werden. Dazu dient der Schwerbehindertenausweis, der einen amtlichen Nachweis der Schwerbehinderteneigenschaft darstellt.

Die Kreisverwaltung Unna prüft das Vorliegen einer Behinderung, den Grad der Behinderung und weitere gesundheitliche Merkmale für die Inanspruchnahme von Nachteilsausgleichen nur auf Antrag.

Antragsformulare, sowohl für einen Erstantrag als auch einen Verschlimmerungsantrag, erhalten Sie gebührenfrei im Bürgerbüro bzw. am Infoschalter im Foyer des Rathauses der Stadt Bergkamen oder direkt bei der Kreisverwaltung Unna.



Muster eines Schwerbehindertenausweises

Liegen die Voraussetzungen für eine unentgeltliche Beförderung im öffentlichen Personenverkehr vor, besitzt der Schwerbehindertenausweis einen orangefarbenen Flächenaufdruck/„Freifahrtenausweis“ (linke Seite grün/rechte Seite orange).

Ansprechpartner:

Stadt Bergkamen
Bürgerbüro – Soziales, Senioren, Gesundheit
Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 06

Kreis Unna – Fachbereich Arbeit und Soziales
Schwerbehindertenangelegenheiten
Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna
Tel.: 0 23 03 / 27 - 0
Fax: 0 23 03 / 27 - 6956

Befreiung/Ermäßigung von der Rundfunkbeitragspflicht

Anträge auf Befreiung/Ermäßigung vom Rundfunkbeitrag sind beim Beitragsservice von ARD, ZDF und Deutschlandradio oder im Bürgerbüro der Stadt Bergkamen zu stellen. Bitte beachten Sie, dass die Befreiung grundsätzlich nur für zukünftige Zeiträume und nicht für die Vergangenheit erfolgt.

- Wer bestimmte staatliche Sozialleistungen wie Arbeitslosengeld II oder Grundsicherung bezieht, kann sich auf Antrag von dem Rundfunkbeitrag befreien lassen.
- Taubblinde Menschen und Empfänger von Blindenhilfe nach § 72 SGB XII können sich – wie bisher – ebenfalls auf Antrag befreien lassen.
- Menschen mit Behinderung, denen das Merkzeichen „RF“ im Schwerbehindertenausweis zuerkannt wurde, können eine Ermäßigung beantragen. Sie zahlen ein Drittel des Beitrags, also 5,99 € pro Monat.

Bewohner von Alten- und Pflegeheimen sowie von Behinderteneinrichtungen, die dort dauerhaft vollstationär betreut und gepflegt werden, müssen keinen Rundfunkbeitrag zahlen.

Telefongebührenermäßigung

Neben der Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung kann bei der Deutschen Telekom ein Sozialtarif für das Telefon beantragt werden.

Zu dem berechtigten Personenkreis gehören Menschen, die

- durch den Beitragsservice ARD, ZDF und Deutschlandradio von der Rundfunk- und Fernsehgebühr befreit sind.
- blind, gehörlos oder sprachbehindert sind und der Grad der Behinderung nach deutschem Schwerbehindertenrecht mindestens 90 erreicht.



Hafenfest

Anträge auf Telefongebührenermäßigung können Sie im Bürgerbüro der Stadt Bergkamen oder in der Geschäftsstelle der Deutschen Telekom stellen.

„Freifahrt“ im öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV)

Eine weitere Vergünstigung nach dem SGB IX ist die Möglichkeit der ermäßigten bis hin zur kostenlosen Nutzung des öffentlichen Personen- und Nahverkehrs („Freifahrt“). Voraussetzung dafür ist ein orangefarbener Flächenaufdruck auf dem Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen „G“, „aG“, „H“, „Bl“ oder „Gl“. Damit kann beim Kreis Unna ein mit einer Wertmarke versehenes Beiblatt erworben werden. Dieses wird für schwerbehinderte Menschen mit dem Merkzeichen „aG“ (außergewöhnlich Gehbehindert), „G“ (Gehbehindert) oder „Gl“ (Gehörlos) gegen eine Entrichtung in Höhe von 40,- € (6 Monate gültig) oder 80,- € (1 Jahr gültig) ausgehändigt.

Für Schwerbehinderte Menschen mit dem Merkzeichen „H“ (Hilflos) und/oder „Bl“ (Blind) ist das Beiblatt kostenlos. Das Gleiche gilt für schwerbehinderte Menschen, die das Merkzeichen „G“, „aG“ oder „Gl“ haben und unter

anderem Hilfe zum Lebensunterhalt oder Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem Sozialgesetzbuch XII erhalten. Sofern vom Kreis Unna eine notwendige Begleitung (Merkzeichen „B“) festgestellt wurde, fährt die Begleitperson kostenlos im öffentlichen Personen- und Nahverkehr mit.

Parkerleichterungen

Bei Vorliegen des Merkzeichens „aG“ (außergewöhnlich Gehbehindert) oder „Bl“ (Blind) kann durch das örtliche Bürgerbüro ein Berechtigungsausweis für die Nutzung von Behindertenparkplätzen ausgegeben werden. Sofern ein Schwerbehindertenausweis mit den Merkzeichen „aG“ oder „Bl“ beim Kreis Unna beantragt wurde, die Entscheidung darüber jedoch noch aussteht, kann ein vorläufiger Berechtigungsausweis mit einer Gültigkeitsdauer von 9 Monaten ausgestellt werden. Voraussetzung dafür ist der Eingangsbescheid des Kreises Unna über die Beantragung des Schwerbehindertenausweises und eine ärztliche Bescheinigung, die, unter Angabe der vorliegenden Erkrankung, die Notwendigkeit eines solchen Ausweises bescheinigt.

