

# Wegweiser für Senioren und erwachsene Menschen mit Behinderung

Aktiv und Gesund im Alter | Beratung und Hilfe | Wenn Pflegebedürftigkeit eintritt und vieles mehr ...



*leben und mehr*

**KAMEN**



**Haus Husemann**  
Pflege & Betreuung



**Haus Volkermann**  
Pflege & Betreuung

**„Hier pflegt man Menschen und Beziehungen“**

**Untere Husemannstraße 34–36**  
**59425 Unna**  
**Telefon: 0 23 03 / 2 85 - 0**  
**[www.haus-husemann.de](http://www.haus-husemann.de)**

**Heererer Straße 23–29**  
**59174 Kamen**  
**Telefon: 0 23 07 / 99 36 - 0**  
**[www.haus-volkermann.de](http://www.haus-volkermann.de)**



IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
mediaprint infoverlag gmbh  
Lechstraße 2, 86415 Mering  
Registergericht Augsburg, HRB 10852  
USt-IdNr.: DE 811190608  
Geschäftsführung:  
Markus Trost,  
Dr. Otto W. Drosihn  
Tel.: 08233 384-0  
Fax: 08233 384-247  
[info@mediaprint.info](mailto:info@mediaprint.info)



**in Zusammenarbeit mit:**  
Stadt Kamen, Seniorenangelegenheiten, Rathausplatz 1, 59174 Kamen

**Redaktion:**  
Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt:  
Stadt Kamen, Seniorenangelegenheiten, Rathausplatz 1, 59174 Kamen  
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Jochen Müller  
**Angaben nach Art. 8 Abs. 3 BayPrG:** Alleinige Gesellschafterin der mediaprint infoverlag gmbh ist die Media-Print Group GmbH, Paderborn

**Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:**  
Titelbild: Reimund Kasper  
Foto Seite 1: Hermann Hupe, Stadt Kamen  
ansonsten stehen die Bildnachweise in den jeweiligen Fotos

In eigener Sache...

Alle Angaben der vorliegenden Neuauflage des „Wegweisers für Senioren und erwachsene Menschen mit Behinderung“ wurden nach bestem Wissen recherchiert. Trotzdem kann diese Broschüre weder einen Anspruch auf Vollständigkeit erheben noch darauf, dass sich an keiner Stelle ein Fehler eingeschlichen hat.

Für die regelmäßig geplanten weiteren Neuauflagen sind wir daher auf Ihre Mithilfe angewiesen, wenn es darum geht, alle Neuerungen, Veränderungen und Ähnliches, aber auch Ihre Wünsche als Leser/-in und Nutzer/-in der Broschüre zu berücksichtigen.

Wenn Sie also entsprechende Hinweise oder Wünsche haben, so nehmen wir diese ebenso gern entgegen wie Ihre Kritik und weitere Anregungen. Wenden sie sich bitte an die

Stadt Kamen / Seniorenbetreuung – Markus Fallenberg – Rathausplatz 1, 59174 Kamen,  
Telefon: 02307 1481403, E-Mail: [Markus.Fallenberg@stadt-kamen.de](mailto:Markus.Fallenberg@stadt-kamen.de) oder  
Andreas Eichler – Fachbereich Bürger Service, Telefon: 02307 1483670  
E-Mail: [Andreas.Eichler@stadt-kamen.de](mailto:Andreas.Eichler@stadt-kamen.de)

Wir bedanken uns an dieser Stelle sehr herzlich bei allen, die uns mit vielen Anregungen, Auskünften und Tipps bei der Erarbeitung dieser neuen Auflage tatkräftig unterstützt haben!

59172057/2. Auflage/2014

**Druck:**  
Werbedruck GmbH Horst Schreckhase  
Dörnbach 22  
34286 Spangenberg

**Umschlag:**  
250 g Bilderdruck, dispersionslackiert  
**Inhalt:**  
115 g, weiß, matt, chlor- und säurefrei

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

## GRUSSWORT DES BÜRGERMEISTERS DER STADT KAMEN

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

Sie halten den druckfrischen Wegweiser für Seniorinnen und Senioren und erwachsene Menschen mit Behinderung der Stadt Kamen in den Händen.

Diese aktualisierte Broschüre wird Ihnen nützliche Tipps und Adressen für die Bewältigung Ihres Alltages in unserer Stadt geben.

Miteinander statt gegeneinander, gemeinsam statt einsam, aktiv und kommunikativ sein, das sind zentrale Anliegen der Menschen im dritten Lebensabschnitt, wie mir aus zahlreichen persönlichen Gesprächen bekannt ist.

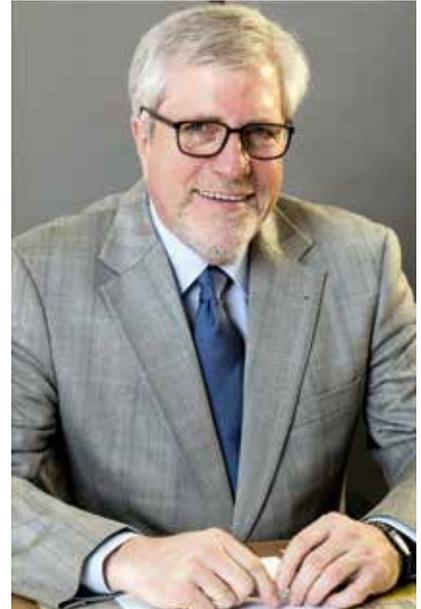
Beim Studium dieses Wegweisers erhalten Sie Informationen zu den zahlreichen Hilfs-, Beratungs- und Freizeitangeboten in Kamen. Für weitere Fragen oder falls Sie Hilfestellung bei der Wohnungssuche, beim Ausfüllen von Anträgen oder Unklarheiten im Schwerbehindertenrecht bestehen, wenden Sie sich bitte an den Seniorenbetreuer unserer Stadt. Er wird Ihnen gerne behilflich sein und Sie selbstverständlich kostenlos beraten. Nach vorheriger telefonischer Terminvereinbarung kommt er auch zu Ihnen nach Hause, sollten Sie selbst nicht in der Lage sein in sein Büro ins Rathaus zu kommen.

Liebe Kamenerinnen und Kamener, ich wünsche mir eine möglichst breite Teilnahme am gesellschaftlichen Leben aller Bürgerinnen und Bürger unabhängig von Alter, Gesundheit oder Behinderung. Unser Motto: „Kamen leben und mehr“ gilt für alle. Nutzen Sie daher diese Broschüre ebenso intensiv wie die bisherigen Auflagen als Nachschlagewerk zur Bewältigung Ihres Alltages.

