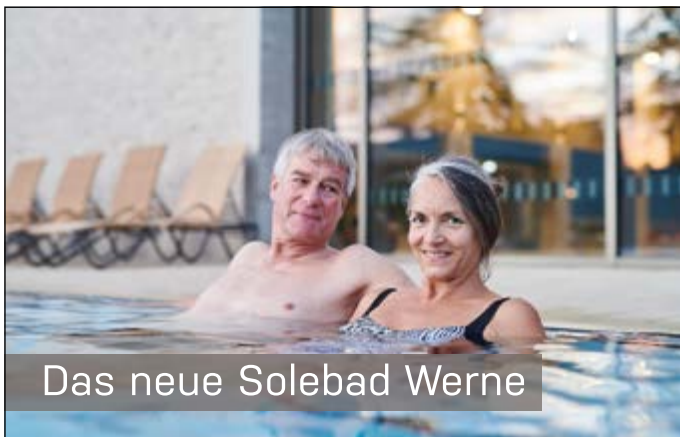


Seniorenwegweiser

Älter werden in Bergkamen



...natürlich
BERGKAMEN



Das neue Solebad Werne

Erleben Sie die Leichtigkeit und genießen Sie auf über 2000 m² wohltuendes Baden.
Gute Erholung ganzjährig unter freiem Himmel.

www.solebad-werne.de

6 % SOLE –
100 % ENTSPANNUNG


SOLEBAD
WERNE

Solebad Werne | Am Hagen 2 | 59368 Werne | info@solebad-werne.de

Ihr Ostpreußen Spezialist

Reisedienst Warias GmbH



Unsere Reiseziele

Masuren u. Oberland, Pommern, Schlesien
Russland u. Baltikum,
Bayerischer Wald, Tschechien

*Fordern Sie unseren
kostenlosen Katalog an unter:*

Tel. 02307-27950 oder www.warias-reisen.de

Entdecken Sie die **Seniorenbrochüre
der Stadt Bergkamen** als multimediales
Blättererlebnis zur umweltfreundlichen
Auflagenoptimierung auch online unter:



stadt-bergkamen-senioren.ancos-verlag.de

Impressum

Herausgeber: Stadt Bergkamen,
der Bürgermeister

Redaktion: Stadt Bergkamen – Bürger-
dienste, Ordnung und Soziales

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 zustän-
digen Ansprechpartnern der Stadtverwaltung
für die gute Zusammenarbeit und bei den In-
serenten für die freundliche Unterstützung zur
Realisierung dieser Brochüre.

Konzeption/Realisation/Anzeigenteil:

anCos



© 2021 anCos Verlag GmbH, 4. 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 Brochüre wurde sorgfältig
recherchiert. Dennoch kann für die Richtigkeit
und Vollständigkeit der Angaben keine Gewähr
übernommen werden. Haftungsansprüche sind
ausgeschlossen. Änderungswünsche, Anregun-
gen und Ergänzungen für die nächste Auflage
richten Sie bitte an die Stadt Bergkamen.

In unserem Verlag erscheinen: Publikationen
zur Bürgerinformation, Wirtschaftsförde-
rung, Freizeitgestaltung, Einweihungs- und
Jubiläumsbrochüren, Ausbildungsmagazine,
Bauherrenwegweiser, Seniorenratgeber
sowie Hochzeits-
und Familien-
brochüren.



Kommunale
Öffentlichkeitsarbeit

**Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
Liebe Leserinnen und Leser,**

Ich freue mich sehr, Sie auf den Seiten des Seniorenwegweisers der Stadt Bergkamen begrüßen zu dürfen. Mittlerweile erscheint dieses Serviceangebot der Stadt Bergkamen in der vierten Auflage für Sie. Ein Angebot, das mir persönlich sehr am Herzen liegt, denn: Auch wenn Bergkamen eine junge Stadt ist, wird der demografische Wandel doch nach und nach sichtbar!

Ein Grund mehr, sich auch als Stadtverwaltung mit Blick auf das Thema „Älter werden in Bergkamen“ immer wieder neu auszurichten.

Daher hat der Rat der Stadt Bergkamen die Erstellung und Fortschreibung einer umfassenden kommunalen Altenplanung beschlossen. Unter wissenschaftlicher Begleitung und mit intensiver Beteiligung der betroffenen Generation wird laufend untersucht, was sich verändert, was gebraucht wird, wie Unterstützung gelingen kann. Seit dem Jahr 2021 finden Sie bei der Stadt Bergkamen zwei neue Anlauf- und Koordinierungsstellen für die Bereiche Soziale Inklusion und Seniorenarbeit sowie Integrierte Sozialplanung, Demografie und Altenhilfeplanung.

Eine Voraussetzung für ein insgesamt angenehmes Lebensgefühl im Alter ist unter anderem das Wissen über Hilfe- und Unterstützungsmöglichkeiten, Angebote und Beteiligungsformen.

Diese Broschüre möchte Ihnen sowohl Tipps und Hinweise zu altersrelevanten Fragen im täglichen Leben geben, wie auch Wege und Möglichkeiten aufzeigen, das eigene Leben im Alter aktiv zu gestalten.

Ich freue mich, dass es gelungen ist, diese Broschüre neu aufzulegen. Alle Angebote finden Sie auch auf der städtischen Internetseite:

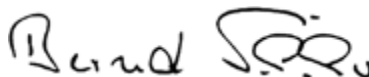
www.bergkamen.de/familien-jugendbildung-soziales/seniorinnen-senioren/

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

Bleiben Sie gesund!

Bergkamen, im September 2021

Ihr Bürgermeister



Bernd Schäfer



BRANCHENVERZEICHNIS

<i>Branche</i>	<i>Seite</i>	<i>Branche</i>	<i>Seite</i>
Alten- und Pflegeheime	36, U3	Kreis-Siedlungsgesellschaft	36
Ambulanter Pflegedienst	48, 49	Mode	17
Apotheke	31	Modemobil	17
Bank	U4	Notar	73
Bestattungen	68, 69, 70	Physiotherapie.	28
Gerontopsychiatrisches Zentrum	24	Praxis für Logopädie	28
Krankenhaus	3	Praxis für Rehabilitation.	28
Kreis-Baugesellschaft	36	Praxis für Sprachtherapie	28
		Rechtsanwalt.	73
		Reisedienst	U2
		Reisebüro	U2
		Schwimmbad	U2
		Seniorenhäuser	36, U3
		Seniorenzentren	36, U3
		Stadtwerke	8
		Tagesklinik.	24
		Tagespflege.	36, 40
		Wohnen mit Service	36

SENIORENWEGWEISER **ONLINE**

Entdecken Sie die Seniorenbrochüre der Stadt Bergkamen als multimediales Blättererlebnis zur umweltfreundlichen Auflagenoptimierung auch online unter:



stadt-bergkamen-senioren.ancos-verlag.de

U = Umschlagseite

Union der Generationen



www.cdu-bergkamen.de

Grußwort	1
Branchenverzeichnis	2
Impressum	U2

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	12
2.3. Musik und Gesang	18
2.4. Kultur und Bildung	19
2.5. Politische Seniorenvertretungen	20
2.6. Bürgerschaftliches Engagement	21

3. Gesundheit 23

3.1. Krankenhäuser	23
3.2. LWL-Tagesklinik Bergkamen	23
3.3. Ärzte und Fachstellen	25
3.4. Apotheken	31
3.5. Selbsthilfegruppen	33
3.6. Ernährung	33
3.7. Gesundheitsvorsorge	34

4. Wohnen im Alter 35

4.1. Seniorenwohnungen	35
4.2. Wohnanlagen mit Service für ältere Menschen	37
4.3. Wohnberatung Kreis Unna	38



Ihr Partner in allen Gesundheitsfragen

Hellmig-Krankenhaus Kamen
Nordstraße 34 | 59174 Kamen

Telefon: 02307 149-1
E-Mail: info@klinikum-westfalen.de
www.klinikum-westfalen.de



5. Pflege 39

5.1. Pflegeversicherung	39
5.2. Gesetzliche Pflegegrade	39
5.3. Leistungen der Pflegeversicherung	43
5.4. Vereinbarkeit von Pflege und Beruf	44
5.5. Häusliche Alten- und Krankenpflege/ Ambulante Pflege	46
5.6. Pflege-Wohngemeinschaften	47
5.7. Wohngemeinschaften für intensivpflegebedürftige und beatmungspflichtige Menschen	50
5.8. Pflege- und Wohnberatung Kreis Unna	50
5.9. Pflegeberatung für privat Versicherte	50
5.10. Angebote für pflegende Angehörige	51
5.11. Teilstationäre Pflege	51
5.12. Stationäre Pflege	52
5.13. Heimaufsicht	56
5.14. Ombudspersonen in der Pflege	56
5.15. 24-Stunden-Pflege zu Hause	56

6. Demenz 57

6.1. Was ist eigentlich Demenz?	57
6.2. Bergkamener Netzwerk Demenz	57
6.3. Hilfen für pflegende Angehörige	58

7. Wichtige Sozialleistungen 59

7.1. Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung	59
7.2. Hilfe zur Pflege (gem. SGB XII)	60
7.3. Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz	61
7.4. Vergünstigungen durch den Besitz eines Schwerbehindertenausweises	61
7.5. Zuzahlungsregelungen zur ambulanten Behandlung	63
7.6. Hilfe für Blinde und Gehörlose	63
7.7. Sozialticket	64

8. Hilfen für den Alltag 65

8.1. Fahrdienste	65
8.2. Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV)	65
8.3. Fahrsicherheitstraining	66
8.4. Hausnotruf-Systeme	66
8.5. Essen auf Rädern	66
8.6. Häusliche Betreuung/Haushaltshilfen	67
8.7. Mobiler Sozialer Hilfsdienst der Stadt Bergkamen	68
8.8. Wohnungsaufösungen/Umzüge	68
8.9. Umgang mit Trauer, Sterben und Tod	69
8.10. Notfallkarte	69

9. Beratung in verschiedenen Lebenslagen 71

9.1. Sozialer Dienst	71
9.2. Mobiler Sozialer Hilfsdienst der Stadt Bergkamen	71
9.3. Vorsorge	71
9.4. Schuldnerberatung	73
9.5. Rechtsberatung	73
9.6. Beratungsangebote der Verbraucher-Zentrale NRW	73
9.7. Homosexualität im Alter	74
9.8. Telefonseelsorge	74
9.9. Frauenforum im Kreis Unna	74
9.10. Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna im BSV Westfalen e. V.	75
9.11. Beratung und Hilfe für seelisch erkrankte Menschen	75
9.12. Kriminalprävention	75

Entdecken Sie die **Seniorenbrochure der Stadt Bergkamen** als multimediales Blättererlebnis zur umweltfreundlichen Auflagenoptimierung auch online unter:



stadt-bergkamen-senioren.ancos-verlag.de

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 des Bürgerbüros ist ein Großteil der Anliegen und Lebenslagen zusammengefasst, die Sie als Bürgerin/Bürger direkt betreffen. Hier finden Sie neben den klassischen Aufgaben der Meldebehörde 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



Stabsstelle Soziale Inklusion und Seniorenarbeit

Die Stadt Bergkamen ist seit vielen Jahren in der kommunalen Seniorenarbeit tätig, entwickelt diese kontinuierlich zukunftsorientiert weiter und stellt sich neuen Herausforderungen, wie der Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention in der Stadt. Aus diesem Grund wurde in der Stadtverwaltung im Rahmen einer Organisationsänderung im Jahr 2020 die Stabsstelle „Soziale Inklusion und Seniorenarbeit“ eingerichtet. Die Ziele der Stabsstelle sind die Stärkung der Lebensqualität älterer und alter Menschen und von Menschen mit Behinderung, die Verbesserung des Wohnungsangebotes im Hinblick auf die besonderen Bedarfe und die Verbesserung der Strukturen für wohnortnahe Versorgung und Pflege. Neben der Konzeptentwicklung und der Aufstellung von Maßnahmenplänen als Tätigkeitsschwerpunkt soll die Stabsstelle die Vernetzung der verschiedenen Akteure und die Beteiligung der Betroffenen vorantreiben.





Darüber hinaus nimmt die Stabsstelle für ältere und alte Menschen und für Menschen mit Behinderungen sowie deren Angehörige eine Lotsenfunktion ein, indem sie bei Beratungsfragen an die entsprechenden Stellen weitervermittelt. Auch bei Anregungen, Lob und Kritik können Sie sich gerne an die Ansprechpartner wenden.