Ansprechpartner für die vorgenannten Vergünstigungen:

**Stadt Bergkamen
Bürgerbüro**

Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07/ 9 65 - 2 06

Steuerermäßigung

Sofern ein Schwerbehinderter mit dem Merkzeichen „aG“, „H“ oder „Bl“ noch auf die selbstständige Nutzung eines PKWs angewiesen ist, kann er von der Kraftfahrzeugsteuer befreit werden. Diese Befreiung gilt neben der Nutzung der „Freifahrt“ im öffentlichen Personen- und Nahverkehr (siehe oben). Schwerbehinderte, deren Ausweis einen orangefarbenen Aufdruck mit dem Merkzeichen „G“ oder „Gl“ aufweist, haben die Wahl. Sie können entweder die „Freifahrt“ im öffentlichen Personen- und Nahverkehr oder eine Kraftfahrzeugsteuerermäßigung in Höhe von 50 Prozent beantragen.

Ansprechpartner:

Finanzamt Hamm

Grünstraße 2, 59065 Hamm
Tel.: 0 23 81 / 9 18 - 0
Fax: 0 23 81 / 9 18 - 4 60

**7.5. Zuzahlungsregelungen zur ambulanten
Behandlung**

Grundsätzlich wird bei allen Leistungen eine Zuzahlung von 10 % der Kosten erhoben. Allerdings darf die Zuzahlung höchstens 10,- € und mindestens 5,- € pro Medikament betragen. Liegen die Kosten darunter, wird der tatsächliche Preis gezahlt. Eine Einschränkung stellt die Belastungsgrenze dar. Diese bestimmt, dass die jährliche Eigenbeteiligung 2 % der Bruttoeinnahmen nicht überschreiten darf. Bei chronisch kranken Menschen, die wegen derselben schwerwiegenden Krankheit in Dauerbehandlung sind, liegt die Grenze bei 1 % der Bruttoeinnahmen.

Es gibt keine Regelung, die grundsätzlich von der Zuzahlungspflicht befreit. Sobald jedoch die oben genannten Belastungsgrenzen innerhalb eines Jahres erreicht wurden, fällt die Zuzahlungspflicht auf Antrag für den Rest des Jahres weg.

Bitte erkundigen Sie sich diesbezüglich direkt bei Ihrer Krankenkasse. Hilfreich ist hierbei, wenn Sie Belege über bereits geleistete Zuzahlungen aufbewahren und bei Bedarf dort vorlegen.

7.6. Hilfe für Blinde und Gehörlose

Hochgradig Sehbehinderte, Blinde und Gehörlose können nach dem Gesetz über die Hilfen für Blinde und Gehörlose (GHBG) Leistungen zum Ausgleich der durch ihre Einschränkung bedingten Mehraufwendungen erhalten. Hochgradig Sehbehinderte, die das 16. Lebensjahr vollendet haben, ihren gewöhnlichen Aufenthalt in Nordrhein-Westfalen haben und keine entsprechende Leistung nach anderen Vorschriften erhalten, können eine Hilfe von monatlich 77,- € zum Ausgleich der durch die Sehbehinderung bedingten Mehraufwendungen beantragen. Diese Leistung wird unabhängig von Einkommen und Vermögen gezahlt und bei anderen Sozialleistungen (wie z. B. Wohngeld) nicht als Einkommen angerechnet.

Personen, deren Sehschärfe auf dem besseren Auge nicht mehr als 2 Prozent beträgt oder bei denen anderweitige gleichgewichtige Störungen des Sehvermögens (z. B. Gesichtsfeldeinschränkungen) vorliegen, gelten als blind. Nachgewiesen werden kann dies sowohl durch eine augenärztliche Bescheinigung als auch durch das Merkzeichen „Bl“ im Schwerbehindertenausweis. Blinde Erwachsene erhalten ab dem 18. bis zum 60. Lebensjahr seit dem 01.07.2008 in Nordrhein-Westfalen ein Landesblindengeld in Höhe von monatlich 653,94 €. Dieses wird unabhängig von Einkommen und Vermögen gezahlt. Blinde, die das 60. Lebensjahr bereits vollendet haben, erhalten ein Landesblindengeld in Höhe von 473,- €.

Darüber hinaus kann unter bestimmten Voraussetzungen ergänzende Blindenhilfe nach dem Sozialgesetzbuch XII beantragt werden.

Bei Blinden, die Leistungen der häuslichen und/oder teilstationären Pflege von den Pflegekassen, der privaten Pflegeversicherung oder nach beamtenrechtlichen Vorschriften erhalten, wird das Blindengeld gekürzt. Das Gleiche gilt für blinde Personen, die in einer Einrichtung (z. B. Altenheim) leben und bei denen die Kosten dieses Aufenthaltes ganz oder teilweise aus Mitteln öffentlich-rechtlicher Leistungsträger (Sozialamt, Pflegekasse) übernommen werden. Menschen mit angeborener oder bis zum 18. Lebensjahr erworbener Taubheit oder an Taubheit grenzender Schwerhörigkeit können eine Hilfe in Höhe von 77,- € monatlich zum Ausgleich der durch die Gehörlosigkeit bedingten Mehraufwendungen erhalten, wenn sie ihren gewöhnlichen Aufenthalt in Nordrhein-Westfalen haben und keine entsprechende Leistung nach sonstigen Vorschriften erhalten. Dazu muss die Gehörlosigkeit von einem/einer Hals-Nasen-Ohren Arzt/Ärztin oder vom Kreis Unna nachgewiesen werden. Auch diese Leistung wird unabhängig von Einkommen und Vermögen gezahlt und bei anderen Sozialleistungen nicht als Einkommen berücksichtigt.

Alle genannten Hilfen werden auf Antrag gewährt. Entsprechende Antragsformulare und etwaige weitere Informationen erhalten Sie sowohl im hiesigen Sozialamt als auch direkt beim Landschaftsverband Westfalen-Lippe. Letzterer ist Träger der Leistungen und auch bewilligende und auszahlende Behörde.