Ihr



Hermann Hupe



Hermann Hupe



Foto: Fotolia

## INHALTSVERZEICHNIS

<b>Grußwort des Bürgermeisters</b>	<b>01</b>	<b>Gesundheit, Gesundheitsvorsorge und Bewegung im Alter</b>	<b>11</b>
<b>Beratung und Hilfe – Zentrale Anlaufstelle der Stadt Kamen</b>	<b>04</b>	» Seniorensport	12
» Zentrale Anlaufstellen beim Kreis Unna	05	» Turngemeinden	12
» Zentrale Anlaufstellen bei den Wohlfahrtsverbänden	06	» Ernährungsberatung	12
		» Selbsthilfegruppen	12
<b>Aktivitäten und Treffpunkte für Senioren in Kamen</b>	<b>07</b>	<b>Spezielle Beratung</b>	<b>14</b>
» Vereine/Verbände/Gruppen/Clubs	07	» Betreuungsrecht – Rechtliche Betreuung Volljähriger, (Vorsorge-)Vollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung	14
» Evangelische Lutherische Kirchengemeinde Methler	07	» Sozialverband VdK Nordrhein-Westfalen Ortsverband Kamen	14
» Deutsches Rotes Kreuz Kamen e. V.	08	» Sozialverband Deutschland (SoVD) Bezirk Hamm - Unna	15
» Arbeiterwohlfahrt (AWO)	08	» BHD Bundesverband Rehabilitation	15
» Sozialverband Deutschland (SoVD) Bezirk Hamm-Unna	09	» Frauenforum im Kreis Unna e. V.	15
» Evangelische Arbeitnehmerbewegung	09	» FrauenRäume	15
» Evangelische Kirchengemeinde	09	» Frauenhaus	16
» Kultur	09	» Frauenkrisentelefon	16
» Katholische Kirchengemeinde	09	» Schuldnerberatung	16
		» Beratung Polizei/Senioren	16
		<b>Lebensunterhalt</b>	<b>17</b>
		» Rentenversicherungsstelle	17
		» Sozialhilfe	17
		» Grundsicherung	17
		» Hilfe zur Pflege	17
		» Wohngeld	17
		» Befreiung von der Rundfunk- und Fernsehbeitragspflicht	17
		» Zuzahlungsbefreiung bei der Krankenkasse	17

### **Krankenfahrten**



- Dialysefahrten
- Verlegungen
- Ambulanzfahrten
- Einweisungen
- Entlassungen

**Memelstraße 6  
59174 Kamen**

**Mobil 0170 - 47 13 525  
Tel 02307 - 26 11 509  
Fax 02307 - 26 11 521**

<b>Wohnen im Alter</b>	<b>18</b>	<b>Neutrale Pflegeberatung</b>	<b>31</b>
» Wohnberatung	18	» Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna	31
» Wohnanlagen mit Service für ältere Menschen in Kamen	19	» Pflegeberatung	31
		» Psychosoziale Beratung, Begleitung und Betreuung	31
		» Private Pflegeberatung	31
<b>Häusliche Hilfen / Hilfen für den Alltag</b>	<b>20</b>	<b>Erbrecht/Testament/Bestattungsvorsorge/ Todesfall/Sterbebegleitung</b>	<b>32</b>
» Essen auf Rädern	20	» Erbrecht	32
» Behindertenfahrdienst	20	» Testament	32
» Haushalthilfen	21	» Bestattungsvorsorge	32
» Haushaltsnahe Dienstleistungen	21	» Todesfall	33
» Hausnotruf - Sicherheit im Notfall	21	» Sterbebegleitung	33
» Hausnotrufanbieter	21		
<b>Öffentlicher Personennahverkehr</b>	<b>22</b>	<b>Beratung für erwachsene Menschen mit Behinderung</b>	<b>34</b>
» Auskünfte	22	» Lotsen	34
» Radfahren in Kamen	22	» Behindertenbeauftragte im Kreis Unna	34
» Radstation	22	» Fachstelle für behinderte Menschen im Beruf	34
		» Integrationsfachdienst (IFD) im Kreis Unna	35
<b>Häusliche Alten- und Krankenpflege</b>	<b>23</b>	» Blindengeld/Gehörlosenhilfe	36
» Pflegedienste	23	» Blinden- und Sehbehindertenverein (BSV)	36
		» Sozialwerk Heeren-Werve e. V.	36
<b>Angebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen</b>	<b>26</b>	» Familienunterstützender Dienst der Lebenshilfe Kreis Unna e. V.	36
» Beratungsangebote in Kamen	26	» Stadtplan: Behindertentoiletten	37
» Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna	26	» Deutsche Multiple Skleose Gesellschaft DMSG	38
» Individuelle häusliche Betreuung	26	» Öffentliche und behindertengerechte Toiletten in Kamen	38
» Betreuungsgruppen	26	» Schlüssel für Behindertentoiletten	38
» Gesprächskreis für Angehörige	27	» Behindertenparkplätze im Stadtgebiet Kamen	38
» Tagespflegehaus	27	» Stadtplan: Behindertenparkplätze	39
» Kamener Hospiz e. V.	27		
<b>Teilstationäres und stationäres Leben und Wohnen</b>	<b>28</b>	<b>Branchenverzeichnis</b>	<b>40</b>
» Tagespflege	28		
» Kurzzeitpflege	28		
» Senioren-/Altenpflegeheime/Altenhilfeeinrichtungen	28		
<b>Pflegeversicherung und neutrale Pflegeberatung</b>	<b>29</b>		
» Pflegebedürftigkeit	29		
» Feststellung der Pflegebedürftigkeit	29		
» Pflegestufen	29		
» Möglichkeiten der Inanspruchnahme von Leistungen aus der Pflegeversicherung bei Pflegebedürftigkeit	30		



Foto: Fotolia

## BERATUNG UND HILFE – ZENTRALE ANLAUFSTELLEN BEI DER STADT KAMEN

Für alle Fragen rund um das Älterwerden, wie z. B. soziale Sicherung im Alter (Wohngeld, Grundsicherung im Alter), Schwerbehindertenangelegenheiten (Erstanträge/Verschlimmerungsanträge, Parkausweise für Behinderte, Vergünstigungen für schwerbehinderte Menschen), Übersicht von bekannten behinderten- und seniorengerechten Wohnungen, (Vorsorge-) Vollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung, Hilfe und Pflege, Leistungen der Pflegekassen usw. stehen Ihnen in Kamen eine Vielzahl von haupt- und ehrenamtlichen Beratern und entsprechende Fachstellen zur Verfügung. Wenn Sie konkret nicht wissen, welche Informationen Sie diesbezüglich von wem bekommen können, wenden Sie sich an:

### Seniorenbetreuung der Stadt Kamen

**Markus Fallenberg**

Zimmer 115, 1. Etage im Rathaus

Telefon: 02307 1481403

E-Mail: [Markus.Fallenberg@stadt-kamen.de](mailto:Markus.Fallenberg@stadt-kamen.de)

#### Während folgender Servicezeiten:

Mo/Di 07:30 – 16:30 Uhr Do 07:30 – 17:00 Uhr

Mi Außendienst/Bürotermine Fr 07:30 – 13:00 Uhr  
nur nach Absprache

**Annette Held**

Zimmer 114, 1. Etage im Rathaus

Telefon: 02307 1481402

E-Mail: [Annette.Held@stadt-kamen.de](mailto:Annette.Held@stadt-kamen.de)

#### Während der Servicezeiten der Stadtverwaltung

Mo/Di/Mi 07:30 – 16:30 Uhr Fr 07:30 – 13:00 Uhr

Do 07:30 – 17:00 Uhr

### Behindertenbeirat

Der Behindertenbeirat hat die Aufgabe, Behindertenprobleme für das Stadtgebiet zu beraten und dem Rat, den Ausschüssen und der Verwaltung Vorschläge zu unterbreiten.