Hier finden Sie die Stabsstelle „Soziale Inklusion und Seniorenarbeit“ der Stadt Bergkamen:

Stadt Bergkamen

Stabsstelle „Soziale Inklusion und Seniorenarbeit“

3. Etage, Zimmer 314

Ansprechpartner: Thomas Lackmann

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 33

Fax: 0 23 07 / 6 92 99

E-Mail: t.lackmann@bergkamen.de

Beratungstermine nach Vereinbarung

Rentenversicherungsstelle

In der Rentenversicherungsstelle der Stadt Bergkamen erhalten Sie Formulare für verschiedene Rentenansträge, eine Vorsorgevollmacht und eine Informationsbroschüre zur Patientenverfügung. 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 315

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

Beratungstermine nach Vereinbarung

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

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

Arbeiterwohlfahrt Ruhr-Lippe-Ems/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

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:

SERVICE

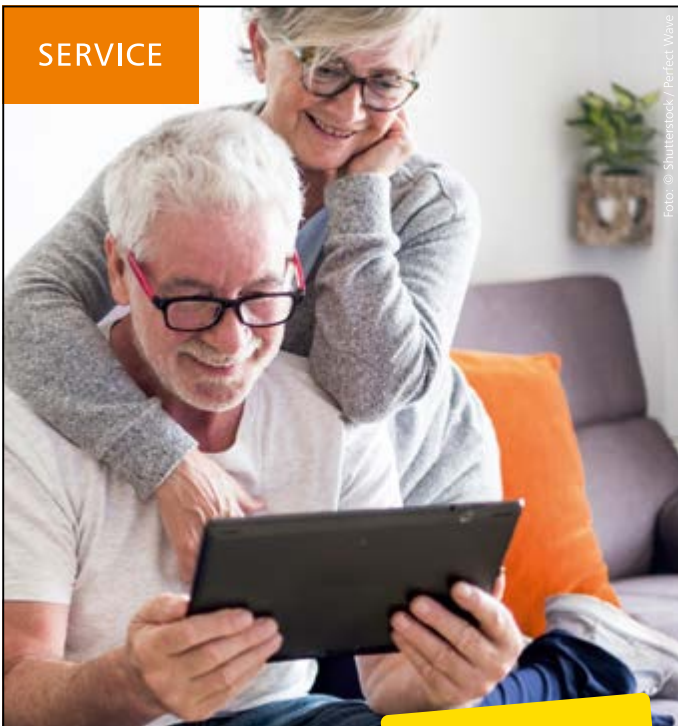


Foto: Shutterstock / Peterica Wain

Alles auf einen

Klick:

Informieren Sie sich über unsere Leistungen, nutzen Sie die Möglichkeiten unseres Online-Kundencenters, buchen Sie Kursangebote in unseren Bädern und vieles mehr. Einfach und bequem – von zuhause aus!



www.gsw-kamen.de

www.gsw-freizeit.de

Persönlich erreichen Sie uns im GSW Kundencenter Bergkamen:
Rathausplatz 4 · 59192 Bergkamen · Tel.: 02307 978-2222
Mo - Do 08:30 - 12:00 Uhr + 13:00 - 16:00 Uhr,
Fr 08:00 - 12:00 Uhr

Einfach sicher versorgt



Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna

Severinshaus, Nordenmauer 18, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 28 99 06-09

08 00 / 27 200 200

(kostenlose Servicenummer)

E-Mail: pwb@kreis-unna.de

Sprechzeiten:

Mo. – Fr.: 9.00 Uhr – 12.30 Uhr

Do.: 14.00 Uhr – 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 und Bönen

Reckhof 22, 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. – Fr.: 8.30 – 12.30 Uhr und nach Vereinbarung

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, Friseur ...
- 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.

Betreuungsverein: Hellweg 31 – 33, 59423 Unna

Tel.: 0 23 03 / 2 50 24 - 6 70

Reisedienst: Nicolaistraße 2, 59423 Unna

Tel.: 0 23 03 / 2 50 24 - 2 22

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**

Morgenstraße 3, 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 – 10.00 Uhr

Do.: 8.30 – 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

Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V.

Die Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. ist eine Hilfs- und Selbsthilfeorganisation. Sie vertritt die Interessen rheumatischer 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:

In der Schlenke 32, montags 14.30 – 16.30 Uhr

Tel.: 02 01 / 82 79 77 91

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 – 9.45 Uhr, Overberger Turnhalle, HansasträÙe 99

Ansprechpartnerin: Erika Biermann

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

■ Frauengymnastik

dienstags 20.00 – 21.45 Uhr, Einfachhalle am Friedrichsberg, Albert-Schweitzer-StraÙe 33

Ansprechpartnerin: Pauline Dahm

Tel.: 0 23 07 / 8 05 14

E-Mail: paulinedahm37@gmail.com

■ Seniorensportgruppe

Die wöchentliche Übungsstunde findet unter der Leitung der für Rehasport „Orthopädie“ ausgebildeten Übungsleiterin Bettina Steinke statt. Es wird überwiegend stehend oder sitzend trainiert und ist geeignet für Frauen und Männer mit orthopädischen Beschwerden, Osteoporose, Gelenkerkrankungen oder Bewegungsmangel. Durch therapeutisch-sportliche Maßnahmen in der Gruppe wird die körperliche Leistungsfähigkeit erhalten bzw. wiedergewonnen. Die Übungsprogramme helfen bei der Bewältigung alltäglicher Aufgaben, bauen Muskeln auf, erhalten die Beweglichkeit und steigern das Wohlbefinden. Dienstags 9.30 – 10.30 Uhr, Pestalozzihaus, PestalozzistraÙe 6

Ansprechpartnerin: Bettina Steinke

Tel.: 0 23 89 / 58 23, E-Mail: bettina.steinke@web.de

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 Straße 62 statt:

- Wirbelsäulengymnastik, dienstags 18.30 – 19.15 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 Uhr und 18.00 – 20.00 Uhr
Turnhalle Pfalzschule

Ansprechpartner: Bernd Wiemhoff

Tel.: 0 23 07 / 6 78 74

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

Ansprechpartnerin: Ellen Wiemhoff

Tel.: 0 23 07 / 6 78 74

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

Ansprechpartnerin: Ellen Wiemhoff

Tel.: 0 23 07 / 6 78 74

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

Ansprechpartnerin: Ellen Wiemhoff

Tel.: 0 23 07 / 6 78 74

- Seniorengymnastik
Dienstag 16.00 - 17.30 Uhr, Turnhalle Pfalzschule

Ansprechpartnerin: Ellen Wiemhoff

Tel.: 0 23 07 / 6 78 74

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. und Do. 10.00 – 13.00 Uhr

E-Mail: info@friedenskirchengemeinde-bergkamen.de

Internet: www.friedenskirchengemeinde-bergkamen.de

Ort: Friedenskirche, Schulstraße 156

jeden letzten Montag im Monat 18.00 Uhr: **Männerarbeit**
Leitung: Reinhard Müller, Tel.: 0 23 07 / 8 79 12

jeden 2. Mittwoch 15.00 Uhr: **Frauenhilfe**
Leitung: Karin Lippig

jeden Freitag 12.00 Uhr: „**Moment Ma(h)l**“ – **Mittagessen**
Tel.: 0 23 07 / 98 42 63



Kanalbrücke Werner Straße

jeden 3. Mittwoch 15.00 Uhr: **Seniorenkreis**
Leitung: Susanne Mecklenbrauck, Tel.: 0 23 07 / 98 42 63

4. Freitag 15.30 Uhr: **Trauerkurs** (bitte anmelden!)
Leitung: Pfarrer Bernd Ruhbach, Tel.: 0 23 07 / 20 85 59

jeden Montag 14.30 – 16.30 Uhr: Spielgruppe

jeden Dienstag 14.30 – 16.30 Uhr: Handarbeitsgruppe

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 Montag, 15.00 Uhr Senioren-Gymnastik-Gruppe

alle zwei Wochen donnerstags 15.00 – 17.00 Uhr:

Handarbeitskreis

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

jeden letzten Freitag 15.00 – 17.00 Uhr: **Seniorenkreis**

Leitung: Andrea Dieckmann, Tel.: 0 23 07 / 98 49 85

Ort: Martin-Luther-Haus in Weddinghofen

Goekenheide 5

einmal im Monat 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: Berthold Boden, Tel.: 0 23 07 / 9 67 60 11

jeden letzten Samstag 10.00 – 12.00 Uhr: **„Kinderkram“**
Hier können Großeltern mit kleiner Rente Spielzeug und Bücher für ihre Enkel bekommen, gern wird auch langweilig gewordener Kinderkram gespendet und gegen aufregendes Neues getauscht.

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

jeden 4. Mittwoch um 15.00 Uhr: **Seniorenkreis**

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

jeden 1. Mittwoch um 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. und Do.: 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 14.30 Uhr

ehemaliges Jochen-Klepper-Haus, Im Sundern 11

Ansprechpartnerin: Anneliese Böhnke, Tel.: 0 23 06 / 136 13

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
ehemalige Kapelle Heil, Westenhellweg
Ansprechpartnerin: Liselotte Kunde, Tel.: 0 23 89 / 4 55 96

Martin-Luther-Frauenhilfe

jeden 2. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr
Martin-Luther-Zentrum, Preinstraße 38
Ansprechpartnerin: Ulla Caspari, Tel.: 0 23 06 / 8 47 81

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

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:



IMPULS von Maik und Dirk Löbbert

- 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.
- Sollte ein Monat 5 Donnerstage haben, findet an dem 5. Donnerstag kein Mittagstisch statt.

Café „Käthe“

jeden 4. Mittwoch im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr im
Martin-Luther-Zentrum, Preinstraße 38

Katholische Kirchengemeinde Heilig Geist

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. und 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.

Alten- und Rentnergemeinschaft (ARG)

Pfarrheim Parkstraße 2a
Mittwoch 14.30 – 17.00 Uhr

Elisabeth-Treff

Elisabeth-Haus, Parkstraße 2a
jeden 2. Montag im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr

Katholische Kirchengemeinde Heilig Geist 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 Heilig Geist 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 Heilig Geist 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 Heilig Geist 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 06 / 3 04 72 89

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 34

Das Café lädt mit seinen ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen zum geselligen Beisammensein ein: donnerstags, freitags und sonntags von 14.00 – 17.30 Uhr zu Kaffee und Kuchen.
Ansprechpartnerin: Marita George, Tel.: 0 23 06 / 9 41 82 42

Ortsverein Weddinghofen
Schulstraße 8

mittwochs von 13.30 – 16.30 Uhr
Seniorentreff

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

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

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: Giesela Bennecke
Tel.: 0 23 07 / 8 78 43

Seniorenunion

Die Seniorenunion trifft sich jeden ersten Dienstag im Monat von 15.00 – 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 Meinungs austausch 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 soziokultureller Teilhabe. Das regionale Info-Treffen der ZWAR-Gruppe findet jeden zweiten Montag im Monat in der Zeit von 19.00 – 21.00 Uhr im Treffpunkt, Lessingstraße 2 in Bergkamen-Mitte statt.

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

Sehbehinderten- und Blindenselbsthilfegruppe Bergkamen e.V.

Die Gruppe trifft sich 14-tägig dienstags von 14.30 – 17.30 Uhr im Albert-Schweitzer-Haus, Schulstraße 8 in Weddinghofen. Willkommen sind nicht nur betroffene Personen, sondern auch Familienangehörige und Freunde.

Ansprechpartnerin: Lisa Nießalla

Tel.: 0 23 06 / 10 06 10

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

Behindertengruppe

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

Ansprechpartnerin: Cäcilia Andrzejewski

Tel.: 0 23 07 / 6 16 31



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: ☎ 0 23 89 - 903 79 49 · www.modemobil.de

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

SENIORENWEGWEISER ONLINE

Entdecken Sie die Seniorenbroschüre der Stadt Bergkamen als multimediales Blättererlebnis zur umweltfreundlichen Auflagenoptimierung auch online unter:

stadt-bergkamen-senioren.ancos-verlag.de



2.3. Musik und Gesang

*„Tanzen erfreut – vertreibt den Verdruss.
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 jeden 1. und 3. Mittwoch von 19.30 – 21.15 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 – 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 die Stadt Bergkamen.