Ansprechpartner:

Stadt Bergkamen
Bürgerbüro – Soziales, Senioren, Gesundheit
Ansprechpartner: Ralph Klose, 3. Etage, Zimmer 319
Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 80
E-Mail: r.klose@bergkamen.de

Landschaftsverband Westfalen-Lippe, Behindertenhilfe

Warendorfer Straße 26 – 28, 48145 Münster

Tel.: 02 51 / 5 91 - 36 10

Fax: 02 51 / 5 91 - 2 76

Internet: www.lwl.org

7.7. Sozialticket

Zum 1. Dezember 2008 wurde im Kreis Unna erstmalig das sogenannte Sozialticket eingeführt. Dieses Ticket ist im gesamten Kreisgebiet gültig und kann für Bus- und Bahnfahrten genutzt werden.

Anspruchsberechtigt sind unter anderem folgende Personen:

- Empfänger von Leistungen der Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem Sozialgesetzbuch XII
- Empfänger von Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem Sozialgesetzbuch XII
- Empfänger von Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz

Das Sozialticket muss beantragt werden und kostet monatlich 33,08 € (Stand 01.08.2017) für das gesamte Kreisgebiet. Alternativ kann ein Sozialticket für das Stadtgebiet Bergkamen beantragt werden. Dieses kostet monatlich 20,22 € (Stand 01.08.2017).

Beide sind nur im Jahresabonnement erhältlich, können allerdings jederzeit zum Ende eines Monats gekündigt werden. Nähere Informationen erhalten Sie beim

Kreis Unna

Fachbereich Arbeit und Soziales

Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna

Ansprechpartnerin: Sabine Harms

Tel.: 0 23 03 / 27 - 36 57

E-Mail: sabine.harms@kreis-unna.de

8. HILFEN FÜR DEN ALLTAG

8.1. Fahrdienste

Fahrdienste helfen älteren und behinderten Menschen, ihre Einkäufe, Arztbesuche und Behördengänge zu erledigen oder auch an Freizeitangeboten, Selbsthilfegruppen und anderen Veranstaltungen teilzunehmen:

AWO Dienstleistungszentrum – Unterbezirk Unna

Bildung und Lernen gGmbH

Tel.: 0 23 07 / 9 12 21 26

AWO Fahrdienst: 0 23 07 / 4 34 51

Die Preise betragen bei Redaktionsschluss pauschal 2,56 € für eine Fahrt – bei späterem Wiederabholen 5,12 € für beide Anfahrten – zuzüglich 1,63 € pro gefahrenen Kilometer. Bei Fahrten zu entfernteren Zielen ist es empfehlenswert einen Kostenvoranschlag einzuholen. Um sicher zu gehen, dass der Fahrdienst zur Verfügung steht, sollte eine Terminabsprache frühzeitig erfolgen.

Von der Kilometerpauschale befreit sind für 400 Beförderungskilometer jährlich Schwerbehinderte mit Wohnsitz im Kreis Unna mit Merkzeichen „aG“ oder „H“ im Ausweis, die Leistungen des SGB II oder des SGB XII beziehen.

Die pro Fahrt erhobene Anfahrtspauschale von 2,56 € ist auch von diesem Personenkreis zu leisten. Notwendige Begleitpersonen können unentgeltlich mitbefördert werden.

8.2. Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV)

Darüber hinaus ist das Verkehrsnetz des öffentlichen Personennahverkehrs (ÖPNV) in Bergkamen sehr gut ausgebaut. Die VKU setzt unter anderem Niederflrbusse ein und stellt zusätzlich einen kostenlosen Begleitservice (VKU-Tandem) in allen Bussen und Bahnen im Kreis Unna zur Verfügung.

Ziel des Projektes „VKU-Tandem“ ist es, Menschen zu helfen mobil zu bleiben oder wieder mit Bus und Bahn mobil zu werden. Die VKU-Tandem-Mitarbeiter helfen unsicheren Menschen bzw. Menschen, die durch eine Mobilitätseinschränkung Schwierigkeiten bei der Benutzung von Bus und Bahn haben im Umgang mit dem ÖPNV und begleiten sie auf Ihrer Fahrt im gesamten Kreisgebiet. Die zu begleitenden Personen werden auf Wunsch daheim abgeholt, bis zur Haltestelle, beim Umsteigen und bis zu ihrem jeweiligen Ziel begleitet. Wenn Sie an diesem Projekt teilnehmen, zahlen Sie nur Ihre eigene Fahrkarte. Um eine verlässliche Planung zu ermöglichen, muss der Service-Wunsch einen Tag vor der geplanten Fahrt bei der Servicezentrale „Fahrtwind“ angemeldet werden.

Weitere Informationen zu Niederflrbusen, dem „VKU-Tandem“, Fahrkarten und Preisen sowie Bus- und Bahnfahrpläne erhalten Sie hier:

Fahrtwind – Servicezentrale für Bus und Bahn im Kreis Unna

Lünener Straße 13, 59147 Kamen

Tel.: 0 18 03 / 50 40 30

(0,09 €/Minute; max. 0,42 €/Minute)

8.3. Fahrsicherheitstraining

Seniorinnen und Senioren sind zwar seltener in Unfälle verwickelt als jüngere Autofahrer, müssen sich aber mit zunehmendem Alter auf Veränderungen einstellen. Sehkraft und Reaktionszeit können bei jedem nachlassen. Die Kreisverkehrswacht Unna informiert durch Vorträge und möchte mehr Seniorinnen und Senioren ermutigen, an einem Fahrsicherheitstraining teilzunehmen. Denn wer weniger als 8000 km im Jahr fährt, gilt bereits als ungeübter Autofahrer. Nähere Informationen gibt es unter Tel.: 0 23 07 / 94 42 55, www.kreisverkehrswacht-unna.de