Er erörtert die Wünsche, Anregungen und Anträge von Behinderten, Behindertenverbänden und anderen Organisationen.

Dieser Beirat besteht aus Ratsmitgliedern, sachkundigen Bürger/ -innen und Interessenvertretern.

Zu den Interessenvertretern gehören:

- Bundesverband für Rehabilitation und Interessensvertretung Behinderter e. V.
- Der Paritätische Wohlfahrtsverband Kreisgruppe Unna
- Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft
- Ev. Perthes Werk/Hellweg – Werkstätten
- Ev. Perthes-Werk/Friedrich-Pröbsting-Haus
- Frauenselbsthilfe nach Krebs
- Initiative Down-Syndrom Kreis Unna e. V.
- Lebenshilfe Unna e. V.

- Ökumenischer Arbeitskreis „unBehindert miteinander leben“
- Sozialverband Deutschland (SoVD), ehemals Reichsbund - Ortsverband Kamen-Mitte, - Ortsverband Kamen-Heeren
- VdK Kamen
- Werk für ambulante Dienste – AWO
- Verein für Betreuung und Unterstützung von Menschen mit Behinderung und deren Familien – VeBU e. V.

Die aktuelle Beiratsbesetzung, sowie die Ansprechpersonen der Interessenvertreter sind zu erfragen beim Fachbereich 23 – Ratsbüro, Telefon: 02307 1481201.

### Familien-, Sozial- und Generationenausschuss

Der zuständige Ausschuss des Rates in „Familien-, Sozial- und Generationenfragen“ für unsere Bevölkerung in Kamen ist der Familien-, Sozial- und Generationenausschuss. Dieser Ausschuss besteht aus Ratsmitgliedern und sachkundigen Bürger/-innen.

Die aktuelle Ausschussbesetzung ist ebenfalls beim Fachbereich 23 – Ratsbüro, Telefon: 02307 1481201 zu erfragen.

### Informationsstelle des Rathauses

Fachbereich Bürger Service, Bürgerbüro

Telefon: 02307 1483050

#### Servicezeiten:

Mo/Di 07:30 – 16:30 Uhr Do 07:30 – 17:00 Uhr

Mi 07:30 – 14:00 Uhr Fr 07:30 – 13:00 Uhr  
und nach Vereinbarung

- An-, Ab- und Ummeldungen
- Beglaubigungen
- Fischereischeine
- Führerscheinanträge
- Führungszeugnisse
- Fundbüro
- Kfz-Abmeldungen
- Melde- / Lebensbescheinigungen
- Melderegisterauskunft
- Personalausweise / Kinderreise- / Reisepässe
- Rundfunkgebührenbefreiung (nur Antragsannahme)
- Schwerbehindertenanträge und -verlängerung
- Untersuchungsberechtigungsscheine
- Schlüssel für die Behindertentoilette im Rathaus
- Parkausweise für Behinderte

### Wohnstelle, Unterstützungsleistungen

- Wohngeld
- Wohnberechtigungsscheine
- Bescheinigung für Zinssenkungen
- Fachamt für den Behindertenbeirat (Telefon: 148-3670)



Foto: Yuri/Fotolia



Foto: Fotolia



Foto: Patrizia Tilly/Fotolia

- Fachamt für den Ausschuss für Familien- und Sozialfragen (Telefon: 148-3670)
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung
- Hilfe in besonderen Lebenslagen

#### Standesamt

- Geburten
- Sterbefälle
- Eheschließungen
- Einbürgerungen
- Namensänderungen

#### Rentenversicherungsstelle

- Beratung und Antragsstellung für die zuständigen Rentenversicherungsträger
- Anträge für Blindengeld
- Anträge für Gehörlosengeld und Kriegsoferfürsorge

#### Servicezeiten der Rentenversicherungsstelle:

Mo – Fr 08:00 – 12:00 Uhr, Nachmittags geschlossen  
Telefon: 02307 1483402

#### Gleichstellungsbeauftragte

Die kommunale Gleichstellungsbeauftragte ist Ansprechpartnerin für die Beschäftigten in der Verwaltung und für die Bürgerinnen und Bürger der Stadt Kamen. Mit ihrer Arbeit trägt sie dazu bei, die im Grundgesetz verankerte Gleichberechtigung von Frauen und Männern vor Ort zu verbessern. Bei allen Vorhaben und Maßnahmen der Stadt, die die Belange von Frauen berühren oder Auswirkungen auf die Gleichberechtigung von Frau und Mann und die Anerkennung ihrer gleichberechtigten Stellung in der Gesellschaft haben, wirkt die Gleichstellungsbeauftragte mit. Sie initiiert und begleitet Projekte und Maßnahmen zur Chancengleichheit von Frauen und Männern, u. a. zur Förderung von Frauen in Führungspositionen oder für gleichen Lohn für gleichwertige Arbeit. In unterschiedlichen Lebenslagen, wie zum Beispiel Wiedereinstieg in den Beruf, Vereinbarkeit von Beruf und Familie, Trennung/Scheidung oder auch Gewalt in Beziehungen bietet sie erste Unterstützung an und nennt Ihnen weiterführende Ansprechpartnerinnen oder Ansprechpartner.

**Ansprechpartnerin: Frau Grothaus**  
Telefon: 02307 1481700

#### Ehe- und Altersjubiläum

Bei bestimmten Anlässen gratulieren Ihnen der Bürgermeister oder seine Stellvertreter oder der Ortsvorsteher bzw. die Ortsvorsteherin gerne persönlich. Möglich ist eine persönliche Gratulation beim 80., 85. und ab dem 90. Geburtstag sowie bei Ehejubiläen ab der goldenen Hochzeit. Bei den persönlichen Gratulationen erhalten Sie von der Stadt ein Präsent. Außerdem wird Ihnen zum 90., 95. und ab dem 100. Geburtstag sowie zur goldenen, diamantenen und eisernen Hochzeit eine Urkunde des Kreises Unna überreicht.

Sie erhalten frühzeitig eine Benachrichtigung durch die Stadt Kamen und haben dadurch die Möglichkeit, sich für oder gegen einen Besuch zu entscheiden.