Stadt Bergkamen

Stabsstelle „Soziale Inklusion und Seniorenarbeit“
3. Etage, Zimmer 314

Ansprechpartner: Thomas Lackmann

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 33

Fax: 0 23 07 / 6 92 99

E-Mail: t.lackmann@bergkamen.de

Beratungstermine nach Vereinbarung

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.

Ansprechpartnerin: Christina Schlowinski

Tel.: 01 70 / 4 15 38 50

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 folgender Adresse bzw. Telefonnummer informieren.

Stadtmuseum Bergkamen

Ansprechpartner: Mark Schrader

Jahnstraße 31/Museumsplatz

59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 06 / 30 60 21 - 11

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

Sa.: 10.00 – 12.30 Uhr

Volkshochschule

Die Volkshochschule Bergkamen bietet für Seniorinnen und Senioren unter anderem folgendes Programm an: Computerkurse, Sprachkurse, Aquagymnastik, Bewegungsangebote, Problemzongymnastik 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

Ansprechpartnerin: Sarah Feige

Stadtfenster, Rathausplatz 4

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

E-Mail: s.feige@bergkamen.de

2.5. Politische Seniorenvertretungen Ausschuss für Arbeit und Soziales

Laut der Gemeindeordnung Nordrhein-Westfalen kann der Rat vor seinen Entscheidungen zu bestimmten Angelegenheiten das Votum von durch ihn selbst eingerichteten Fachausschüssen einholen. Zuständiges politisches Gremium für die Beratung aller Angelegenheiten in sozialen Fragen ist seit der Kommunalwahl 2020 der Ausschuss für Arbeit und Soziales. Insbesondere werden dort Themen beraten, die Senioren, Seniorinnen und Menschen mit Behinderung betreffen (Inklusion).

Im Ausschuss sind Ratsmitglieder und sachkundige Bürger aus allen im Rat vertretenen Fraktionen. Er tagt in der Regel dreimal jährlich und beteiligt sich an verschiedenen städtischen Veranstaltungen von besonderer Bedeutung. Seine Wahlzeit ist identisch mit der des Stadtrates und beträgt in der Regel fünf Jahre. Neben der Bearbeitung ortsrelevanter Themen behandelt der Ausschuss für Arbeit und Soziales auch Anfragen ortsansässiger Bürger, sofern sie seine Arbeit betreffen. Als Vorsitzende wurde in 2020 Frau Eva Knöfel gewählt.

Kreissenienrenkonferenz

Die Kreissenienrenkonferenz hatte ihre konstituierende erste Sitzung im Herbst 2001. Ihr gehören Delegierte an, die beim Kreissenientag als Vertreter von Seniorenor-

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

Weitere Aufgaben der Kreissenorenkonferenz 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 Kreissenorenntag.

Vorsitzender der Kreissenorenkonferenz ist:

Rolf Schwerdt

Talweg 22, 58239 Schwerte
Tel.: 0 23 04 / 1 89 32

Eine Unterstützung in ihrer Arbeit erhält die Kreissenorenkonferenz 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: Katja Sträde

Tel.: 0 23 03 / 27 - 23 61

Internet: k.straede@kreis-unna.de

2.6. Bürgerschaftliches Engagement

Das Bürgermeisterbüro berät, vermittelt und fördert Bürgerinnen und Bürger, die sich ehrenamtlich engagieren möchten. Möchten Sie ihre Erfahrungen, Kenntnisse und Kompetenzen weitergeben, ein neues Projekt verwirklichen oder ehrenamtlich aktiv werden? Wir beraten Sie gerne!

Stadt Bergkamen

Bürgermeisterbüro

Julia Rehers

1. Etage, Zimmer 121

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 37

buergermeisterbuero@bergkamen.de

Mögliche Tätigkeitsfelder finden Sie hier:

■ **Alt und Jung**

Das Familienzentrum „Mikado“ fördert 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 Grundschulkinder 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 bitte bei den

Ansprechpartnerinnen:

Simone Pelzer/Kordula Plancke

Tel.: 0 23 07 / 28 06 33

■ **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, wie viel Zeit er investieren kann.

Ansprechpartnerin Runder Tisch „Kinder im Zentrum“:

Simone Pelzer

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 Wissen der Kriminalprävention und Verkehrssicherheitsarbeit in Vereinen, Seniorenkreisen und bei anderen Gelegen-

heiten weiter zu geben. Ziele sind, 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.

Stadt Bergkamen

Bürgermeisterbüro

Julia Rehers

1. Etage, Zimmer 121

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 2 37

E-Mail: buergermeisterbuero@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 – 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

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

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.



ancos Verlag

www.ancos-verlag.de

ancos|digital

www.ancos-digital.de

stadt-land-klick >

www.stadt-land-klick.de

KOMMUNALE PUBLIKATIONEN

- > Informations- und Imagebroschüren
- > Lebens(t)räume – Das Standortmagazin
- > Ausbildungsmagazin Newcomer
- > Corporate Design / Logo-Entwicklung
- > Online-Publikationen
- > Ausbildungsplattformen

ancos Verlag GmbH

Lange Straße 14 | 49565 Bramsche
Tel. 05461 88266-0 | Fax 05461 88266-11
info@ancos-verlag.de | www.ancos-verlag.de



Marina Rünthe



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. Hierzu aber auch noch

eine Information über die Terminservicestelle Nordrhein-Westfalen.

Gesetzlich krankenversicherte Patienten müssen innerhalb von vier Wochen einen Termin bei einem Facharzt in ihrer Nähe erhalten. Dazu hat der Gesetzgeber die kassenärztliche Vereinigung Nordrhein-Westfalen verpflichtet. An deren „Terminservicestelle“ kann sich nun jeder wenden, der einen schnellen Facharzttermin benötigt und nicht findet.

Innerhalb einer Woche nach der Anfrage eines Versicherten einer gesetzlichen Krankenkasse melden sich die Mitarbeiter der Terminservicestelle mit einem Terminvorschlag zurück. Der Facharzttermin liegt dann höchstens 4 Wochen nach dem ersten Anruf. Die Einrichtung der Terminservicestellen schreibt das Gesetz zur Stärkung der Versorgung in der gesetzlichen Krankenversicherung vor.

Gesetzlich Versicherte können den Service für Termine bei allen Formen fachärztlicher Versorgung nutzen. Dafür ist eine Überweisung vom Hausarzt, die als besonders dringlich gekennzeichnet ist, notwendig. Ausnahmen gelten für Termine beim Augenarzt und Frauenarzt.

Versicherte können die Vermittlung der Terminservicestelle für diese Fachärzte auch ohne Überweisung in Anspruch nehmen.

Terminservicestellen in Nordrhein-Westfalen:

Terminservicestelle Nordrhein

Tel.: 02 11 / 59 70 89 90

Terminservicestelle Westfalen-Lippe

Tel.: 02 31 / 94 32 94 44

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

Ärztehaus Rünthe

**Dr. med. Hermann Bründermann,
Dr. med. Markus Drees,
Dr. med. Carola Bauer,
Anika Beckhove**

Rünther Straße 51, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 10 00

Hausärzte im Prisma

Stefan Haferkamp

**Dr. med. Karen-Ilka Schroeders/
Peter Schumpich**
Geschwister-Scholl-Straße 4
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 55 66

Gesundheitszentrum am Nordberg

**Detlef Kobusch, Maren Herschel,
Christiane Braatz,
Manuela Niggemann-Böbisch**
Präsidentenstraße 38
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 28 50 40

MVZ Königsborn

**Zweigniederlassung Bergkamen
Elena Rahn/
Dr. med. Claudia Hansmann**
Häupenweg 3, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 24 19 25 0

Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Hartwig Heinemann
Luise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 63 26

Dr. Fathi Odeh

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

**Dr. Heinrich Stamm, Magdalena
Cieslak, Agnieszka Job-Wolinska**
Rünther Straße 54
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 31 69

Christine Wloczek

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



Juri Bogdanov

Rotherbachstraße 73
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 9 40 84 35

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

Hatem Al-Safarini

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

Christoph Kwiatkowski

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

Gynäkologen

**Dr. Erol Sevinchan/
Dr. Petra Blanke/
Siham Bouazza**

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
Ebertstraße 6, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 2 08 47 72

Hals-Nasen-Ohren-Ärztin

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

Hautärzte

Dr. Christian Schulz
Geschwister-Scholl-Straße 4
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 75 95

Internisten

**Dr. med. Hermann Bründermann/
Dr. med. Markus Drees/Dr. med.
Carola Bauer / Anika Beckhove**
Rünther Straße 51, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 10 00

Dr. med. Mustafa Söylemez
Bambergstraße 4a
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 80 18

**Dr. Hartwig Heinemann/
Iris Kutscher**
Louise-Schröder-Straße 20
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 63 26

**Detlef Kobusch/Maren Herschel/
Christiane Braatz/
Manuela Niggemann-Böbisch**
Präsidentenstraße 38
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 28 50 40

**Dr. med. Heinrich Stamm/
Magdalena Cieslak/
Agnieszka Job-Wolinska**
Rünther Straße 54
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 89 / 31 69

MVZ Königsborn
Zweigniederlassung Bergkamen
Elena Rahn/

Dr. med. Claudia Hansmann
Häupenweg 3, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 24 19 25 0

Kieferorthopäde

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 54
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

Psychotherapeuten

Dipl.-Psych. Dirk Sebastian
Präsidentenstraße 40a
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 8 30 93

Dipl.-Psych. Benjamin Röttcher
Am Römerberg 33
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 37 89 00 0

Irena Ufnalski
Pommernweg 3, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 9 98 89 86

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

Paul H. Witt

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



Praxis für Sprachtherapie & Rehabilitation

Iris Overhage

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

Termine nach Vereinbarung
– alle Kassen und Privat

Preinstraße 12 / 59192 Bergkamen-Oberaden
Telefon 0 23 06. 99 66 48



Physiotherapie
ANDREAS ZINKE

Werner Straße 150 · 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 - 24 20 39

info@az-physio.de | www.az-physio.de



Praxis für Logopädie
Kreutzer + Genz-Küpper

Heike Genz-Küpper

Staatlich geprüfte Logopädin dbI

Schulstraße 11

59192 Bergkamen

Fon: (02307) 99 47 47

Fax: (02307) 99 47 49



Dr. Rukiye Tekin
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

Sawsan Al-Askary
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

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

Andreas Taege
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 Förderkorb
Detlef Böcker**
Präsidentenstraße 44
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 24 24 88

**Aktiv(er)leben –
Praxis für Ergotherapie Bergkamen**
Zentrumstraße 16, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 99 47 68

Praxis für Ergotherapie Langner
Südliche Lippe Straße 5a
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 9 40 44 96

Physiotherapeuten/ Krankengymnasten und Masseure

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 22
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 6 95 52

Praxis für Physiotherapie Böhm
Jahnstraße 90, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 8 09 09

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

Krankengymnastik Stencel
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 Christoph Knopp
Töddinghauser Straße 150
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 2 60 62 06

Physiotherapie Praxis Bevers
Rathenau Straße 1
Tel.: 0 23 07 / 9 26 44 36

A-Z Physiotherapie Andreas Zinke
Werner Straße 150
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 24 20 39
Tel.: 0 23 07 / 8 45 62

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

**steha med Steffen Hagendorf
Zentrum für Physiotherapie**
Im Sundern 16, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 94 40 30

Heilpraktiker

Heilpraktiker sind medizinisch ausgebildete Heilkundige, die überwiegend nach homöopathischen und naturheilkundlichen Grundsätzen behandeln.

In Bergkamen sind neun Heilpraktiker tätig:

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

Naturheilpraxis Regine Overhage
Preinstraße 10, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 76 48 88 8

Naturheilpraxis Gabriele Skuthan
Zehntacker 24, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 83 81 0

Naturheilpraxis Sylvia Wojkowski
Preinstraße 33, 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 06 / 9 96 64 44

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

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

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

Ulrich Sümper
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.

Jutta Pamp
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 / 3 04 72 33

**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

**Dermesthetique GbR Nadine &
Christoph Kwiatkowski**
Geschwister-Scholl-Straße 4
59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 9 45 57 92

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

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 neun 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.