Stark für andere



Diakonie
Ruhr-Hellweg

Wir bieten im Kreis Unna

- ⊕ Betreutes Wohnen
- ⊕ Betreuungen u. Vormundschaften
- ⊕ Ambulante Pflege
- ⊕ Essen auf Rädern
- ⊕ Haushaltstnahe Dienstleistungen
- ⊕ Demenzbegleitung
- ⊕ Partnerschaftsvermittlung
- ⊕ Reise- und Erholungsangebote

Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.
Ebertstraße 20
59192 Bergkamen
Telefon: 02307 98300-0
info@diakonie-ruhr-hellweg.de
www.diakonie-ruhr-hellweg.de

Ihr Pflegedienst im Kreis Unna

Diakoniestation

- ⊕ Ambulante Pflege für Jung und Alt
- ⊕ Behandlungs- und Verhinderungspflege
- ⊕ Pflegeberatung
- ⊕ Essen auf Rädern
- ⊕ Haushaltsnahe Dienste
- ⊕ Betreuung
- ⊕ Qualitätssicherung
- ⊕ Wundmanagement

EK Unna ambulant

Diakonischer Pflegedienst gGmbH

Hellweg 31-33, 59423 Unna
Tel. 02303 25024-600, www.diakoniestation.org
Mail: ekunnaambulanz@diakonie-ruhr-hellweg.de



© Alexander Rattis - Fotolia.com

Seniorenwegweiser *online*



Entdecken Sie die Seniorenbrochüre der Stadt Bergkamen auch online unter

stadt-bergkamen-senioren.ancos-verlag.de

als multimediales Blättererlebnis zur umweltfreundlichen Auflagenoptimierung.

anCOS

ERLEBEN SIE DEN MODEMOBIL-SERVICE

Wir führen Mode für Damen und Herren
+ Wäsche, Schuhe und Accessoires

- Persönliche Vor-Ort-Beratung
- Fachkundiger Änderungsservice
- Unterhaltsame Mode-Events für Gruppen
- Einzelbestellungen / Auswahlendung

Ihre Partnerin:
Petra Feller
feller@modemobil.de

Infos und Termine: ☎ 02389 - 9037949 · www.modemobil.de

MODEMOBIL Petra Feller GmbH · Bertha-v.-Suttner-Str. 13b · 59192 Bergkamen



**LANDHAUS
KÜCHE**

Für mich gekocht. Für mich gebracht. Von **apetito**

Lassen Sie sich Ihr Mittagessen direkt ins Haus bringen!

- Leckere Mittagsgerichte, Desserts und Kuchen
- Schon ab 6,49 €
- Aus erntefrischen Zutaten
- Lieferservice an 365 Tagen im Jahr

**PROBIER-
ANGEBOT**

Jetzt bestellen und
selbst überzeugen!

Rufen Sie uns an! Tel. 0 23 07 - 9 70 00 90

www.landhaus-kueche.de apetito AG,

Bonifatiusstraße 305, 48432 Rheine

8.4. Hausnotruf-Systeme

Eine Hausnotruf-Anlage bietet eine komfortable Lösung, um in unerwarteten Situationen Hilfe herbeizurufen. Durch den Einsatz eines Funkfingers, welcher als Halskette oder wie eine Uhr am Armgelenk getragen werden kann, ist es möglich, durch einen einzigen Knopfdruck einen Alarm in der ständig besetzten Hausnotruf-Zentrale auszulösen. Von dort aus werden dann die im jeweiligen Einzelfall weiteren notwendigen Maßnahmen getroffen. Hausnotruf-Systeme sind als Pflegehilfsmittel anerkannt, so dass je nach Einzelfall eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse, Pflegekasse oder den örtlichen Sozialhilfeträger in Betracht kommt. Anbieter von Hausnotruf-Systemen in Bergkamen sind:

AWO Unterbezirk Unna

Servicezentrale, Unnaer Straße 29a, 59174 Kamen
 Tel.: 0 23 07 / 79 70 67
 Fax: 0 23 07 / 91 22 14 57
 E-Mail: Hausnotruf@awoubunna.de
 Internet: www.awoubunna.de

Caritas-Verband Unna

Höingstraße 5 –7, 59423 Unna
 Tel.: 0 23 03 / 2 51 35 - 0

Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Unna e.V.
 Märkische Straße 9 –11, 59423 Unna

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Ansprechpartner: Hartmut Jürgens
 Untere Husemannstraße 25, 59425 Unna
 Tel.: 0 23 03 / 2 50 88 - 0
 Fax: 0 23 03 / 2 50 88 - 77

Vitakt Hausnotruf GmbH

Hörstkamp 32, 48431 Rheine
 Tel.: 0 59 71 / 93 43 56

Rupprecht Hausnotruf

Philipp-Reis-Straße 6, 59065 Hamm
 Tel.: 0 23 81 / 67 50 55

8.5. Essen auf Rädern

Verschiedene Institutionen und private Anbieter liefern Ihnen Mahlzeiten nach Hause. Das Essen wird entweder täglich frisch geliefert oder einmal pro Woche als Tiefkühlpaket. In Bergkamen erhalten Sie den mobilen Mittagstisch bzw. „Essen auf Rädern“ von folgenden Anbietern:

Diakoniestation

EK Unna ambulant gGmbH

Tel.: 0 23 03 / 98 60 40
 Tel.: 01 80 / 10 02 88 - 0 (zum Ortstarif)

AWO Unterbezirk Unna

Menü Service Zentrale
 DasDies Service GmbH
 Tel.: 0 23 07 / 79 71 85

Landhausküche

Für mich gekocht. Für mich gebracht. Von appetito.