**Ansprechpartnerin: Frau Lutter**  
Telefon: 02307 1481001

#### BürgerRATbüro

Die Stadtverwaltung Kamen möchte die Erfahrungen der Bürgerinnen und Bürger im täglichen Umgang mit „Ihrer“ Verwaltung nutzen. Nutzen um mögliche Verbesserungen zu erarbeiten, um Abläufe reibungsloser zu gestalten, um die Zufriedenheit mit der Verwaltung zu steigern. Dies funktioniert aber nur, wenn uns die Bürgerinnen und Bürger ihre Erfahrungen „erfahren“ lassen: wir brauchen also Ihren Rat, den BürgerRAT. Bitte sagen Sie uns, wenn Ihnen etwas nicht gefällt, Sie z. B. zu lange warten mussten, den Eindruck hatten, die Bearbeitung sei nicht zügig genug abgelaufen oder, oder, oder. In unserem BürgerRATbüro wird jeder eingehende Tipp bearbeitet. Dabei kann es sich um Beschwerden, Anregungen, Hinweise, Anmerkungen etc. schriftlicher oder auch mündlicher Art handeln. Helfen Sie uns, damit wir Ihnen helfen können, evtl. negative Erfahrungen mit Ihrer Verwaltung zu vermeiden. Haben Sie sich für die schriftliche Form entschieden, dann können Sie auf der Homepage der Stadt Kamen ([www.stadt-kamen.de/images/Formulare/BuergerRATbuero.pdf](http://www.stadt-kamen.de/images/Formulare/BuergerRATbuero.pdf)) den Fragebogen im PDF-Format ausfüllen, ausdrucken und ihn per FAX senden an die Rufnummer 02307 1489004 oder persönlich im Rathaus abgeben und zwar im BürgerRATbüro Raum 116 (1. OG).

**Ansprechpartner: Hanno Peppmeier**  
Telefon: 02307 1482101

## BERATUNG UND HILFE – ZENTRALE ANLAUFSTELLEN BEI DER STADT KAMEN

### Zentrale Anlaufstelle beim Kreis Unna Koordinierungsstelle Seniorenarbeit Kreis Unna

Mit Einführung der Sozialplanung für ältere Menschen 1989 begann beim Kreis Unna auch die bis heute andauernde Seniorenarbeit. Die Koordinierungsstelle Seniorenarbeit wurde im Januar 1992 fester Bestandteil der Verwaltung, um als Info-Zentrum zu dienen und das Netzwerk Altenarbeit zu betreuen. Sie gehört zum Produkt „Sozialplanung und Demografie“ und wurde im März 2011 in die Stabsstelle „Planung und Mobilität“ des Landrates integriert.



Im Freizeitbereich und in allen Fragen rund um die Energie- und Wasserversorgung sind wir

### Ihr starker Partner vor Ort

Für ausführliche Informationen über unsere Leistungen erreichen Sie uns auch in unseren Kundencentern in Kamen, Bönen und Bergkamen, im Internet unter [www.gsw-kamen.de](http://www.gsw-kamen.de), oder telefonisch: (02307) 978-0



### Aufgabenschwerpunkte der Sozialplanung und Koordinierungsstelle:

- Seniorenrelevante Forschung und Planung für eine bedarfsgerechte Infrastruktur für ältere Menschen
- Sozialberichte, Fachberatungen, Modellprojekte
- Koordinierung von Projekten und Arbeitsgruppen zum Themenfeld „Ältere Menschen“ und im Netzwerk Altenarbeit
- Öffentlichkeitsarbeit, Auskünfte, Veranstaltungen
- Stärkung der Selbsthilfekräfte und des ehrenamtlichen Engagements
- Berücksichtigung seniorenrelevanter Aspekte bei den Themen Inklusion, Mobilität und Verkehr, regionale Entwicklung, Wohnen, Zukunftsdiallog und andere Netzwerke

*Ansprechpartner: Hans Zakel (Sozialplaner)*

Telefon: 02303 271161

E-Mail: [hans.zakel@kreis-unna.de](mailto:hans.zakel@kreis-unna.de)

*Antje Meister*

Telefon: 02303 271261

E-Mail: [antje.meister@kreis-unna.de](mailto:antje.meister@kreis-unna.de)

### Postanschrift:

Kreis Unna, Stabsstelle Planung und Mobilität, Sozialplanung und Demografie, Koordinierungsstelle Seniorenarbeit  
Postfach 2112, 59411 Unna

### Zentrale Anlaufstellen bei den Wohlfahrtsverbänden

AWO im Kreis Unna

Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen

Telefon: 02307 912210

Internet: [www.awo-un.de](http://www.awo-un.de)

E-Mail: [awounna@awoubunna.de](mailto:awounna@awoubunna.de)

Caritasverband für den Kreis Unna

Höingstraße 5-7, 59425 Unna

Telefon: 02303 251350

Internet: [www.caritas-unna.de](http://www.caritas-unna.de), E-Mail: [info@caritas-unna.de](mailto:info@caritas-unna.de)

Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband (DPWW)

Kreisgruppe Unna

Friedrich-Ebert-Straße 16, 59425 Unna

Telefon: 02303 239845

E-Mail: [unna@paritaet-nrw.org](mailto:unna@paritaet-nrw.org)

Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.

Dienststelle Unna

Mozartstraße 18-20, 59423 Unna

Telefon: 02303 250240

Internet: [www.diakonie-ruhr-hellweg.de](http://www.diakonie-ruhr-hellweg.de)

E-Mail: [info@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:info@diakonie-ruhr-hellweg.de)

# AKTIVITÄTEN UND TREFFPUNKTE FÜR SENIOREN IN KAMEN

## Vereine // Verbände // Gruppen // Clubs

### Stadtseniorenring Kamen

Rathausplatz 1, 59174 Kamen

Der Stadtseniorenring Kamen ist ein Zusammenschluss der Seniorenarbeit treibenden Vereine und Verbände innerhalb Kamens. Seit Bestehen des Stadtseniorenringes im Jahr 1976 wird aus der Mitte des Vorstandes des Stadtseniorenringes Kamen jährlich ein Seniorenprogramm erarbeitet. Seniorenrunden mit unterschiedlichen Programminhalten (Unterhaltungsmusik, Fachvorträge zu seniorenrelevanten Themen usw.) in der Stadthalle Kamen, Seniorenrunden in allen Ortsteilen von Kamen, Schwimmfahrten zur SoleTherme nach Bad Sassendorf, Kreisrundfahrten, Museums- und Atelierfahrten, Wandertage, Musical- und Theaterfahrten sowie mehrtägige Seniorenreisen im In- und Ausland sind Gegenstand des abwechslungsreichen Seniorenprogramms.

Auskünfte zum Stadtseniorenring bzw. zum Seniorenprogramm erhalten Sie bei der Seniorenbetreuung der Stadt Kamen.

*Ansprechpartner: Markus Fallenberg*

Telefon: 02307 1481403

*Annette Held*

Telefon: 02307 1481402

E-Mail: [markus.fallenberg@stadt-kamen.de](mailto:markus.fallenberg@stadt-kamen.de) oder [annette.held@stadt-kamen.de](mailto:annette.held@stadt-kamen.de)

### Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.