Platanen-Apotheke
Ihre Apotheke mit ♥ und Verstand
am Nordberg

Präsidentenstraße 45 • 59192 Bergkamen
Telefon: 02307/984 300 • platane@apotheken-happe.de

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-Straße 4
Tel.: 0 23 07 / 9 67 40 01

Öffnungszeiten:

Mo.: 8.00 – 13.00 Uhr
und 14.00 – 19.00 Uhr
Di. und Do.: 8.00 – 13.00 Uhr
und 14.00 – 18.00 Uhr
Mi.: 8.00 – 14.00 Uhr
Fr.: 8.00 – 14.00 Uhr
und 15.00 – 18.00 Uhr
Sa.: 9.00 – 13.00 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

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.: 8.00 – 13.00 Uhr
Mo., Di., Do., Fr.: 14.30 – 18.00 Uhr
Mi.: 14.30 – 17.00 Uhr
Sa.: 8.00 – 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

Susanne Götz

Treffpunkt Gesundheit Schwerte

Kleppingstraße 4, 58239 Schwerte

Tel: 0 23 04 / 2 40 70 - 22

Fax: 0 23 04 / 2 40 70 - 23

E-Mail: susanne.goetz@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.



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 Bauaufsicht, Bauberatung und Bauverwaltung

Ansprechpartner: Michael Werner

6. Etage, Zimmer 615

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 3 41

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.

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

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

Entdecken Sie die **Seniorenbrochüre der Stadt Bergkamen** als multimediales Blättererlebnis zur umweltfreundlichen Auflagenoptimierung auch online unter:



stadt-bergkamen-senioren.ancos-verlag.de

Seniorenzentrum Haus am Nordberg *Pflege, die von Herzen kommt!*

Wir laden Sie herzlich ein, unser Haus und unsere Mitarbeiter kennenzulernen. Vereinbaren Sie einen Termin mit unserem Einrichtungsleiter, Herrn Bernward Bisplinghoff.

**Reichsbund
Freier
Schwestern**
gemeinnützige GmbH

Seniorenzentrum Haus am Nordberg
Albert-Einstein-Str. 2 - 59192 Bergkamen
Tel. 0 23 07 / 940 - 46 0
el-bergkamen@reichsbund-freier-schwestern.de
www.reichsbund-freier-schwestern.de

Wir bieten älteren und jüngeren pflegebedürftigen Menschen ein neues Zuhause mit liebevoller Pflege, Betreuung und Beratung rund um die Uhr.

- Stationäre Pflege
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Betreutes Wohnen
- Hauseigene Küche mit verschiedenen Menüangeboten
- Eigene Cafeteria
- Sinnesgarten
- Großer Saal
- Bewohnerchor & eigene Hausband
- Gymnastikgruppe

Unnaer Kreis-, Bau- und Siedlungsgesellschaft (UKBS)

Friedrich-Ebert-Straße 32, 59425 Unna
E-Mail: info@ukbs.de

Ansprechpartnerin: Melanie Seibt

Tel.: 0 23 03 / 28 27 41

Öffnungszeiten:

Mo. – Do.: 8.00 – 16.00 Uhr

Fr.: 8.00 – 13.00 Uhr

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 Ebertstraße 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 / 96 80 03

Firma Markus Gerold Wohn- und Gewerbebau GmbH

An der Vaerstbrück 1, 59425 Unna

Tel.: 0 23 03 / 2 50 36 28

D & A Immobilienkontor GmbH

Hohenzollernring 5, 50672 Köln

Tel.: 02 21 / 75 99 07 61

E-Mail: h.ast@jpcapital.de

Vivawest Wohnen GmbH

Friedenstraße 17, 44532 Lünen

Tel.: 0 23 06 / 24 04 - 2 68 22

E-Mail: jan.stosch@vivawest.de

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 selbstständige 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 Wohlfahrtsverbänden 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 / 9 40 46 - 0
Träger: Reichsbund Freier Schwestern e.V.

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

3. Barrierefrei Wohnen

Zentrumstraße 14 – 22, 59192 Bergkamen
Tel.: 04 31 / 39 23 02
Service-Anbieter: AuK
Alten- und Krankenpflege Born GmbH
Tel.: 0 23 07 / 21 04 10

Im gesamten Kreis Unna gibt es zahlreiche Einrichtungen, die diese Wohnform anbieten. Die vollständige Liste ist beim Kreis Unna 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.: 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, Kanalstraße 7:

jeden 2. Do. im Monat 10.00 – 12.00 Uhr



5. PFLEGE

5.1. Pflegeversicherung

Die Pflegeversicherung wurde am 1.1.1995 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 Selbstständigkeit 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 selbstständig 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.

Ab dem 1.1.2020 gilt, dass Kinder von Pflegebedürftigen, die „Hilfe zur Pflege“ über das Sozialamt erhalten, erst dann zu Unterhaltsleistungen herangezogen werden,



wenn sie ein jährliches Einkommen von über 100.000,- € haben. Diese Einkommensgrenze gilt sowohl bei stationärer Pflege in einem Pflegeheim, als auch bei Pflege im häuslichen Bereich, wenn das eigene Einkommen der Betroffenen dafür nicht ausreicht.

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-



**TAGESPFLEGE
BERGKAMEN**

In unserer Tagespflege werden überwiegend ältere Menschen betreut, die noch allein oder mit Unterstützung in der eigenen Wohnung oder in der Familie leben, aber die Anforderungen des Alltages aus eigener Kraft nicht vollumfänglich bewältigen. Unser gemeinsames Ziel ist die Erhaltung oder Wiedergewinnung weitgehender Selbständigkeit:

- begegnen und in Beziehung treten
- erhalten, fördern und befähigen
- und dabei im Interesse der Tagesgäste zu handeln
- für eine fördernde und beschützende Umgebung zu sorgen
- individuell beraten und anleiten.

KONTAKT:

Jahnstraße 19
59192 Bergkamen
Telefon: 02306.9125 775
Fax: 02306.9125 593

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 selbstständiger 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 Selbstständigkeit“

■ **Pflegegrad 2**

„Erhebliche Beeinträchtigung der Selbstständigkeit“

■ **Pflegegrad 3**

„Schwere Beeinträchtigung der Selbstständigkeit“

■ **Pflegegrad 4**

„Schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit“

■ **Pflegegrad 5**

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

Nach Zuerkennung einer Pflegestufe können Sie wählen, ob Sie Pflegegeld oder Pflegesachleistungen in Anspruch nehmen möchten. Wenn Sie eine private Pflegeperson, beispielsweise ein Familienmitglied haben, die die Pflege für Sie übernimmt, können Sie sich ein Pflegegeld von der Pflegekasse auszahlen lassen (vgl. gelber Kasten). Alternativ können Sie einen ambulanten Pflegedienst (siehe Kapitel 5.5) beauftragen, für den Ihnen dann sogenannte Pflegesachleistungen gewährt werden (vgl. gelber Kasten). Hierbei wird von der Pflegekasse direkt mit dem Pflegedienst abgerechnet. Beide Möglichkeiten können auch miteinander kombiniert werden, wenn beispielsweise ein Familienmitglied nur einen Teil der Pflege übernimmt, andere Aufgaben ein Pflegedienst (sogenannte Kombileistung).

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 wohnumfeld-

verbessernde 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 pflegeleichternd 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.

Pflegehilfsmittel sind Geräte und Sachmittel, die zur Erleichterung der häuslichen Pflege oder zur Linderung der Beschwerden der Pflegebedürftigen beitragen oder den Pflegebedürftigen eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen. Pflegebedürftige haben Anspruch auf Versorgung mit Pflegehilfsmitteln im Rahmen der Pflegeversicherung, soweit die Hilfsmittel nicht wegen Krankheit oder Behinderung von der Krankenversicherung oder anderen zuständigen Leistungsträgern zu leisten sind. Die Pflegeversicherung unterscheidet zwischen:



- technischen Pflegehilfsmitteln, wie beispielsweise einem Pflegebett, Lagerungshilfen oder einem Notrufsystem,
- zum Verbrauch bestimmten Pflegehilfsmitteln, wie zum Beispiel Einmalhandschuhen oder Bettelagen.

Das Pflegehilfsmittel-Verzeichnis gibt eine Orientierung, welche Pflegehilfsmittel im Rahmen der Pflegeversicherung zur Verfügung gestellt beziehungsweise leihweise überlassen werden können. Zu den Kosten für technische Pflegehilfsmittel müssen Pflegebedürftige ab dem 18. Lebensjahr einen Eigenanteil von 10 %, maximal jedoch 25,- € je Pflegehilfsmittel, zuzahlen. Größere technische Pflegehilfsmittel werden oft leihweise überlassen, sodass eine Zuzahlung entfällt.

Die Kosten für zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel werden bis zu 40,- € pro Monat von der Pflegekasse erstattet.

Pflegegradrechner sind im Internet kostenlos verfügbar und können eine grobe Orientierung bieten, 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,- €	125,- €	125,- €	125,- €	125,- €
Pflege-Verbrauchsmittel § 40 II SGB XI	40,- €	40,- €	40,- €	40,- €	40,- €
Pflegegeld § 37 SGB XI		316,- €	545,- €	728,- €	901,- €
Pflegesachleistungen § 36 SGB XI		689,- €	1.298,- €	1.612,- €	1.995,- €
Verhinderungspflege § 39 SGB XI		1.612,- €	1.612,- €	1.612,- €	1.612,- €
Kurzzeitpflege § 42 SGB XI	(2)	1.612,- €	1.612,- €	1.612,- €	1.612,- €
Tagespflege § 41 SGB XI	(2)	689,- €	1.298,- €	1.612,- €	1.995,- €
Stationäre Pflege § 43 SGB XI	(2)	770,- €	1.262,- €	1.775,- €	2.005,- €
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen § 40 IV SGB XI	4.000,- €	4.000,- €	4.000,- €	4.000,- €	4.000,- €

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

5.4. Vereinbarkeit von Pflege und Beruf

Pflegezeit und Familienpflegezeit – Möglichkeiten für pflegende Angehörige

Eine gelungene Vereinbarkeit von häuslicher Pflege und Berufstätigkeit liegt sowohl im Interesse der pflegenden Beschäftigten, als auch bei deren Arbeitgeber. Die Beschäftigten möchten unter Beibehaltung ihrer Gesundheit und Lebensqualität den Anforderungen aus beiden Bereichen ihres Lebens gerecht werden. Arbeitgeber möchten trotz schwieriger, privater Situationen, qualifizierte, motivierte und leistungsfähige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter behalten. Die gesetzlichen Regelungen des Pflegezeitgesetzes (PflegeZG) und des Familienpflegezeitgesetzes (FPfZG) gelten seit dem 1.1.2015.

Für wen kann ich eine Pflegezeit beantragen?

Als nahe Angehörige nach dem Pflegezeitgesetz und dem Familienpflegezeitgesetz gelten:

- Großeltern, Eltern, Schwiegereltern, Stiefeltern,
- Ehegatten, Lebenspartner, Partner einer eheähnlichen oder lebenspartnerschaftsähnlichen Gemeinschaft,
- Geschwister, Ehegatten der Geschwister und Geschwister der Ehegatten, Lebenspartner der Geschwister und Geschwister der Lebenspartner,
- Kinder, Adoptiv- oder Pflegekinder, die Kinder, Adoptiv- oder Pflegekinder des Ehegatten oder Lebenspartners, Schwiegerkinder und Enkelkinder.

Kündigungsschutz

Sobald Sie Ihrem Arbeitgeber eine Freistellung nach dem Pflege- bzw. Familienpflegezeitgesetz melden, können Sie nicht mehr gekündigt werden. Der Kündigungsschutz beginnt allerdings frühestens 12 Wochen vor dem angekündigten Termin. Er endet gleichzeitig mit dem Ende der Auszeit. Die meisten pflegenden und berufstätigen Angehörigen brauchen vor allem mehr zeitliche Flexibilität. Die Gesetze zur besseren Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf schaffen individuelle Rahmenbedingungen für unterschiedliche Pflegesituationen:

■ Kurzzeitige Arbeitsverhinderung von bis zu 10 Arbeitstagen

(§ 2 PflegeZG, § 44 SGB XI)

Angehörige haben die Möglichkeit, bis zu zehn Arbeitstage der Arbeit fernzubleiben, um in einer akuten Pflegesituation eine bedarfsgerechte Pflege zu organisieren oder eine pflegerische Versorgung in dieser Zeit sicherzustellen. Beschäftigte sind verpflichtet, dem Arbeitgeber ihre Verhinderung an der Arbeitsleistung und deren voraussichtliche Dauer unverzüglich mitzuteilen. Für die Inanspruchnahme der kurzzeitigen Arbeitsverhinderung braucht noch kein Pflegegrad festgestellt worden zu sein, jedoch muss eine Pflegebedürftigkeit vorliegen, die mindestens dem Pflegegrad 1 entspricht.