Ansprechpartnerin: Anne Slamnik

Tel.: 0 23 71 / 9 70 00 90
 Fax: 0 59 71 / 80 20 80 99
 E-Mail: info@landhaus-küche.de
 Internet: www.landhaus-küche.de

Häuslicher Kranken- und Pflegedienst

Ansprechpartner: Constanze Jakobke

Tel.: 0 23 89 / 98 66 50

Deutsches Rotes Kreuz

Menüservice
 Tel.: 0 23 03 / 2 54 53 18

Die Preise sind unterschiedlich, können aber bei den jeweiligen Anbietern nachgefragt werden. Empfänger von Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung gem. SBGXII erhalten unter bestimmten Voraussetzungen Zuschüsse zu einem regelmäßigen Bezug von Essen auf Rädern. Nähere Informationen dazu erhalten Sie bei der

Stadt Bergkamen/Bürgerbüro

Ansprechpartner: Ralph Klose, 3. Etage, Zi. 319

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 80

8.6. Häusliche Betreuung/Haushaltshilfen

Verschiedene Institutionen erledigen für Sie gegen ein stündliches Entgelt Tätigkeiten wie z. B. Einkaufen, Reinigen der Wohnung und Versorgung der Wäsche. Des Weiteren erledigen sie für Sie u. U. kleine Reparaturen oder Ihre Gartenarbeit. Haushaltshilfen für den genannten Bereich finden Sie bei folgenden Institutionen:

Service & Pflege gGmbH Diakoniestation

Bereich NettWerker

Hellweg 31 – 33, 59423 Unna

Tel.: 0 23 03 / 2 50 24-640

Caritas-Sozialstation für Kamen, Bergkamen u. Bönen

Weststraße 54a, 59147 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 2 24 96

E-Mail: sozialstation-kamen@caritas-unna.de

Internet: www.caritaskreisunna.de

AWO Dienstleistungszentrum

Unnaer Straße 29a, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 79 70 67

Fax: 0 23 07 / 91 22 14 57

E-Mail: awounna@awoubunna.de

Internet: www.awoubunna.de

8.7. Mobiler Sozialer Hilfsdienst der Stadt Bergkamen

Bundesfreiwilligendienstleistende des Mobilen Sozialen Hilfsdienstes (MSHD) unterstützen Senioren und Seniorinnen durch gezielte Hilfestellungen im eigenen Wohnumfeld. Diese Unterstützung soll den Betroffenen dabei helfen, ein weitestgehend eigenständiges Leben zu ermöglichen. Hilfestellungen werden beispielsweise im hauswirtschaftlichen Bereich oder in Form der Begleitung bei Einkäufen, Arztbesuchen, Behördengängen usw. geleistet. Daneben wird auch die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben über die Bereitstellung eines Fahrdienstes gefördert. Die Bundesfreiwilligendienstleistenden können nur dann unterstützend tätig werden, wenn auf andere Dienstleistungen, z. B. der Kranken-/Pflegekasse oder der Wohlfahrtsverbände, kein Anspruch besteht oder diese aufgrund der finanziellen Situation nicht in Anspruch genommen werden können. Der Mobile Soziale Hilfsdienst ist an das Seniorenbüro der Stadt Bergkamen angegliedert. Bei Fragen bzgl. der Vermittlung wenden Sie sich bitte an das Seniorenbüro:

Stadt Bergkamen – Bürgerbüro –

Soziales, Senioren, Gesundheit – Seniorenbüro

Ansprechpartnerinnen: Inge Freitag/Meike Scherney

3. Etage, Zimmer 314

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10

Fax: 0 23 07 / 6 92 99

E-Mail: i.freitag@bergkamen.de, m.scherney@bergkamen.de

Internet: www.bergkamen.de

Öffnungszeiten: Mo. – Fr.: 9.00 – 12.00 Uhr

8.8. „Helfer in der Not“

Mit kleinen Dienstleistungen möchten sich einige Mitglieder des Seniorenhilferings engagieren. Sie helfen bei Kleinstreparaturen und übernehmen Arbeiten, die früher von Familienangehörigen oder Nachbarn erledigt wurden und so geringfügig sind, dass man dafür keinen Handwerksbetrieb beauftragen kann. Melden Sie sich bei Bedarf im Seniorenbüro:

■ **Haarpflege-Service**

Es fällt vielen Senioren schwer die Haarpflege selbst durchzuführen. Dieses Angebot wird durch Ehrenamtliche kostenlos für bedürftige ältere Menschen in der eigenen Wohnung angeboten. Für einen Haarschnitt muss man selbstverständlich einen Profi kontaktieren.

■ **Handwerker-Service**

Ehrenamtliche unterstützen bedürftige, ältere Menschen bei kleinen Reparaturen oder gärtnerischen Verrichtungen, damit Kleinigkeiten nicht zum Problem werden. Die Glühbirne muss gewechselt werden und Sie können nicht mehr selbst auf die Leiter steigen? Kinder und Enkel wohnen weit weg und können nicht mal eben vorbei schauen und helfen? Wir lassen Sie nicht im Dunkeln sitzen!

8.9. Wohnungsaufösungen/Umzüge

Die Mitarbeiter des Hausratverwertungshofes der AWO führen für Sie entgeltlich Ihre Wohnungsauflösung durch.

Gut erhaltene Möbel und Haushaltswaren geben sie an Bedürftige ab. Zuständig für Haushaltsauflösungen ist der Hausratverwertungshof in Lünen (Tel.: 0 23 06 / 7 51 10 11, Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8.00 bis 18.00 Uhr, Sa. 10.00 bis 14.00 Uhr).

8.10. Umgang mit Trauer, Tod und Sterben

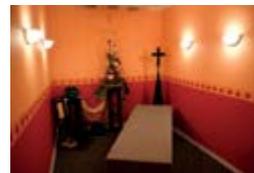
Testament

Wie verfasse ich ein Testament? Muss ich besondere Vorschriften beachten, damit mein Testament auch gültig ist? Wo bewahre ich ein Testament auf? Diese und viele weitere Fragen beantworten Ihnen die Rechtspfleger des Amtsgerichts Kamen, Poststraße 1, 59174 Kamen, Tel.: 0 23 07 / 9 92 - 0 sowie die niedergelassene Anwaltschaft.