Reisedienst

*Ansprechpartnerin: Renate Sterzik*

Telefon: 02303 25024222

Internet: [www.diakonie-reisedienst.de](http://www.diakonie-reisedienst.de)

### Sozialverband VdK

Verband der Kriegs- und Wehrdienststopfer, Behinderten und Rentner, Deutschland Ortsverband Kamen

Treffen jeden 1. Mittwoch im Monat um 15:30 Uhr im Hotel-Restaurant „In der Kaiserau“, Robert-Koch-Straße 43, 59174 Kamen-Methler

*Ansprechpartner: Uwe Diester*

Römerweg 38, 59174 Kamen

Telefon: 02307 31078

### KAB St. Josef Kaiserau

Katholische Arbeitnehmer Bewegung

Seniorentreff jeden 2. Freitag im Monat im Katholischen Pfarrheim St. Marien, Harkortstraße 1, 59174 Kamen-Methler

*Ansprechpartner: Wilhelm Schmücker*

Telefon: 02307 31303



**In Kamen gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten der Freizeitgestaltungen, Treffs und Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren**

Foto: Polylooks

### Kirchengemeinde St. Marien Kamen-Methler

Seniorenrunde der katholischen

Kirchengemeinde St. Marien in Methler

Jeden Dienstag von 15:00 – 17:00 Uhr im Katholischen Pfarrheim St. Marien, Harkortstraße 1, 59174 Kamen-Methler

*Ansprechpartnerin: Ursula Riedner und Isolde Buhr*

Telefon (Frau Buhr): 02307 30430

### KFD Heilige Familie Kamen

Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands

Gruppentreff jeden 3. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr und Frühstück jeden 2. Freitag im Monat um 08:00 Uhr im Pfarrsaal Heilige Familie, Dunkle Straße 4, 59174 Kamen

*Ansprechpartnerin: Gisela Schmidt*

Telefon: 02307 13447

### Evangelische Lutherische Kirchengemeinde Methler

Frauenhilfegruppe I

Gruppentreffen jeden 2. Mittwoch im Monat von 15:00 – 17:30 Uhr im Bodelschwingh-Haus, Otto-Prein-Straße 15, 59174 Kamen-Methler

*Ansprechpartnerin: Annegret Hacheneier*

Telefon: 02307 30298

### Frauenhilfegruppe II

Gruppentreffen jeden letzten Mittwoch im Monat von 15.00 Uhr bis 17.30 Uhr im Bodelschwingh-Haus, Otto-Prein-Straße 15, 59174 Kamen-Methler

*Ansprechpartnerin: Carmen Boese*

Telefon: 02307 236646

# AKTIVITÄTEN UND TREFFPUNKTE FÜR SENIOREN IN KAMEN

## Arbeiterwohlfahrt



Foto: Polylooks

### Frauenhilfegruppe III

Gruppentreffen jeden 3. Mittwoch im Monat von 15.00 Uhr bis 17.30 Uhr im Paul-Gerhardt-Haus in Wasserkurl

*Ansprechpartnerin: Gerda Grube*  
Telefon: 02307 3497

### Evangelische Seniorengemeinschaft

Seniorentreff jeden 1. Montag im Monat um 14.30 bis 16.30 Uhr im Bodelschwingh-Haus in Methler

*Ansprechpartnerin: Brigitte Budde*  
Telefon: 02307 3317

### Deutsches Rotes Kreuz Kamen e. V. (DRK e. V.)

Goethestraße 1 a, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 2874096  
Internet: [www.drk-kamen.de](http://www.drk-kamen.de)

### Seniorenrunde im Ortsteil Kamen-Methler

Königstraße 6, 59174 Kamen-Methler  
Einmal im Monat dienstags von 15:00 – 17:00 Uhr im Bürgerhaus Methler (Veranstaltungsdatum lt. Tagespresse)

*Ansprechpartnerin: Elisabeth Brüggemann*  
Telefon: 02307 12261

### Seniorenrunde im Ortsteil Kamen-Heeren

Goethestraße 1 a, 59174 Kamen-Heeren  
Jeden letzten Donnerstag im Monat von 15:00 – 17:00 Uhr im DRK-Heim Heeren, Goethestraße 1a

*Ansprechpartnerin: Edith Gloger*  
Telefon: 02307 2601347  
*Marion Elsner*  
Telefon: 02307 4751

### Seniorenrunde im Ortsteil Kamen-Mitte

Ev. Gemeindehaus, Schwesterngang 1, 59174 Kamen-Mitte  
Jeden 2. Donnerstag im Monat von 14:00 – 17:00 Uhr

*Ansprechpartnerin: Gabriele Sternberg*  
Telefon: 02307 15689

### Arbeiterwohlfahrt (AWO)

#### AWO Ortsvereine

AWO Ortsverein Kamen-Heeren  
*Vorsitzender: Dr. Michael Jänicke*  
Telefon: 02307 39225

Seniorenrunde im Ortsteil Kamen-Heeren AWO-Begegnungsstätte „Pfortnerhaus“, Westfälische Straße 48  
59174 Kamen-Heeren-Werve  
Jeden Dienstag 15:00 – 17:00 Uhr mit Kaffeetrinken, Unterhaltung, Vorträge, Ausflüge

*Ansprechpartnerin: Erika Theis*  
Telefon: 02307 42285  
*Gerda Trorlicht*  
Telefon: 02307 944868

#### AWO Ortsverein Kamen-Mitte

*Vorsitzender: Bernhard Krüger*  
Telefon: 02307 71626

Seniorenrunde im Ortsteil Kamen-Mitte AWO Begegnungsstätte, Bollwerk 9 a, 59174 Kamen-Mitte  
Jeden Montag und Donnerstag von 13:00 – 16:00 Uhr mit Kaffeetrinken und Unterhaltung (Spiele)

*Ansprechpartner/-in: Hubert Behlau*  
Telefon: 74156  
*Anneliese Schakat*  
Telefon: 02307 12981

#### AWO Ortsverein Kamen-Methler

*Vorsitzender: Reinhard Skodd*  
Telefon: 02307 39225

Seniorenrunde im Ortsteil Kamen-Methler, Bürgerhaus, Heimstraße 3, 59174 Kamen-Methler,  
Jeden Dienstag von 15:00 – 17:00 Uhr mit Kaffeetrinken und Unterhaltung

#### AWO Ortsverein Südkamen

*Vorsitzende: Helma Sekunde*  
Telefon: 02307 73327

Regelmäßige Seniorentreffs in der Senioren-Begegnungsstätte im AWO Dienstleistungszentrum, Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen oder im Perthes-Zentrum in Südkamen mit Informationen, Sprachkurse, Seniorentanz, Seniorennachmittage und Reisen

## Sozialverband Deutschland // Evangelische Arbeitnehmerbewegung // Evangelische Kirchengemeinde // Kultur // Katholische Kirchengemeinde

### AG 60 plus im OV Südkamen

Die AG 60 plus engagiert sich für die besonderen Interessen der Älteren im Stadtteil Südkamen. Ziel ist es, die Interessen der Älteren und das Engagement der Älteren zu fördern. Die AG bietet Mitgliedern wie Gästen ab 60 Jahren ein buntes Politik- und Freizeitprogramm. Hierzu gehören regelmäßige monatliche Treffen, Spiel- und Klönnachmittage, Sprachkurse sowie Fahrten zu Orten der „großen“ Politik.