Diese Regelungen gelten gegenüber allen Arbeitgebern, unabhängig von der Größe des Unternehmens. Für diese Freistellung kann eine Lohnersatzleistung – das Pflegeunterstützungsgeld – beantragt werden. Dieser Antrag ist unverzüglich zu stellen und wird von der Pflegekasse oder dem Versicherungsunternehmen des pflegebedürftigen nahen Angehörigen gewährt.

Das **Pflegeunterstützungsgeld** gibt Familien eine finanzielle Sicherheit, so dass sie sich im Akutfall ohne große Einkommensverluste um ihre pflegebedürftigen Angehörigen kümmern können. Für die kurzzeitige Arbeitsverhinderung muss keine Ankündigungsfrist beim Arbeitgeber eingehalten werden und sie gilt unabhängig von der Betriebsgröße.

■ Pflegezeit – Freistellung bis zu sechs Monate

(§ 3 PflegeZG)

Mit der Pflegezeit können sich Beschäftigte bis zu sechs Monate vollständig oder teilweise von der Arbeit freistellen lassen. Die Pflegezeit kann für pflegebedürftige nahe Angehörige mit mindestens Pflegegrad 1 in Anspruch genommen werden, wenn die Pflege in häuslicher Umgebung stattfindet. Für diese Zeit besteht die Möglichkeit, ein zinsloses Darlehen beim Bundesamt für Familie und zivil-

gesellschaftliche Aufgaben zu beantragen. Das Darlehen mindert den Einkommensverlust. Das Darlehen beantragen Sie beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA). Es wird in monatlichen Raten ausbezahlt und nach dem Ende der Pflegezeit muss es ebenfalls in Raten wieder zurückgezahlt werden.

In besonderen Situationen greifen Härtefallregelungen. Es besteht kein Rechtsanspruch gegenüber Arbeitgebern mit 15 oder weniger Beschäftigten. Die Pflegezeit muss dem Arbeitgeber spätestens zehn Arbeitstage vorher angekündigt werden.

■ **Pflegezeit – Begleitung in der letzten Lebensphase bis zu drei Monate**

Sie können eine bis zu dreimonatige vollständige oder teilweise Auszeit nehmen, um einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen in der letzten Lebensphase zu begleiten.

Angehörige haben einen Rechtsanspruch darauf, in der letzten Lebensphase eines nahen Angehörigen drei Monate lang weniger zu arbeiten oder auch ganz auszusetzen. Sie können somit Ihrem Angehörigen auf seinem letzten Weg beistehen, auch wenn sich der nahe Angehörige in einem Hospiz befindet. Ein Pflegegrad ist nicht erforderlich. Die vorgenannten Regelungen zum Darlehen und Arbeitgeber gelten hier ebenso.

■ **Familienpflegezeit – Freistellung bis zu 24 Monate (§§ 2 und 3 FPfZG)**

Mit der Familienpflegezeit können sich Beschäftigte bis zu 24 Monate teilweise von der Arbeit freistellen lassen, wenn sie einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen in häuslicher Umgebung pflegen. Die Familienpflegezeit kann für pflegebedürftige nahe Angehörige mit mindestens Pflegegrad 1 in Anspruch genommen werden, wenn die Pflege in häuslicher Umgebung stattfindet und die Arbeitszeit mindestens 15 Stunden pro Woche beträgt.

Durch die Mindestarbeitszeit von 15 Wochenstunden in der Familienpflegezeit soll vermieden werden, dass Beschäftigte ihre Tätigkeit wegen der Pflege ganz aufgeben. Mit dem so genannten „Blockmodell“ der Familienpflegezeit können Beschäftigte ihre Arbeitszeit flexibel aufteilen. Die Mindestarbeitszeit von 15 Stunden gilt im Jahresdurchschnitt. Die konkrete Ausgestaltung und Aufteilung kann an die Bedürfnisse der Beschäftigten und ihrer pflegebedürftigen Angehörigen angepasst werden.

Ein zinsloses Darlehen des Bundesamts für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) soll den Lohnverlust auch während der Familienpflegezeit mindern. Das Darlehen wird hier ebenfalls in monatlichen Raten ausbezahlt und direkt beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) beantragt. Nach Ende der Familienpflegezeit müssen Sie es ebenfalls in Raten wieder zurückzahlen. Auch hier gibt es situationsabhängig Härtefallregelungen.

Es besteht kein Rechtsanspruch gegenüber Arbeitgebern mit 25 oder weniger Beschäftigten. Auszubildende werden nicht in die Mitarbeiterzahl mit eingerechnet. Die Familienpflegezeit muss dem Arbeitgeber mindestens acht Wochen vorher angekündigt werden.

Detaillierte Informationen können Sie in der Broschüre „Bessere Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend nachlesen. Es gibt sie zum Herunterladen, Vorlesen oder zum Bestellen auf der Homepage www.bmfsfj.de. Musteranträge und -formulare zum Ausdrucken und Ausfüllen finden Sie auf der Internetseite www.wege-zur-pflege.de

5.5. 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 achten, 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

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

Reckhof 22, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 2 24 96

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

Nordring 34a, 33, 59423 Unna

Tel.: 0 23 03 / 58 88 50

E-Mail: info@pertheswerk.de

Die Pflegeprofis Sommer GmbH

Landwehrstraße 19, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 98 44 44

E-Mail: info@die-pflegeprofis.de

Gerdas Pflegedienst

Hafenstraße 14, 59067 Hamm

Tel.: 0 23 81 / 8 71 07 80

E-Mail: info@gerdas-pflegedienst.de

Gesundheitspartner Bergkamen GmbH

Am Römerberg 32, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 06 / 8 49 87 10

E-Mail: verwaltung@gesundheitspartner-bergkamen.de

Häuslicher Pflegedienst Vögeding GmbH

Lessingstraße 108, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 8 00 86

E-Mail: info@pflegedienst-voegeding.de

Pflegedienst GlückAuf

Birkenweg 2, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 28 00 22

E-Mail: pflegedienst-glueckauf@web.de

Pflege-Engel im Einsatz

Gettler & McGonagle GbR

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

Pflegebüro Bahrenberg Hamm GmbH

Servicestelle: Unnaer Straße 20, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 79 70 29

E-Mail: natalia.riebel@pflegebuero.com

Seniorenbetreuung

Home Instead

Kamener Straße 62, 59425 Unna

Tel.: 0 23 03 / 9 52 44 55

5.6. Pflege-Wohngemeinschaften

Grundsätzlich gibt es zwei verschiedene Formen der Pflege-Wohngemeinschaften: Die 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“

Werner Straße 110

Pflege-Anbieter: Pflegedienst Kaluza

Tel.: 0 23 07 / 28 87 50



Motoryachten in der Marina Rünthe

Die Pflegeprofis

Aggi Sommer, Barbara Sommer – Geschäftsleitung

Die Pflegeprofis Sommer GmbH

Landwehrstraße 19 • 59192 Bergkamen

Telefon 0 23 07 - 98 44 44 • Telefax 0 23 07 - 98 44 45

info@die-pflegeprofis.de • www.die-pflegeprofis.de

Wir, Aggi Sommer und Barbara Sommer, haben den Pflegedienst „Die Pflegeprofis“ am 1. Mai 2016 übernommen. Der Pflegedienst wurde vor über 20 Jahren eröffnet und begann mit nur einem Patienten. Es entstand ein kleiner Familienbetrieb, dessen Ziel es war, Menschen bestmöglich auf physischer, aber auch speziell auf seelischer Ebene nach ihren ganz individuellen Bedürfnissen zu versorgen.

Unser Pflegeteam ist nicht nur fachlich hervorragend ausgebildet, sondern sieht sich besonders auf menschlicher Ebene in der Verantwortung für unsere Kunden. Mit ehrlicher Annahme, viel Verständnis und menschlichem Füreinander, haben wir gelernt zuzuhören und uns wahrhaftig auf unsere Kunden einzulassen.

Das Vertrauen der zu pflegenden Kunden und ihrer Angehörigen ist uns sehr wichtig. Wir haben den Anspruch, jedem Menschen mit Wahrhaftigkeit, Wertschätzung und Achtung zu begegnen. Wir möchten, soweit es in unserer Macht steht, Hilfestellung leisten und ein vertrauenswürdig Partner in der Versorgung unserer Kunden sein.

Wir bieten folgende Dienstleistungen an:

- › Grundpflege
- › Körperpflege
- › Mobilisation
- › Prophylaxen
- › Behandlungspflege
- › Verabreichung von Medikamenten und Injektionen gemäß der ärztlichen Verordnung
- › Stoma- und Katheterversorgung
- › Überwachung der Vitalwerte
- › Blutzuckerüberwachung
- › Wundversorgung
- › Versorgung nach stationären Aufenthalten
- › Betreuungsleistungen
- › Haushaltsversorgung
- › Verhinderungspflege
- › Beratungsgespräche nach § 37.3
- › Unterstützung bei der Beschaffung von Hilfsmitteln
- › Unterstützung bei Antragsstellungen
- › Vermitteln von „Essen auf Rädern“, Krankengymnastik und Fußpflege und Weiteres
- › Kostenlose Beratung

Öffnungszeiten des Büros:



Montag bis Donnerstag von 8:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Freitag von 8:00 Uhr bis 14:00 Uhr
Individuelle Termine nach Vereinbarung
24 Stunden erreichbar

Unser Pflegedienst liegt zentral an der Kreuzung Bambergstraße, Landwehrstraße in Bergkamen. Öffentliche Parkplätze sind vor dem Büro vorhanden.



5.7. Wohngemeinschaften für intensivpflegebedürftige und beatmungspflichtige Menschen

Die Aufnahmebedingungen zur außerklinischen Intensivpflege ist die Anlage eines Tracheostomas, ein hoher Absaugbedarf oder die invasive und nicht invasive Beatmung. Insgesamt werden 22 Betten in zwei Wohngemeinschaften angeboten.

Intensiv-Wohngemeinschaft

Marktstraße 1, 59192 Bergkamen

Intensiv-Wohngemeinschaft

Jahnstraße 17 – 19, 59192 Bergkamen

Anbieter *AERO Pflegedienst GmbH*

Tel.: 0 23 06 / 8 49 21 70

Internet: www.aero-pflegedienst.de

5.8. 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 / 2 72 00 20

(bundesweit gebührenfrei)

Beratungszeiten:

Mo. – Fr.: 9.00 – 12.30 Uhr

Do.: 14.00 – 17.00 Uhr

Sprechstunde in Bergkamen:

Rathaus, Raum 600

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

jeden 3. Donnerstag im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr

Haus der Mitte, Kanalstraße 7

jeden 2. Donnerstag im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr

5.9. 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.

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

5.10. 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.

Urlaub mit den Pflegenden

Für Pflegende 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 bei der Pflegeberatung des Kreises Unna.

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: Stabsstelle „Soziale Inklusion und Seniorenarbeit“ der Stadt Bergkamen – Thomas Lackmann, Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 33

Kamen:

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

jeden 3. Donnerstag im Monat von 18.30 – 20.00 Uhr in der Nebenstelle der Südschule Heiliger Geist St. Josef Schwesterngang 8, 59174 Kamen
Ansprechpartnerin: Margret Voß
Tel.: 0 23 03 / 27 28 29

Werne:

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige Katholisches Klinikum Lünen-Werne GmbH

Standort: St. Christophorus-Krankenhaus
jeweils letzter Mittwoch im Monat, 17.00 Uhr
Besprechungsraum, Station 4A
Am See 1, 59368 Werne
Ansprechpartnerin: Margarete Krabbe
Tel.: 0 23 89 / 7 87 - 11 90

5.11. 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.

Die **Tagespflege Haus am Nordberg** bietet 16 Tagespflegeplätze von montags bis freitags in der Zeit von 8.00 – 17.00 Uhr an. Für den Hin- und Rückweg steht ein Fahrdienst zur Verfügung. In der Einrichtung werden die Tagesgäste durch Fachpersonal betreut und pflegerisch versorgt. Aktivierende, kreative, kulturelle Angebote und

altersgerechte Bewegungsübungen werden täglich angeboten.

Monatlich bildet ein Motto die thematische Grundlage für die Angebote und Therapien. Es gibt regelmäßige Musikveranstaltungen und Gymnastikangebote. Die gesamte Infrastruktur wie z. B. der beschützte Garten, Therapie- raum, großer Saal stehen bei Bedarf für die Tagesgruppen ebenfalls zur Verfügung. Die hauseigene Küche versorgt die Gäste mit drei Mahlzeiten (Frühstück, Mittagessen und Kaffee mit Kuchen). Zu einem kostenlosen Schnup- peritag laden wir sie herzlich ein.