Hospizvereine

Hospizvereine kümmern sich um sterbenskranke Menschen und deren Angehörige. Ihr Ziel ist es, dem Kranken eine möglichst beschwerdefreie Zeit zu bereiten und den Gedanken

**Bestattungshaus
Tomaszewski**



Trauerhalle

Unsere Abschiedsräume

Sterbevorsorge – heute wichtiger denn je ... zum Schutz der Hinterbliebenen

So klären Sie zu Lebzeiten Ihre Wünsche und sichern das Geld auch im Falle einer möglichen Pflegebedürftigkeit vor dem unberechtigten Zugriff

- Erdbestattung
- Feuerbestattung
- anonyme Bestattung
- Seebestattung
- Rasenfeld / Rosenquartier
- Aschestreifelfeld
- Baumbestattung
- Friedwald / Ruheforst

Bestattungshaus Tomaszewski

Am Hauptfriedhof 4 + Lindenweg 19
59192 Bergkamen

Telefon 02307 6351

Fax 02307 68340

info@bestattungen-tomaszewski.de

www.bestattungen-tomaszewski.de



Kuratorium Deutsche Bestattungskultur e.V.
Bonn

an die unheilbare Krankheit, das Sterben und den Tod zu erleichtern. Nähere Informationen erhalten Sie beim:

Kamener Hospiz e.V.

Kämerstraße 18, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 23 46 12

Öffnungszeiten:

Di.: 16.00 – 18.00 Uhr

Fr.: 10.00 – 12.00 Uhr

In den Sommerferien geschlossen!

Trauergesprächskreise

Trauergesprächskreise tragen dazu bei, Erfahrungen auszutauschen, die eigene Trauer schneller zu verarbeiten und sich im Leben mit der veränderten Situation auseinanderzusetzen.

Informationen und Kontaktadressen von Trauergesprächskreisen im Bereich Bergkamen erhalten Sie bei der Kontakt- und Informationsstelle K.I.S.S. (siehe 3.5.) und im Gemeindebüro ihrer Kirchengemeinde (siehe 2.2.).

Rathaus



Vorstellung der Notfallkarte

8.11. Notfallkarte

In einem Notfall ist schnelle Hilfe lebenswichtig. Die ist möglich, wenn Sanitäter oder Ärzte bei einer Rettungsaktion so viel wie möglich über den Patienten wissen. Der Betroffene kann in der akuten Situation meist nichts sagen und anwesende Angehörige sind oft so aufgeregt, dass sie wichtige Informationen vergessen. Deshalb gibt es im Seniorenbüro die Notfallkarte. Sie ist ein Faltblatt, in welches alle Erkrankungen, einzunehmende Medikamente, Hinweise auf Allergien und Unverträglichkeiten, Blutgruppe und zu informierende Angehörige eingetragen werden.

Die Karte wird an der Innenseite neben der Wohnungstür aufgehängt, gut sichtbar für die Sanitäter. Ein weiteres Exemplar kann man immer mit sich führen. Wichtig ist, die Daten regelmäßig zu aktualisieren, da man nie weiß, wann ein Notfall eintritt.

Jeder Interessierte kann die Notfallkarte kostenlos im Seniorenbüro erhalten.

In verschiedenen Lebenslagen ist es sinnvoll, eine Beratung von Fachkräften in Anspruch zu nehmen. Durch qualifiziertes Fachpersonal können viele Fragen beantwortet, Anregungen, Tipps und Hilfestellungen gegeben werden. Ein Gespräch kann dazu beitragen, dass evtl. vorhandene Unsicherheiten beseitigt werden. Nachfolgend werden die wichtigsten Beratungsstellen vorgestellt:

9.1. Sozialer Dienst

Der „Soziale Dienst“ der Stadtverwaltung bietet Beratung und Hilfe für die Bergkamener Einwohner an. Insbesondere soziale Angelegenheiten sind für die Betroffenen und ihre Angehörigen oft stark belastend und von Existenzängsten geprägt. Dementsprechend erhalten sie hier eine kompetente individuelle Hilfe bei ihren Problemen. Der Soziale Dienst berät und begleitet Personen und unterstützt bei

- finanziellen Schwierigkeiten,
- der Wohnungssuche,
- persönlichen Problemen und
- bei Antragstellungen.

Der Soziale Dienst gehört zum Bürgerbüro, Sachgebiet – Soziales, Senioren, Gesundheit –.

Bürgerbüro – Soziales, Senioren, Gesundheit – Rathaus der Stadt Bergkamen

Ansprechpartnerin: Agnes Potnek

Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen

3. Etage, Zimmer 315

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 83

Fax: 0 23 07 / 6 92 99

E-Mail: a.potnek@bergkamen.de

9.2. Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung

Es ist sinnvoll, sich vor dem Erstellen einer Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung oder Betreuungsverfügung genau zu informieren. Vordrucke von Vorsorgevollmachten sowie Informationen zum Verfassen einer Patientenverfügung erhalten Sie im Seniorenbüro der Stadtverwaltung. Eine umfassende und kompetente Beratung erfolgt durch die:

Betreuungsstelle des Kreises Unna

Ansprechpartner: Martin Cibulski

Hansastraße 4, 59425 Unna

Tel.: 0 23 03 / 27 13 51

Fax: 0 23 03 / 27 20 99

Internet: www.kreis-unna.de

Diakonie Ruhr- Hellweg e.V.

Betreuungsverein

Ansprechpartnerin: Claudia Lechleitner

Ebertstraße 20, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 9 83 00 - 20

Fax: 0 23 07 / 9 83 00 - 15

E-Mail: betreuungsverein-unna@diakonie-ruhr-hellweg.de

Internet: www.betreuungsverein-diakonie.de

9.3. Schuldnerberatung

Schuldnerberatungsstellen leisten Hilfe für Menschen, die in finanzielle Schwierigkeiten geraten sind oder in welche zu geraten drohen.