*Ansprechpartner: Kurt Sekunde*

Telefon: 02307 73327

*Rolf Dechmann*

Telefon: 02307 71157

### Sozialverband Deutschland (SoVD) Bezirk Hamm-Unna

#### SoVD Ortsvereine

#### Ortsverband Kamen-Mitte

Seniorentreff mit Klön und Spiele einmal im Monat in der AWO-Begegnungsstätte, Bollwerk 9 a, 59174 Kamen-Mitte

*Ansprechpartnerin: Heike Ross*

Telefon: 02307 260735 oder 0151 61016902

#### Ortsverband Kamen-Heeren

Regelmäßige Seniorenrunden mit Kaffeetrinken und Unterhaltung zu wechselnden Terminen im Bürgerhaus Heeren, Heerener Straße 197, 59174 Kamen-Heeren

*Ansprechpartner: Dietmar Clausing*

Telefon: 02307 40137

### Evangelische Arbeitnehmerbewegung (EAB) Kamen Mitte

Seniorentreff mit Vorträgen und einer jährlich stattfindenden Seniorenfreizeit jeden 2. Samstag im Monat von 15:00 – 17:00 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus Schwesterngang 1, 59174 Kamen-Mitte

*Ansprechpartnerin: Ursula Tautt*

Telefon: 02307 18958

### Evangelische Kirchengemeinde Kamen

Überbezirkliche Seniorenrunde der Ev. Kirchengemeinde Kamen mit Kaffeetrinken, Informationen und Unterhaltung Jeden letzten Montag im Monat von 15:00 – 17:00 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus, Schwesterngang 1, Kamen-Mitte

*Ansprechpartnerin: Marita Maul*

Telefon: 02307 75518

*Pastor Ulrich Poth*

Telefon 02307 281288



### Seniengruppen der evangelischen Kirchengemeinde zu Heeren-Werve

Heerener Straße 144, 59174 Kamen-Heeren

a) Altestube jeden Montag von 15:00 – 17:00 Uhr

b) Altenkreis jeden 2. Mittwoch im Montag von 15:00 – 17:00 Uhr

Beide Gruppen treffen sich im Lutherzentrum in Heeren-Werve.

Angebote: Andachten, gemeinsames Kaffeetrinken, geselliges Zusammensein mit Spielen, Liedern, Gedächtnistraining, Tanzen im Sitzen, Vorträge zu aktuellen seniorenspezifischen Themen, jährliche Seniorenfreizeiten, Ausflüge und Bunten Abenden.

*Ansprechpartnerin: Gisela Schröter*

Telefon: 02307 283980 (Di u. Fr 09:00 – 11:00 Uhr)

### Katholische Kirchengemeinde Kamen-Heeren

Seniengruppe der katholischen Kirchengemeinde Heeren mit Wortgottesdienst, Kaffeetrinken und Unterhaltung, Jeden Donnerstag von 15:00 – 16:30 Uhr im Katholischen Pfarrheim (St. Barbara-Haus, Westfälische Straße 21, 59174 Kamen-Heeren)

*Ansprechpartnerin: Maria Plaß*

Telefon: 02307 4616

### Katholische Frauengemeinschaft Heeren-Werve (KFD)

Jeden Donnerstag von 09:00 – 10:30 Uhr im Katholischen Pfarrheim Heeren (St. Barbara-Haus) Wortgottesdienst mit anschließendem Frühstück und diversen Vorträgen. Ein Jahresausflug und andere Freizeitaktivitäten werden ebenfalls angeboten. Eine Turngruppe der KFD bietet Bewegung und Gymnastik.

*Ansprechpartnerin: Ludgera Güneysu*

Telefon: 02307 42288

### Naturfreunde Heeren-Werve

Zusammenkünfte der Naturfreunde jeden 1. und 3. Donners- tag im Monat um 19:00 Uhr im Naturfreundehaus, Westfälische Straße 23, Kamen-Heeren

*Ansprechpartnerin: Ernst Schulze-Bramey*

Telefon: 02307 41263

# AKTIVITÄTEN UND TREFFPUNKTE FÜR SENIOREN IN KAMEN

## Kultur

Erleben Sie das Kamener Kulturangebot, Theatervorführungen, Konzertabende und Ausstellungen warten auf Ihren Besuch. Doch auch während des Sommers ist Kamen kulturell aktiv. Die beliebte Veranstaltungsreihe „Summer Life“ offeriert spezielle Konzerte sowohl in Kamen-Mitte als auch in den Stadtteilen. Theaterstücken mit aus Funk und Fernsehen bekannten Gesichtern, über berühmte Melodien großer Komponisten im Rahmen der Kammerkonzerte und der Sinfonischen Reihe bis hin zu lustigen Theaternachmittagen für die Kleinsten. Ergänzt wird das vielseitige Kulturprogramm der Konzertaula durch Ausstellungen in der Rathausgalerie, Konzerte der Musikschule und Veranstaltungen in der Stadtbücherei und im Haus der Stadtgeschichte.

### Kamener Kultur Kalender

Stadtverwaltung Kamen

Fachbereich Kultur, Rathausplatz 1, 59174 Kamen

Telefon: 02307 1483512 und 1483513

(Kartenvorverkauf Zimmer 421, 4 Etage im Rathaus)

Telefax: 02307 1489000

E-Mail: [kultur@stadt-kamen.de](mailto:kultur@stadt-kamen.de)

Die Stadt Kamen hat seit dem Jahr 2002 ein „Haus der Stadtgeschichte“.

Dieses Haus ist das historische Gedächtnis unserer Stadt. Es beheimatet das Archiv mit seinen reichhaltigen Beständen, die wissenschaftliche Bibliothek und das lokal-geschichtliche Museum. Die Aufgabe der Institution „Haus der Stadtgeschichte“ ist die Sammlung, Erhaltung, Erschließung und Nutzbarmachung von Archiv- und Museumsgut sowie die Vermittlung der städtischen Geschichte. Dies geschieht z. B. durch eine Dauerausstellung, mehrere Sonderausstellungen im Jahr, Führungen, Vorträge, Lesungen, Konzerte und pädagogische Angebote. Das Haus ist für die Öffentlichkeit eingerichtet worden und kann während der Öffnungszeiten besucht werden.

### Haus der Stadtgeschichte, Museum und Stadtarchiv

Bahnhofstraße 21, 59174 Kamen

Telefon: 02307 553412

Telefax: 02307 553414

E-Mail: [museum@stadt-kamen.de](mailto:museum@stadt-kamen.de)

Öffnungszeiten Stadtarchiv:

Di – Do 10:00 – 12:00 Uhr, 14:00 – 17:00 Uhr

Öffnungszeiten Museum:

Di – Do 10:00 – 12:00 Uhr, 14:00 – 17:00 Uhr

Fr 10:00 – 12:00 Uhr

So 14:00 – 17:00 Uhr

Mo, Sa und feiertags geschlossen!