Tagespflege Haus am Nordberg

Albert-Einstein-Straße 2, 59192 Bergkamen
Ansprechpartnerin: Frau Nicol Adamczyk
Tel.: 0 23 07 / 94 04 6 21

Die ebenerdigen Räume der **Tagespflege Alegria** bieten einen Aufenthaltsraum, eine Therapieküche, einen Werk- raum, Ruhezimmer mit Liegesesseln auf 340 qm. Monat- lich wird ein Betreuungs- und Beschäftigungsprogramm erarbeitet. Auf Wunsch und nach Bedarf ist eine Einzelbe- treuung möglich. Die Inanspruchnahme eines Fahrdien- stes ist ebenfalls möglich.

Tagespflege Alegria

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

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 pflegen- den Angehörigen.

Die Pflegekasse übernimmt die pflegebedingten Auf- wendungen, die Aufwendungen der sozialen Betreuung

sowie die Aufwendungen für Leistungen der medizini- schen Behandlungspflege bis zu dem Gesamtbetrag von 1.612,- € im Kalenderjahr. Dabei ist der Anspruch auf Kurzzeitpflege auf acht Wochen pro Kalenderjahr be- schränkt. Kurzzeitpflegeeinrichtungen gibt es in Bergka- men nicht. Die zum Schluss aufgelisteten Pflegeheime bieten aber sogenannte „eingestreute“ Kurzzeitpflege- plätze an. Das heißt, nur wenn in diesen stationären Pfl- egeeinrichtungen Plätze frei sind, besteht die Möglichkeit eines Kurzzeitpflegeplatzes.

5.12. Stationäre Pflege

Stationäre Pflege ist die Pflege in Pflegeheimen. Pfl- egeheime 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 Pfl- egebedürftigen 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,- € bei Einzel- personen, bei zusammenlebenden Paaren bei 15.000,- €. 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 Pflegegeldes 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

Überprüfung der Heimnotwendigkeit bei Pflegegrad 2 und 3

Durch die hohen Kosten, die mit einem Heimaufenthalt verbunden sind, sind viele Menschen nicht in der Lage, die Pflege im Heim dauerhaft aus eigenem Einkommen zu finanzieren. In der Regel ist bereits nach kurzer Zeit das vorhandene Vermögen aufgebraucht, sodass dann Pflegegeld und/oder Sozialhilfe gewährt werden müssen. Die Pflegekasse entscheidet nicht über die Notwendigkeit einer stationären Heimunterbringung, dies obliegt dem Sozialhilfeträger, sofern die Kosten der stationären Unterbringung nicht dauerhaft selbst getragen werden können.

Bei Personen, die dem Pflegegrad 2 oder 3 zugeordnet sind, ist vor Aufnahme in eine stationäre Einrichtung ein Fallmanagement und Pflegeassessment mit Hilfe übergreifender Beratung und passgenauem Versorgungsplan verpflichtend. Diese Personen sollten sich daher – sofern die Finanzierung der Heimkosten nicht auf Dauer sichergestellt ist – bereits im Vorfeld ihrer Heimaufnahme an das Fallmanagement des Kreises Unna wenden, damit Alternativen zur Heimunterbringung geprüft werden kön-

nen. Andernfalls laufen sie Gefahr, dass ihr Sozialhilfeantrag trotz möglicherweise bereits erfolgter Heimaufnahme abgelehnt wird. Es wird empfohlen, dass die Pflegebedürftigen bzw. Angehörige oder Betreuer zeitnah Kontakt zum Fallmanagement des Kreises Unna aufnehmen. Eine rechtzeitige Feststellung der Heimnotwendigkeit durch den Sozialhilfeträger ist auch für Sie von Vorteil, da Sie Rechtssicherheit hinsichtlich der Kostenübernahme durch den Sozialhilfeträger erhalten können. Bis zur Feststellung der Heimnotwendigkeit sollten Sie sicherstellen, dass Sie in Ihre Wohnung zurückkehren können.

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

Kreis Unna – Der Landrat

Pflegemanagement: Frau Gehring
Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna
Tel.: 0 23 03 / 27 - 20 56

Stationäre Pflegeeinrichtungen in Bergkamen

Seniorenstift Haus an der Landwehr

Betreiber: MSD GmbH

Stationäre Pflegeplätze: 19
Eingestreuete 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 Betreuungsangebote 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

Betreiber: AdvoMedica GmbH & Co. KG

Dr. Michael Schmidt

Stationäre Pflegeplätze: 60

Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: 5

Tagespflegeplätze: –

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 42 Einzelzimmer und 9 Doppelzimmer verfügen über ein behinderten- und rollstuhlgerichtetes 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: –

Einrichtungsleiterin: 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 40 Einzelzimmer und 8 Doppelzimmer mit freundlicher, moderner und altersgerechter Ausstattung. Mehrere Gemeinschaftsräume, eine „Gute Stube“ sowie ein gemütlicher Garten laden zu geselligen Beisammensein und Gesprächen ein. „Alle Zimmer besitzen ein Telefon- und Fernsehanschluss.“ Das Haus Rünthe verfügt über eine hauseigene Küche, die die Heimbewohner mit vier Mahlzeiten täglich versorgt. Ein Friseursalon sowie eine Apotheke befinden sich im Erdgeschoss.

AWO Hermann-Görlitz-Seniorenzentrum

Stationäre Pflegeplätze: 142

Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: 10

Tagespflegeplätze: –

Einrichtungsleiter: 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 106 Einzel- und 18 Zweibettzimmer, zum Teil mit Balkon oder Terrasse. Ausgestattet sind diese Zimmer neben Pflegebett, Nachttisch, Wandschrank, Tisch und Stühlen mit seniorenrechtlichen 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: 100
 Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: ja
 Tagespflegeplätze: 16
Einrichtungsleiter: Berward Bisplinghoff
 Albert-Einstein-Straße 2, 59192 Bergkamen
 Tel.: 0 23 07 / 9 40 46 - 0 (Seniorenzentrum)
 Fax: 0 23 07 / 9 40 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 über 100 Pflegeplätze und 27 Wohnungen des betreuten Wohnens. Auf drei Wohnebenen gibt es 68 Einzel- und 16 Doppelzimmer. Zu dem Haus gehören ein geschützter Therapiegarten, ein eigener Friseursalon, ein großer Veranstaltungssaal, Therapieräume und eine von Ehrenamtlichen betriebene Cafeteria. Auf dem großzügigen Gelände, mit viel Garten besteht direkter Kontakt zur Fußgängerzone mit Geschäften Ärzten und Therapeuten. Rund um das Haus gibt es genügend hauseigene Parkplätze. Alle Zimmer sind barrierefrei und mit Bad ausgestattet. Eigene Möbel können mitgebracht werden. Die Betreuung der Bewohner erfolgt durch ganzheitliche und aktivierende Pflege. Musiktherapie, Tierbesuchsdienst, eigener Chor und viele Veranstaltungen werden geboten.

Die hauseigene Küche versorgt die Bewohner mit täglich fünf, teilweise sechs Mahlzeiten.

Comunita Seniorenhaus Sophia

Stationäre Pflegeplätze: 80
 Eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze: ja
 Tagespflegeplätze: –

Einrichtungsleiterin: 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 befinden 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.

Rechtsberatung zu Pflege- und Heimrecht

Der BIVA-Pflegeschatzbund vertritt seit 1974 die Interessen von Menschen, die Hilfe oder Pflege benötigen und daher in betreuten Wohnformen leben. Er setzt sich für die Stärkung der Rechte von Bewohnerinnen und Bewohnern aller Heimarten und Wohnformen ein und kämpft erfolgreich für Menschenwürde und Selbstbestimmtheit im Alter bei Behinderung. Der BIVA-Pflegeschatzbund ist unabhängig und gemeinnützig. Er bietet auch Angehörigen

Rat und Information in schwierigen Situationen bei Pflege und Betreuung.

Beratung:

Mo. – Do.: 9.00 – 12.00 Uhr
Mo. und Mi.: 13.00 – 15.00 Uhr
Tel.: 02 28 / 90 90 48 44

5.13. Heimaufsicht

Die Heimaufsicht ist verantwortlich für die Umsetzung des Wohn- und Teilhabegesetzes NRW (WTG). Sie prüft die Qualität in den Betreuungseinrichtungen zum Schutz der älteren Menschen, Volljährigen mit Behinderung und pflegebedürftiger Volljähriger in den kreisangehörigen Städten und Gemeinden. Zu ihren Aufgaben gehören unangekündigte Überprüfungen, Bearbeitung von Beschwerden und Beratung der Einrichtung bei festgestellten Mängeln. Die WTG-Behörde für Bergkamen ist der

Kreis Unna

Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna
Ansprechpartnerin: Alexandra Paschedag
Mo. – Do.: 8.00 Uhr – 16.30 Uhr
Fr.: 8.00 Uhr – 12.30 Uhr
Tel.: 0 23 03 / 27 12 50

5.14. Ombudsperson in der Pflege

Ombudspersonen vermitteln und schlichten bei Problemen zwischen Anbietern von Pflegedienstleistungen, den Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen. Sie sollen möglichst gute und unkomplizierte Lösungen für Probleme, Sorgen und Nöte finden.

Nicht in den Aufgabenbereich der Ombudsperson gehören Angelegenheiten, die sich explizit aus einer öffentlich-rechtlichen Beziehung zwischen der Nutzerin bzw. dem Nutzer und dem Träger der Pflegeversicherung (SGB XI) und dem Grundsicherungsträger (SGB XII) ergeben.

Ansprechpartner: Jürgen Stefan

für den Nordkreis
(Bergkamen, Kamen, Lünen, Selm, Werne)
Tel.: 01 51 / 23 47 58 61
E-Mail: OMB-Nord@Kreis-Unna.de

5.15. 24-Stunden-Pflege zu Hause

Vermittlungsagenturen bieten den Einsatz von Haushalts- und Betreuungskräften aus dem Ausland unter diesem Titel an. Der verwendete Begriff „24-Stunden-Pflege“ ist irreführend, denn es handelt sich meistens weder um eine fachlich-professionelle Pflege noch um eine Leistung rund um die Uhr. Die Kosten für die passende Betreuungskraft sind von vielen Faktoren abhängig und orientieren sich an den individuellen Anforderungen und Wünschen. Oft ist zusätzlich die Unterstützung eines ambulanten Pflegedienstes nötig. Es gibt keine Leistung der Pflegekasse, die speziell auf die häusliche „24-Stunden-Betreuung“ zugeschnitten ist. Es ist zwar möglich, das Pflegegeld dafür einzusetzen, doch in der Regel muss die pflegebedürftige Person den Großteil der Kosten selbst tragen.

Prüfen Sie unbedingt

- ob Haus oder Wohnung für die Aufnahme einer Betreuungskraft geeignet ist
- ob es sich bei der Betreuungskraft pflegerische Tätigkeiten professionell leisten kann oder nur die sog. Laienpflege durchgeführt werden kann
- welche Sprachkenntnisse Sie von der Betreuungskraft erwarten
- die gegenseitigen Erwartungen, damit es nicht zu Konflikten kommt

Ausführliche Informationen bietet die Verbraucherzentrale im Internet: www.pflegevertraege.de oder über das Info-Telefon 0 30 / 54 44 59 68 (Ortstarif). Es ist montags und dienstags von 10.00 – 14.00 Uhr, mittwochs von 14.00 – 18.00 Uhr besetzt. Eine rechtliche Beratung findet nicht statt.