Sie stellen durch Korrespondenz mit den Gläubigern die genaue Höhe der Schulden fest und erarbeiten Vergleiche oder Ratenzahlungen, informieren Sie über Ihre Rechte und Pflichten, helfen bei Behördengängen und unterstützen dabei, sowohl gerichtliche als auch außergerichtliche Einigungen herbeizuführen.

**Zentrale Schuldnerberatung der Arbeiterwohlfahrt
– Unterbezirk Unna –**

Unnaer Straße 29a, 59174 Kamen
Tel.: 0 23 07 / 9 24 88 - 0
Fax: 0 23 07 / 9 24 88 - 20
E-Mail: schuldr@awoubunna.de
Internet: www.schube.awoubunna.de

Sprechstunde im Rathaus der Stadt Bergkamen:

6. Etage, Zimmer 600
Mo.: 9.00 – 12.00 Uhr (zu diesen Zeiten telefonisch erreichbar unter: 0 23 07 / 9 65 - 2 18)

9.4. Rechtsberatung

Der Sozialverband VDK Bergkamen sowie der Sozialverband Deutschland NRW e.V. bieten Mitgliedern eine kostenlose Beratung hinsichtlich sozialrechtlicher Ange-

legenheiten. Im Bergkamener Rathaus werden einmal im Monat Beratungsstunden angeboten.

Sozialverband VDK Deutschland e.V.

Ansprechpartnerin: Roswitha Rafalski
Taubenstraße 17, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 7 79 68 76

Sprechstunde im Rathaus der Stadt Bergkamen:

6. Etage, Zimmer 600
Jeden 1. + 3. Do im Monat von 15.30 – 16.30 Uhr
(zu diesen Zeiten telefonisch erreichbar unter:
0 23 07 / 9 65 - 2 18)

Sozialverband Deutschland NRW e.V. (SoVD)

**Ansprechpartner: Geschäftsstelle des Bezirks Hamm-
Unna**, Märkische Str. 9–11, 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 1 42 30

Rechtsanwalts- und Notarkanzlei

§ Potthoff & Ölbracht §

Lothar Potthoff
Rechtsanwalt und Notar

Iris Ölbracht
Rechtsanwältin und Notarin



Wir beraten Sie umfassend und kompetent bei allen notariellen, erbrechtlichen und familienrechtlichen Angelegenheiten.

Pestalozzistr. 12 • 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 - 98 38 40 • Fax: 0 23 07 - 98 38 444
kanzlei@potthoff-oelbracht.de
www.potthoff-oelbracht.de

**KANZLEI
HÜLSMANN & HEINZ**

RECHTSANWALT UND NOTAR GISBERT HÜLSMANN	RECHTSANWALT UND FACHANWALT FÜR FAMILIENRECHT MANFRED HEINZ
---	--

59192 Bergkamen, Ebertstraße 49
Telefon: 0 23 07/9 10 80

Beratung rund um das Erbrecht

- Testamentsgestaltungen
- Übertragungen zu Lebzeiten
- Patientenverfügungen
- Vorsorgevollmachten

Sprechstunde im Rathaus der Stadt Bergkamen:

6. Etage, Zimmer 600

Jeden 4. Di. im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr

(zu diesen Zeiten telefonisch erreichbar unter:

0 23 07 / 9 65-218). Vorherige Terminvereinbarung unter

Tel.: 0 23 03 / 1 42 30

9.5. Beratungsangebote der Verbraucher-Zentrale NRW

Die Verbraucher-Zentrale NRW bietet weitere kostenlose Beratungen in den Bereichen Energieberatung wie z. B. neue Heizungsanlagen, Heizkosten, Energiesparen, Umweltberatung. Genaue Informationen zur Höhe der Kosten sowie zu den Beratungsangeboten erfragen Sie bitte hier:

Verbraucher-Zentrale NRW e.V.,

Beratungsstelle Kamen

Kirchstraße 7, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 7 99 99, Fax: 0 23 07 / 92 35 15

E-Mail: kamen@vz-nrw.de

Öffnungszeiten:

Mo. und Fr.: 9.00 – 13.00 Uhr

Di. und Do.: 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 bis 18.00 Uhr

9.6. Homosexualität im Alter

Viele ältere Lesben und Schwule leben sehr zurückgezogen. Sie haben häufig ihre sexuelle Orientierung versteckt oder belastende biographische Erfahrungen gemacht. Leider gibt es in Bergkamen keine Gruppe für lesbische bzw. schwule Lebensgestaltung im Alter. Doch landesweit gibt es bereits Fortschritte in der Senior/innenarbeit NRW. Es gibt viele Möglichkeiten, sich über aktuelle und lebensrelevante Aspekte des lesbisch-schwulen Alterns online zu informieren, zum Beispiel bei „Immer dabei – Ältere Lesben und Schwule in NRW“ ist eine Initiative für lesbisch-schwule Senior/innenarbeit, die vom Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter (MGEPA) und der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW unterstützt wird.

Über die Homepage findet man auch kommunale Ansprechpartner. „Immer dabei – Ältere Lesben und Schwule in NRW“, Homepage: www.immerdabei.net

Die nächstgelegene kommunale Anlaufstelle außerhalb Bergkamens ist in Dortmund: Deutschlands ältestes Lesben- und Schwulenzentrum ist das KCR Dortmund Kommunikations Centrum Ruhr e.V. Es bietet generationsübergreifend Beratung und Veranstaltungen, jedoch auch spezielle Gruppen für Seniorinnen und Senioren.

KCR Dortmund e.V.

Braunschweiger Straße 22, 44145 Dortmund

Tel.: 02 31 / 83 22 63

Internet: www.kcr-dortmund.de

Möchten Sie sich lieber in unserer Stadt treffen? Dann gründen Sie doch eine eigene Gruppe! Das Seniorenbüro unterstützt Sie gern.