Foto: Schweizer/Thinkstock

### Stadtbücherei Kamen

Markt 1, 59174 Kamen

Telefon: 02307 923180

Telefax: 02307 923181

E-Mail: [buecherei@stadt-kamen.de](mailto:buecherei@stadt-kamen.de)

Leitung: *Andrea Sternal*

Öffnungszeiten:

Di, Do, Fr 10:00 – 18:00 Uhr

Mi 14:00 – 18:00 Uhr

Sa 10:00 – 13:00 Uhr

### Städtische Musikschule Kamen

Erleben Sie im historischen Galenhof „Musik in allen Klangfarben“ und lernen sie das musikalische Angebot der Stadt. Musikschule Kamen kennen. Die Unterrichtsphilosophie gründet sich auf: Musik erleben für alle – Musikunterricht für alle Altersstufen wird geboten. Musik bringt Farbe ins Leben – geboten wird ein begeisternder Unterricht in einer positiven und stressfreien Lernumgebung, die den Alltag einfach mal für eine Zeit hinten anstehen lässt. Lassen Sie sich in den Räumlichkeiten der Musikschule von der Freude am Musizieren und vom gemeinsamen Ensemblespiel begeistern.

### Städtische Musikschule Kamen

Telefon: 02307 9133010

E-Mail: [info@musikschule-kamen.de](mailto:info@musikschule-kamen.de)

### Volkshochschule Kamen-Bönen

Am Geist 1, 59174 Kamen

Telefon: 02307 9242050-55

Telefax: 02307 9242061

E-Mail: [vhs@stadt-kamen.de](mailto:vhs@stadt-kamen.de)

Leiter der VHS Kamen-Bönen: *Dipl.-Päd. Manfred von Horadam*

Telefon: 02307 9242050

E-Mail: [vhs@stadt-kamen.de](mailto:vhs@stadt-kamen.de)

# GESUNDHEIT, GESUNDHEITSVORSORGE UND BEWEGUNG IM ALTER

Reha- und Behinderten-Sportgemeinschaft Kaiserau e. V.  
 – Sportverein für Behinderte und Nichtbehinderte  
 Gefäßgruppe, Bosseln, Flugball & Badminton, Wirbelsäulengymnastik, Faustball, Gymnastik & Leichtathletik, Tischtennis und Boccia, Wassergymnastik & Schwimmen.

Über das gesamte Angebot informieren folgende Ansprechpartner: *Hans Bothe*  
 Telefon: 02307 72581  
*Brigitte Niederellmann*  
 Telefon: 02307 30514

Behindertensportgruppe Kamen-Mitte und Heeren-Werve  
 – BSG Kamen e. V.  
 Gymnastik mit Musik  
 Fr 18:00 – 19:00 Uhr in der Sporthalle der Südschule in Südkamen  
 Wassergymnastik  
 Mo 19:00 – 19:40 Uhr (Gruppe 1)  
 und 19:40 – 20:15 Uhr (Gruppe 2)





logo **paedische** praxis Alexandra Mann



**Sprachtherapie für Kinder & Erwachsene**  
**Stimm- und Schlucktherapie**  
**Logopädie bei Schlaganfällen**

Hausbesuche

Oststr. 31 • 59174 Kamen • ☎ 02307 - 96 73 40  
[praxis@logopaedie-mann.de](mailto:praxis@logopaedie-mann.de) • [www.logopaedie-mann.de](http://www.logopaedie-mann.de)



## KLINIKUM WESTFALEN

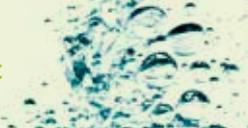


**Hellmig-Krankenhaus Kamen**

Nordstraße 34  
 59174 Kamen

Tel.: 0 23 07 149-1  
[www.klinikum-westfalen.de](http://www.klinikum-westfalen.de)  
[info@klinikum-westfalen.de](mailto:info@klinikum-westfalen.de)

**Wussten Sie schon, dass ein Mensch täglich mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit zu sich nehmen sollte?**





**Wieder gut HÖREN**

Wir helfen mit einem breit gefächerten Angebot!

**HÖRGERÄTE Middendorf**

*Excelenter Service für Sie – auch wenn Sie Ihr Gerät nicht bei uns gekauft haben.*

Susanne Middendorf  
 Hörgeräteakustik-Meisterin  
 Bahnhofstr. 56  
 59174 Kamen  
 Tel. 02307/923434

[www.middendorf-kamen.de](http://www.middendorf-kamen.de)

Das Plus für Ihre Gesundheit

# GESUNDHEIT, GESUNDHEITSVORSORGE UND BEWEGUNG IM ALTER

## Seniorensport // Turngemeinden // Ernährungsberatung // Selbsthilfegruppen

### Reha – Sportangebote

Mo 20:15 – 21:00 Uhr  
Kleinschwimmhalle der Astrid-Lindgren-Schule in Heeren-Werve

*Ansprechpartnerin: Doris Keidel*  
Telefon: 02307 43487

### Stadtseniorenring Kamen

Schwimmfahrten zu der Sole Therme nach Bad Sassendorf. Gewöhnlich jeden ersten Mittwoch und jeden dritten Montag im Monat (Terminänderungen möglich). Der Bus fährt aus allen Stadtteilen in Kamen. Anmeldungen und Auskünfte zu den Terminen und Abfahrtsorten erteilen:

*Eheleute Christa und Werner Herrmann*  
Telefon: 02307 933285

### Schwimmverein Westick-Kaiserau

Mo 19:30 – 20:30 Uhr Schwimmen  
Fr 10:00 – 11:00 Uhr Wassergymnastik und Schwimmen.  
Hallenbad Methier  
Einmal im Jahr wird eine gemeinsame Fahrt durchgeführt und weitere Veranstaltungen mit geselligem Beisammensein organisiert.

*Ansprechpartnerinnen: Hildegard Naujokat*  
Telefon: 02307 10684  
*Bärbel Felt*  
Telefon: 0231 278104

### TuS Westfalia Kamen

Gymnastik und verschiedene Ballspiele für Seniorinnen und Senioren  
Mo 20:00 – 22:00 Uhr  
in der Sporthalle der Südschule in Südkamen

*Ansprechpartner: Heinrich Conrad*  
Telefon: 02307 17836 (Männergruppe)  
*Margret Spiller*  
Telefon: 02307 17416 (Frauengruppe)  
*Adelheid Erftmann*  
Telefon: 0231 513150 (Frauengruppe)

### VfL Kamen – Turnabteilung

Bewegung für Senioren ab 60 Jahren  
Mo 18:30 – 20:00 Uhr  
in der Doppelturnhalle des Gymnasiums

*Übungsleiterin: Ina Schröder*  
*Ansprechpartnerin: Luise Lingenberg*  
Telefon: 0173 9750362

### Koronarsport

(Gruppenstunden unter ärztlicher Aufsicht)  
Di 20:00 – 21:30 Uhr  
in der Dreifachsporthalle 2 an der Gesamtschule Kamen

*Ansprechpartner: Rainer Hilse*  
Telefon: 02307 85693

Alle Sportangebote für Seniorinnen und Senioren sind bei der VfL-Geschäftsstelle unter der Telefonnummer 02307 15444 zu erfahren.