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.
- AWO Hermann-Görlitz-Seniorenzentrum
- AWO UB Ruhr-Lippe-Ems Bereich Pflege
- Betreuungsstelle Kreis Unna
- Betreuungsverein Diakonie Ruhr Hellweg e. V.
- Bestattungsinstitut Schäfer GmbH
- Caritas Sozialstation
- Compass Private Pflegeberatung GmbH
- Diakonie Ruhr-Hellweg
- Die Pflegeprofis Sommer GmbH
- Ev. Martin-Luther-Kirche, Fachausschuss
- Home Instead-Seniorenbetreuung
- Kamener Hospiz e. V.
- Kath. Kirchengemeinde St. Elisabeth

- Kath. Kirchengemeinde St. Michael
- LWL-Tagesklinik Bergkamen
- Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna
- Physiotherapieschule Bergkamen
- PsychoSoziale Beratung Kreis Unna
- Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz
- Stadt Bergkamen,
Stabsstelle Soziale Inklusion und Seniorenarbeit
- Seniorenglück Haus Rünthe
- Seniorenhaus Sophia
- Seniorenstift Haus an der Landwehr
- Seniorenstift Haus Lessing
- Seniorenzentrum Haus am Nordberg
- Stadtbibliothek Bergkamen
- St. Barbara Apotheke
- Tagespflege Haus am Nordberg
- Vorsitzende des Ausschusses für Arbeit,
Soziales, Inklusion und Familie

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 Martina Fuchs

Tel.: 0 23 03 / 2 50 24 - 6 30

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

- Gerdas Pflegedienst bietet ebenfalls mit freiwilligen Demenzbegleiter*innen 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 – 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.
- In Bergkamen-Mitte wird eine Betreuungsgruppe zur Entlastung der pflegenden Angehörigen von demenziell Erkrankten im AWO Hermann-Görlitz-Seniorenzentrum, Marie-Juchacz-Straße 1, bei Bedarf angeboten. Informationen erhalten Sie beim Einrichtungsleiter, **Ludger Moor**, Tel.: 0 23 07 / 8 20 90.

Gesprächsgruppe „Pflegende Angehörige“ :

- Jeden letzten Montag im Monat treffen sich Angehörige von Demenzerkrankten oder Pflegebedürftigen zum Erfahrungsaustausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Das Treffen findet im „Haus am Nordberg“, Albert-Einstein-Straße 2 von 15.00 – 16.30 Uhr statt. Die Teilnahme ist kostenlos. Informationen erhalten Sie bei der Stadt Bergkamen, Stabsstelle Soziale Inklusion und Seniorenarbeit, Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 33.

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 1.1.2005 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 5.000,- € bei Alleinstehenden bzw. 10.000,- € 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.

Stadt Bergkamen
Bürgerdienste, Ordnung und Soziales
Grundsicherung

*Frau Debus / Frau Michels / Herr Herdring /
Herr Vonhoff*

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

Beispielrechnung:

Alleinstehende Person, 67 Jahre, Miete inkl. Nebenkosten
356,- €, Heizkosten 83,- €, Altersrente netto 642,- €

Regelbedarfsstufe 1 (alleinstehende Person)	446,- €
Kosten der Unterkunft	370,50 €
Heizkosten	83,- €
Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung (über den Rententräger)	-
Mehrbedarfe (individuell festzustellen)	-
Summe Bedarf	899,50 €
abzüglich Netto-Renteneinkommen	642,- €
Grundsicherungsbedarf	257,50 €

(Rechtsstand Januar 2021)

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).

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 892,- € (zweifacher Eckregelsatz)
- den Kosten der Unterkunft (in einem angemessenen Umfang) und
- einem Familienzuschlag in Höhe von 312,20 € (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)

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:

Pflegemanagement des Kreises Unna

Tel.: 0 23 03 / 27 - 0
Fax: 0 23 03 / 27 - 55 55
E-Mail: fallmanagement-sgb12@kreis-unna.de

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.

Stadt Bergkamen Bürgerdienste, Ordnung und Soziales 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).

Stadt Bergkamen – Bürgerbüro

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 - 69 56

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.

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 neun 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 % beantragen.

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 % beträgt oder bei denen anderweitige gleichgewichtige Störungen des Sehvermögens (z. B. Gesicht-

feldeinschränkungen) 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 1.7.2008 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.

Stadt Bergkamen – Bürgerdienste, Ordnung und Soziales
Ansprechpartner: Ralph Klose, 3. Etage, Zimmer 318
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 1.12.2008 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 33,10 € (Stand 1.8.2019) für das gesamte Kreisgebiet. Alternativ kann ein Sozialticket für das Stadtgebiet Bergkamen beantragt werden. Dieses kostet monatlich 20,45 € (Stand 1.8.2019). 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 / 91 22 10

DasDies Service GmbH

Fahrdienst für Menschen mit Behinderung

Tel.: 0 23 07 / 4 34 51

Wer kann den Behindertenfahrdienst nutzen?

- Rollstuhlfahrer/innen
- Personen im Besitz des Schwerbehindertenausweises mit dem Vermerk „aG“ (außergewöhnlich gehbehindert)
- Personen im Besitz des Schwerbehindertenausweises mit dem Vermerk „H“ (hilflos)
- mit Wohnsitz in Unna

Die Preise betragen bei Redaktionsschluss 1,70 € pro gefahrenen Kilometer zuzüglich 2,90 € Anfahrtspauschale für Menschen mit Behinderung. Bei Fahrten zu entfernten Zielen ist es empfehlenswert einen Kostenvoranschlag einzuholen. Um sicher zu gehen, dass der Fahrdienst zur Verfügung steht, sollte spätestens drei Tage vor dem gewünschten Fahrtermin eine Terminabsprache erfolgen.

Von der Kilometerpauschale befreit sind für 400 Beförderungskilometer jährlich Teilnehmer, die laufende Hilfe zum Lebensunterhalt beziehen oder deren Lebensunterhalt im Rahmen der Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung oder sichergestellt wird. Die pro Fahrt erhobene Anfahrtpauschale von 2,90 € ist auch von diesem Personenkreis zu leisten. Notwendige Begleitpersonen können unentgeltlich mitbefördert werden.

Fahrdienst für Senioren/innen:

Auch ältere Menschen ohne Behinderung können den Fahrdienst zu günstigen Konditionen nutzen. Informationen über die Preise etc. erhalten Sie auch unter der Rufnummer: 0 23 07 / 4 34 51.

8.2. Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV)

Darüber hinaus ist das Verkehrsnetz des öffentlichen Personennahverkehrs (ÖPNV) in Bergkamen sehr gut ausgebaut. Die VKU setzt unter anderem Niederflurbusse 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 Niederflurbussen, dem „VKU-Tandem“, Fahrkarten und Preisen sowie Bus- und Bahnfahrplänen erhalten Sie hier:

Fahrtwind – Servicezentrale für Bus und Bahn im Kreis Unna

Lünener Straße 13, 59147 Kamen

Tel.: 0 18 03 / 50 40 30

(0,20 €/Anruf Festnetz; max. 0,60 €/Anruf Handy)

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 8.000 km im Jahr fährt, gilt bereits als ungeübter Autofahrer.

Nähere Informationen gibt es unter

Tel.: 0 23 07 / 94 42 55

E-Mail: info@kreis-verkehrswacht-unna.de

Internet: www.kreisverkehrswacht-unna.de

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.

Mozartstraße 34, 59423 Unna

Tel.: 0 23 03 / 25 45 30

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Morgenstraße 3, 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

AWO Unterbezirk Unna

Menü Service Zentrale

DasDies Service GmbH

Tel.: 0 23 07 / 79 71 85

apetito – Landhausküche Bergkamen

Auskunft erteilt: Anne Slamnik

Tel.: 0 23 07 / 9 22 96 42

E-Mail: info@landhaus-kueche.de

Internet: www.landhaus-kueche.de

Häuslicher Kranken- und Pflegedienst

Ansprechpartner: Constanze Jakubke

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. SBG XII erhalten unter bestimmten Voraussetzungen Zuschüsse zu einem regelmäßigen Bezug von Essen auf Rädern. Nähere Informationen dazu erhalten Sie bei der



Stadt Bergkamen

Bürgerdienste, Ordnung und Soziales

Sozialer Dienst

Ansprechpartner: N.N.

3. Etage, Zimmer 315

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

Fax: 0 23 07 / 6 92 99

Beratungstermine nach Vereinbarung

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

Nicolaistraße 2, 59423 Unna

Tel.: 0 23 03 / 2 50 24 - 6 40

Caritas-Sozialstation

für Kamen, Bergkamen und Bönen

Reckhof 22, 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 Mobilien 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 dem Bereich Soziales der Stadt Bergkamen angegliedert. Bei Fragen bzgl. der Vermittlung wenden Sie sich bitte an:

Stadt Bergkamen Bürgerdienste, Ordnung und Soziales, Sozialer Dienst

Ansprechpartner: N.N.

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

Internet: www.bergkamen.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.: 8.30 – 12.00 Uhr

8.8. 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. – Fr. 8.00 – 18.00 Uhr, Sa. 10.00 – 14.00 Uhr).

Bestattungsvorsorge !

Im Pflegefall kann es sein, dass das Sozialamt verlangt, dass Ihr Sparkonto aufgelöst wird. Schützen Sie Ihr Geld mit einer Treuhandvorsorge in unserem Hause in Bergkamen.






In einem kostenlosen Bestattungsvorsorge-Gespräch werden wir gemeinsam Ihre Wünsche festlegen, Fragen beantworten und auch das finanzielle Risiko bestmöglich absichern.

Über den deutschen Bestatterverband bieten wir Ihnen eine absolut sichere Variante Ihr Vermögen zweckgebunden und zugriffssicher für die dereinstige Beerdigung zu hinterlegen.

Bestattungshaus WIEGMANN & MAAZ

Tradition seit 1947

Eigene Trauerhalle - Trauerfeiern an allen Wochentagen

-  Bestattungen aller Art
von anonym bis traditionell
-  Bestattungsvorsorge
-  Sterbegeldversicherungen
-  Bambergstr. 1 (Ecke Landwehrstr.)
59192 Bergkamen-Mitte
-  Hellweg 5
59192 Bergkamen-Rünthe

Vereinbaren Sie nun Ihren Vorsorgetermin unter der Tel. 02307 - 280678 oder 02389 - 2252 | Infos www.wiegmann-maaz.de

8.9. Umgang mit Trauer, Sterben, Tod

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

Kamener Hospiz e. V.

Kämmerstraße 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 Trauerge-



Bestattungshaus Tomaszewski



Bestattungshaus



Urnenwand



Abschiedsraum



Trauerhalle

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 unberechtigtem Zugriff.

Unsere Services

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

Bestattungshaus Tomaszewski

Am Hauptfriedhof 4
und Lindenweg 19
59192 Bergkamen

Telefon: 02307 / 6351

Fax: 02307 / 68340

E-Mail: info@bestattungen-tomaszewski.de

Web: www.bestattungen-tomaszewski.de

sprachskreisen in Bergkamen und Umgebung erhalten Sie bei der Kontakt- und Informationsstelle K.I.S.S. (siehe 3.5) und im Gemeindebüro Ihrer Kirchengemeinde (siehe 2.2.)

8.10. 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 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 Rathaus erhalten.

Entlasten Sie sich und Ihre Angehörigen, indem Sie Fragen und Wünsche zu Ihrem Lebensende offen ansprechen und selbst regeln.



- Bestattungsvorsorge
- Persönliche Termine bei Ihnen zu Hause oder in den Filialen in Bergkamen oder Kamen
- Eigene Trauerhallen und Abschiedsräume
- Zertifizierter Bestatter nach ISO 9001:2015
- Zertifizierte Trauerredner und Trauerbegleiter
- Zertifizierter Demenz Partner der Deutschen Alzheimer Gesellschaft & Demenzfreundliche Bestattungen
- Empfohlener Bestatter der Verbraucherinitiative Aeternitas
- Eigenes Internet-Gedenkportal

Bestattungen
Schäfer-Kretschmer & Hünerbein
Stammhaus: 59192 Bergkamen,
Jahnstraße 20, Telefon: 02306-80309
www.bestattungen-schaefer.de



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 Bürger*innen 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 –.

Stadt Bergkamen

Bürgerdienste Ordnung und Soziales Sozialer Dienst

Ansprechpartner: N.N.

3. Etage, Zimmer 314

Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10 oder 2 83

Fax: 0 23 07 / 6 92 99

E-Mail: sozialamt@bergkamen.de

Internet: www.bergkamen.de

Beratungstermine nach Vereinbarung

9.2. 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 den Sozialen Dienst der Stadt Bergkamen angegliedert. Bei Fragen bzgl. der Vermittlung wenden Sie sich bitte an:

Stadt Bergkamen

Bürgerdienste Ordnung und Soziales Sozialer Dienst

Ansprechpartner: N.N.