9.7. Telefonseelsorge

Die Telefonseelsorge ist eine bundesweite Organisation. Hierbei handelt es sich um ein Angebot, das sich an alle Menschen mit Problemen oder Krisen richtet. Die Mitarbeiter der Telefonseelsorge behandeln alle Gespräche vertraulich und Sie können als Hilfesuchende/r anonym bleiben. Die Telefonseelsorge ist 24 Stunden am Tag, auch Sonn- und Feiertags, unter den Rufnummern 08 00 / 1 11 01 11 (evangelisch) oder 08 00 / 1 11 02 22 (katholisch) erreichbar. Alle Gespräche sind für die Anrufenden bundesweit gebührenfrei. Weitere Informationen über die Telefonseelsorge für den Raum Bergkamen erhalten Sie im Internet unter: www.telefonseelsorge-dortmund.de

9.8. Frauenforum im Kreis Unna

Das Frauenforum hilft allen Frauen, insbesondere Frauen in Notlagen, Krisen und Gewaltsituationen. Die Einrichtungen begleiten Frauen bei der Entwicklung und Umset-

zung ihrer ganz persönlichen Lebenspläne. Das Ziel des Frauenforums ist es, die Lebensumstände von Frauen nachhaltig zu verbessern.

Frauenberatungsstelle

Hansastraße 38, 59425 Unna

Tel.: 0 23 03 / 8 22 02

E-Mail: frauenberatungsstelle@frauenforum-unna.de

Frauenkrisentelefon: 0 23 03 / 8 22 02

9.9. Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna im BSV Westfalen e.V.

Der Verein informiert über medizinische Fragen, hilft in sozialen und rechtlichen Angelegenheiten, berät zu Hilfsmitteln, bietet Veranstaltungen an und Gruppentreffen zum gemeinsamen Austausch. Zu den Angeboten zählen: individuelle Beratung der Mitglieder und ihren Angehörigen zu psychosozialen und sozialrechtlichen Fragen, Schwerbehindertenausweis, Nachteilsausgleich, berufliche und soziale Rehabilitation, Erwerbsminderungsrenten, Hilfsmittel, Augenkrankheiten und Lebensbewältigung. Sprechstunden für Ratsuchende finden in Bergkamen jeweils am

letzten Donnerstag im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr im Rathaus, Rathausplatz 1, 6. Etage, Zi. 600 statt.

Vorsitzender: Walter Görlitz

Tel.: 0 23 07 / 55 48 64

E-Mail: kreis-unna@bsvw.de

9.10. Beratung und Hilfe für seelisch erkrankte Menschen

Durch die Kombination des professionellen Personals mit Ehrenamtlichen und die Einbindung selbst Betroffener leistet die PSAG Bergkamen, Kamen, Bönen Hilfe durch Beratung und Betreuung von Menschen mit seelischen Erkrankungen und psychosozialen Konflikten.

„Kontaktstelle Sonnenstrahl“, Heinrich-Martin-Heim

Am Wiehagen 32, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 6 81 35

E-Mail: sonnenstrahl@psag-bergkamen.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Mi., 9.00 – 14.00 Uhr, Do 16.00 – 19.30 Uhr, Fr. 13.00 – 18.00 Uhr, 1 x monatlich Samstags-Treff

Impressum

Herausgeber: Stadt Bergkamen,
der Bürgermeister

Redaktion: Seniorenbüro der
Stadt Bergkamen

Fotos: Stadt Bergkamen,
ccvision.de

Informationen über die Stadt Bergkamen erhalten Sie auch im Internet unter der Adresse www.bergkamen.de.

Der anCos Verlag bedankt sich bei den zuständigen Ansprechpartnern der Stadtverwaltung für die gute Zusammenarbeit und bei den Inserenten für die freundliche Unterstützung zur Realisierung dieser Broschüre.

Konzeption/Realisation/Anzeigenteil:



© 2016 anCos Verlag GmbH, 3. Auflage

anCos Verlag GmbH
Lange Straße 14 · 49565 Bramsche

Tel.: 0 54 61 / 8 82 66-0

Fax: 0 54 61 / 8 82 66-11

info@ancos-verlag.de

www.ancos-verlag.de

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier. Nachdruck oder Reproduktionen, auch auszugsweise, nicht gestattet.



Bei der Erstellung der Broschüre wurde sorgfältig recherchiert. Dennoch kann für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben keine Gewähr übernommen werden. Haftungsansprüche sind ausgeschlossen.

Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage richten Sie bitte an das Seniorenbüro der Stadt Bergkamen.

In unserem Verlag erscheinen:

Publikationen zur Bürgerinformation, Wirtschaftsförderung, Freizeitgestaltung, Einweihungs- und Jubiläumsbroschüren, Patientenbroschüren, Bauherrenwegweiser, Seniorenratgeber sowie Hochzeits- und Familienbroschüren.



Seniorenglück
Haus Rünthe

Seniorenglück GmbH
Rünther Straße 65
59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 89/78 15-88
Fax: 0 23 89/78 15-90
www.seniorenglueck-ruenthe.de



*Auch im Alter:
sicher, geborgen und zu Hause sein!*

Vielleicht gehen Sie mit uns auch mal neue Wege.
Sie erreichen uns per Telefon unter 02307/821-0
oder per Email: info@spk-bergkamen-boenen.de.

 Sparkasse
Bergkamen-Bönen

Wer rastet, der rostet. Das gilt für alle, besonders auch für Menschen, denen Bewegung gute Chancen bietet, auch in späteren Jahren fit und gesund zu bleiben. Geht es dann auch um die finanzielle Fitness, kommen sie am besten schnurstracks zu uns. Wir begleiten Sie bei allen Ihren Wünschen und Vorhaben rund ums Geld und setzen uns für zukunftsweisende Lösungen ein. Sprechen Sie einfach mit uns. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**