3. Etage, Zimmer 314

Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 9 65 - 4 10 oder 2 83

Fax: 0 23 07 / 6 92 99

E-Mail: sozialamt@bergkamen.de

Internet: www.bergkamen.de

Beratungstermine nach Vereinbarung

9.3. Vorsorge

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, 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 in der Rentenstelle der Stadtverwaltung. Eine umfassende und kompetente Beratung erfolgt durch die:

Betreuungsstelle des Kreises Unna

Ansprechpartner: Gerwig Becker

Hansastraße 4, 59425 Unna

Tel.: 0 23 03 / 27 13 51

Fax: 0 23 03 / 27 20 99

E-Mail: gerwig.becker@kreis-unna.de

Internet: www.kreis-unna.de

Diakonie Ruhr- Hellweg e. V.

Betreuungsverein

Ansprechpartnerin: Nihal Kumacr

Ebertstraße 20, 59192 Bergkamen

Tel.: 0 23 07 / 9 83 00 - 11

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

Internet: www.betreuungsverein-diakonie.de

Testament

Das deutsche Erbrecht ist kompliziert. Ohne ein Testament tritt im Todesfall die gesetzliche Erbfolge ein. Diese entspricht nicht unbedingt dem Willen des Verstorbenen und kann zu Streitigkeiten unter den Angehörigen führen. Mit einer klaren testamentarischen Regelung wird dies vermieden. Wie verfasse ich ein Testament? Muss ich besondere Vorschriften beachten, damit mein Testament auch gültig ist? Wo bewahre ich ein Testament auf? Erste Informationen erhalten Sie in der Broschüre „Erben und Vererben“ des Bundesministeriums für Justiz, im Internet herunterzuladen unter www.bmj.de. Viele weitere Fragen beantworten Ihnen die

Rechtspfleger des Amtsgerichts Kamen, Poststraße 1, 59192 Kamen, Tel.: 02307/992-0 oder die niedergelassene Anwaltschaft.

Dokumentenmappe

Schaffen Sie einen Ort – am besten in Form einer Dokumentenmappe – an dem Sie alle wichtigen Unterlagen gesammelt ablegen. Dieser Ort sollte Ihren Familienangehörigen oder Vertrauten bekannt sein, damit hierauf im Bedarfsfall zugegriffen werden kann. Wenn Sie bereits eine Dokumentenmappe angelegt haben, sollten Sie diese ab und an auf Aktualität und Vollständigkeit prüfen. Zu den wichtigen Unterlagen gehören:

- Personalausweis oder Reisepass
- Familienstammbuch (Geburts- und Heiratsurkunde, Scheidungsurteil, etc.)
- Arbeitsverträge (Betriebsrente)
- Sozialversicherungsausweis
- Versicherungspolice (Lebens-, Unfall-, Kranken-, Haftpflicht-, Rentenversicherungen)
- Sparverträge
- Girokonten, Darlehensverträge, Sparbücher, Aktien, u. a. (bzw. einen Hinweis auf den Aufbewahrungsort)
- Rentenbescheide
- Mietvertrag oder Unterlagen zu ihrem Haus incl. Versorgungsverträge für Wasser, Heizung, Strom
- Vorsorgevollmacht
- Ggf. Patientenverfügung
- Ggf. Verfügungen bezüglich der gewünschten Bestattungsart und -ort, falls vorhanden Bestattungsvorsorgevertrag/Sterbegeldversicherung
- Besondere Verfügungen oder Wünsche
- Testament, bzw. Hinweis auf den Aufbewahrungsort

9.4. 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 Behörden-gängen 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: schuldbr@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)

9.5. Rechtsberatung

Der Sozialverband VDK Bergkamen sowie der Sozialverband Deutschland NRW e.V. bieten Mitgliedern eine kostenlose Beratung hinsichtlich sozialrechtlicher Angelegenheiten. 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. und 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 Straße 9–11, 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 1 42 30

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 - 2 18). Vorherige Terminvereinbarung unter Tel.: 0 23 03 / 1 42 30

9.6. Beratungsangebote der Verbraucherzentrale NRW

Die Verbraucherzentrale 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:

Kanzlei Hülsmann & Heinz

Rechtsanwalt
und Notar
Gisbert Hülsmann

Rechtsanwalt
und Fachanwalt
für Familienrecht
Manfred Heinz

Beratung rund um das Erbrecht

- Testamentsgestaltungen
- Übertragungen zu Lebzeiten
- Patientenverfügungen
- Vorsorgevollmachten

59192 Bergkamen, Ebertstraße 49
Telefon: 0 23 07/9 10 80
kanzlei@huelsmann-heinz.de

Verbraucherzentrale NRW e. V.
Beratungsstelle Kamen

Kirchstraße 7, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 4 38 01 01, Fax: 0 23 07 / 92 35 15

E-Mail: kamen@vz-nrw.de

Öffnungszeiten: Mo., Fr.: 9.00 – 13.00 Uhr

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

9.7. 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!

BISS – Bundesinteressenvertretung schwuler Senioren e. V.

Beratung und Information für Opfer der §§ 175 StGB und 151 StGB-DDR

Beratungstelefon: 08 00 / 1 75 20 17 (kostenfrei),

Mo. – Fr.: 11.00 – 17.00 Uhr

9.8. 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

9.9. Frauenforum im Kreis Unna

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

9.10. 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 nach vorheriger telefonischer Absprache im Rathaus, Rathausplatz 1, 6. Etage, Zi. 600 statt.

Vorsitzender: Frank Vehlow

Tel.: 0 23 06 / 9 12 87 22

E-Mail: kreis-unna@bsvw.de

9.11. 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, **Samstags-Treff** jeden 1. Sa. im

Monat von 14.00 – 17.00 Uhr

9.12. Kriminalprävention

Mit zunehmendem Alter wird das persönliche Sicherheitsbedürfnis häufig größer. Gleichzeitig sind Seniorinnen und Senioren Hauptzielgruppe für Betrügereien an der Haustür. Über präventive Sicherheitsmaßnahmen informieren die Seniorenberaterinnen und Seniorenberater der Polizei. Dies sind Menschen, die in Seminaren durch das Kriminalkommissariat Kriminalprävention/Opferschutz ausgebildet wurden und sich im Projekt „Senioren helfen Senioren“ ehrenamtlich engagieren. Die Seniorenberater*innen klären andere Senioren über Kriminalität auf, Sie referieren in Seniorengruppen, im Bekanntenkreis, auf dem Wochenmarkt oder in großen Supermärkten. Sie sind Vermittler und Kontaktperson zwischen der Polizei und den älteren Menschen. Ihre vorrangigen Themen sind:

- Einbruchschutz
- Verhalten an Bankautomaten
- Gefahren für Senioren im Internet
- Trickbetrug (z. B.: Enkeltrick, falsche Polizeibeamte)
- Handtaschenraub
- Trickdiebstahl

Kreispolizeibehörde Unna

Kriminalkommissariat Kriminalprävention/Opferschutz

Ansprechpartnerin: Frau Petra Landwehr

Am Bahnhof 12, 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 / 9 21 - 49 14

E-Mail: kriminalpraevention.unna@polizei.nrw.de

Tipps der Kriminalpolizei und des Ordnungsamtes

Gerade ältere Menschen werden immer auf unterschiedlichste Art und Weise „hereingelegt“. Diebe und Betrüger geben sich gerne als Mitarbeiter der Stadtwerke, einer Versicherung, als Beauftragte oder Mitglieder von Wohltätigkeitsorganisationen oder sogar als Polizeibeamte aus. Sie sollten hellhörig und vor allem zurückhaltend werden, sobald der oder die Unbekannte die Rede auf das Thema Geld bringt. Wenn Ihnen Bedenken kommen, so rufen Sie unverzüglich einen Angehörigen oder einen Nachbarn an.

Besonders skeptisch sollten Sie sein, wenn sich jemand per Telefon als ein Verwandter ausgibt, der weiter weg wohnt und dieser Sie irgendwann bittet, Ihnen Geld zu leihen. Diese Bitte äußert er vielleicht dann, wenn er schon öfter angerufen hat und Ihnen bereits vertrauter ist. Überweisen Sie niemals einen größeren Geldbetrag aufgrund einer telefonischen Bitte an jemanden, der Ihnen nicht genau bekannt ist! Lassen Sie sich nicht darauf ein, Geld für jemand anderen einem Fremden zu übergeben – auch nicht nach Vereinbarung eines Kennwortes. Dieses Vorgehen nennt man „Enkeltrick“.

Betrüger setzen Ihre Opfer meist unter Zeitdruck und fordern rasches Handeln. Treffen Sie also keine überstürzten Entscheidungen! Häufig sind auch „Wasserglastrick“, „Bleistifttrick“, „Blumentrick“ – die Vorgehensweise ist ähnlich: Der Betrüger verschafft sich mit einer kleinen Bitte Zugang zur Wohnung und lässt die Tür für den Komplizen auf, der nach Wertgegenständen sucht.

Die Kriminalpolizei rät:

- Sie sollten Fremden grundsätzlich die Tür nur mit vorgelegter Kette öffnen.
- Auch wenn Sie sich dabei unhöflich vorkommen – lassen Sie Fremde nie in Ihre Wohnung.
- Fallen Sie nicht auf Tricks wie plötzliche Ohnmacht oder vorgetäushtes Unwohlsein herein.
- Lassen Sie sich von jeder Person, die vorgibt von einem Amt, einer Dienststelle oder einer Organisation zu kommen, den Dienstausweis zeigen! Schauen Sie ihn sehr genau an. Sollten Sie Zweifel an der Echtheit haben, rufen Sie die betreffende Stelle an. Lassen Sie sich nicht darauf ein, dass Ihnen der oder die Fremde die Telefonnummer heraussucht.
- Lassen Sie sich nicht unter Zeitdruck setzen.

Sammlungen

Für jede Art von Sammlung (z. B. Straßensammlung, Sammlungen an der Haustür, Verkäufe, bei denen der Erlös zur Spende wird) brauchen die Veranstalter eine Erlaubnis und einen Sammelausweis des Ordnungsam-

tes. Trotzdem gilt: Spenden Sie grundsätzlich nur bei Organisationen, die Sie kennen!

Vorsicht bei Verkaufsveranstaltungen

„Herzlichen Glückwunsch, Sie haben gewonnen!“ So fangen oft Briefe von (Werbe-)Firmen an, die Sie zu einer Verkaufsveranstaltung, meistens in eine Gastwirtschaft einladen. Wie bei den häufig angebotenen sogenannten „Kaffeefahrten“, locken die Veranstalter mit vielen Gewinnen, Geschenken oder Versprechungen. Wenn Sie an einer solchen Veranstaltung teilnehmen, überprüfen Sie unbedingt die Preise der dort angebotenen Waren. Sie sind oft überhöht und entsprechen meistens nicht dem tatsächlichen Wert. Auch hier gilt: Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen. Jede Werbeverkaufsveranstaltung muss dem Ordnungsamt angezeigt werden.

Widerrufsrecht bei Verträgen

Wenn Sie einen Vertrag abgeschlossen/unterschrieben haben und dies im Nachhinein bereuen, haben Sie in den meisten Fällen ein Rücktrittsrecht. Sie können den Vertrag innerhalb von zwei Wochen schriftlich widerrufen. Dies gilt auch für Verträge, die Sie an der Haustür abgeschlossen haben! Nähere Informationen zum Widerrufsrecht erhalten Sie bei der

Verbraucherzentrale NRW e.V.

Beratungsstelle Kamen, Kirchstraße 7, 59174 Kamen
Tel.: 0 23 07 / 4 38 01 01

Was kann ich tun, wenn ich doch Opfer eines Trickbetrugs geworden bin?

Keine falsche Scheu! Sie sollten unbedingt bei der Polizei Anzeige erstatten. Viele Betroffene zeigen die Taten nicht an und verheimlichen sie sogar vor ihren Angehörigen, da sie große Scham empfinden. Die Opfer haben Angst, dass ihr Umfeld denken könnte, sie seien nicht mehr zurechnungsfähig. Die Polizei aber weiß, dies ist nicht der Fall. Menschen, die auf einen Trickbetrug hereinfallen, sind weder senil noch dumm! Es kann einfach jedem passieren.



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!*



In Ihrer
Sparkasse



Echte Hilfe – genau dann, wenn ich sie brauche

Private Pflegeversicherung: Besser organisiert und
günstiger finanziert als gedacht – am liebsten zu Hause.

Sparkasse Bergkamen-Bönen

Rathausplatz 2, 59192 Bergkamen

Tel. +49 2307 8210, Fax +49 2307 821178

info@spk-bergkamen-boenen.de, www.spk-bergkamen-boenen.de

Immer da, immer nah.

PROVINZIAL

Die Versicherung der  Sparkassen