### TV Südkamen – Seniorensport

#### Sport für Männer

Do 16:00 – 17:30 Uhr in der Sporthalle Südkamen  
Wickinger Spiel und Hallen-Bowle für alle  
Di 17:00 – 18:30 Uhr  
in der Sporthalle Südkamen

*Ansprechpartner: Hans-Albert Römer*  
Telefon: 02307 30797 und  
*Ortwin Klesper*  
Telefon: 02307 71091

### Damensportgruppe

Tanz, Gleichgewichts- und Koordinationsübungen, Rücken-training und Entspannung  
Mo 15:00 – 16:30 Uhr in der Sporthalle in Südkamen

*Ansprechpartnerin: Ursula Persohn*  
Telefon: 02307 67652

### Turngemeinde Heeren-Werve

#### Turngruppe Herren – Senioren

Do 20:00 bis 22:00 Uhr  
Sporthalle Astrid-Lindgren-Schule Heeren  
Übungsleiterin: Kirsten Lindner Janssen

#### Gymnastik, Spiele und Tänze – Seniorinnen

Di 16:30 – 18:30 Uhr  
Sporthalle Astrid-Lindgren-Schule Heeren

*Übungsleiterin: Hannelore Ackermann*  
Telefon: 02307 43910

#### Gymnastik für Frauen 50 +

Do 18:00 – 19:00 Uhr  
Sporthalle Astrid-Lindgren-Schule Kamen-Heeren

### Fit bis ins hohe Alter

Do 19:00 – 20.00 Uhr

Sporthalle Astrid-Lindgren-Schule Kamen-Heeren

Übungsleiterin Frau Silvia Wientke

Jeden letzten Dienstag und Donnerstag im Monat treffen sich die Gruppenmitglieder im Vereinsheim zum gemütlichen Beisammensein. Für Fragen steht Ihnen die Geschäftsstelle der TG Heeren-Werve unter der Telefonnummer 43978 zur Verfügung.

### Ernährungsberatung

Essen hält Leib und Seele zusammen, sagt ein altes Sprichwort. Eine bedarfsdeckende, ausgewogene Ernährung zählt zu den wesentlichen Voraussetzungen für Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Rat und Hilfe dazu erhalten Sie bei Ihrem Arzt und Ihrer Krankenkasse. Während und nach einer stationären Behandlung erhalten Sie auch eine Beratung unter folgender Adresse: Klinikum Westfalen, Hellmig Krankenhaus

*Ansprechpartnerinnen: Nicole Helpenstein*

Telefon: 02307 149268

### Selbsthilfegruppen

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden, von einer Krankheit, einer Sucht oder von sozialen Schwierigkeiten betroffen sind.

Ihr Anliegen ist es, sich selbst und Anderen im persönlichen Austausch zu helfen und die Lebensumstände zu verbessern. Der gegenseitige Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen macht Mut zu neuer Aktivität und unterstützt die aktive, eigenverantwortliche und selbstbestimmte Bewältigung kritischer Lebenssituationen. Jede Gruppe hat ihren eigenen Charakter und gestaltet ihre Treffen nach ihren individuellen Vorstellungen. Gemeinsam ist allen Gruppen, dass sie in der Regel offen für neue Mitglieder sind und ohne finanzielle Interessen handeln. Selbsthilfegruppen finden sich u. a. zu folgenden Themen:

- Gesundheit (Behinderung, Brustkrebs, Darmerkrankungen, Diabetes mellitus, Essstörungen, Hörschädigungen, Morbus Bechterew, Multiple Sklerose, Rheuma, Schlaganfall, Sehprobleme)
- Psyche/Soziales (Alleinerziehende, Ängste, alternative Wohnprojekte, Borderline, Depressionen, Elterngruppen, Hochbegabung, Messies, Panik, Pflege, Selbstbewusstsein, Singles, Sterben, Trauer, Trennung, Scheidung)
- Sucht (Alkohol, Drogen, Spieler)
- Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.) im Kreis Unna unterstützt Sie, wenn Sie
- eine Selbsthilfegruppe suchen,



**Mit regelmäßigem Sport älter werden, heißt nicht nur länger gesund bleiben, sondern fördert auch im ganz erheblichen Maße das eigene Wohlbefinden. In Kamen gibt es eine Vielzahl von Senioren-Sportangeboten.**

- eine Selbsthilfegruppe gründen möchten,
- Kontakt zu Fachleuten suchen,
- Schwierigkeiten in ihrer Selbsthilfegruppe haben,
- Infrastrukturelle Unterstützung (Räume, Bürotechnik, Drucke, Postversand) benötigen,
- als Selbsthilfegruppe Fördermittel in Anspruch nehmen möchten,
- eine Selbsthilfe-Veranstaltung organisieren wollen,
- wenn Sie öffentlichkeitswirksam tätig werden wollen.

**Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.)**

Kreis Unna

Gesundheitshaus Unna

Massener Straße 35, 59423 Unna

Telefon: 02303 272829

Telefax: 02303 272499

*Ansprechpartnerin: Margret Voß*

E-Mail: [margret.voss@kreis-unna.de](mailto:margret.voss@kreis-unna.de)

## SPEZIELLE BERATUNG



Foto: Polymedix

**Betreuungsrecht –  
Rechtliche Betreuung  
Volljähriger,  
(Vorsorge-)Vollmacht,  
Betreuungsverfügung,  
Patientenverfügung**

Jeder von uns kann durch Unfall, Krankheit oder Alter in eine Lage geraten, in der er wichtige Angelegenheiten nicht mehr selber regeln kann. Hier bekommen Sie Informationen, wie für diesen Fall Vorsorge getroffen werden kann. Begriffe, die in diesem Zusammenhang häufig auftauchen, sind die **Vorsorgevollmacht** und die **Patientenverfügung** (auch Patiententestament genannt). Oftmals wird nicht genau unterschieden zwischen Patientenverfügung und **Vorsorgevollmacht**. Es handelt sich im juristischen Sinne allerdings um zwei grundlegend verschiedene Dinge.

Die **Vorsorgevollmacht** dient dazu, eine Person Ihres Vertrauens für den Fall zu bevollmächtigen, dass Sie nicht mehr in der Lage sind, bestimmte Angelegenheiten zu regeln. Das kann beispielsweise die Erledigung von Bank- oder Versicherungsgeschäften sein oder der Abschluss eines Heimvertrags. Haben Sie keine **Vorsorgevollmacht** erstellt und können Sie ihre Angelegenheiten (teilweise) nicht mehr selber erledigen, folgt grundsätzlich ein **gerichtliches Betreuungsverfahren**, und zwar auch dann, wenn Sie Angehörige haben, weil diese erst durch das Gericht zum Betreuer bestellt werden müssen. Eine ordnungsgemäß erstellte **Vorsorgevollmacht** kann in vielen Fällen die Einleitung eines **Betreuungsverfahrens** verhindern.

In einer **Patientenverfügung** hingegen trifft man bestimmte Entscheidungen im Bereich der medizinischen Versorgung im Voraus für den Fall, dass man später nicht mehr in der Lage ist, diese Entscheidung wirksam zu treffen. Ein Beispiel hierfür ist die Frage, ob lebensverlängernde Maßnahmen bei unheilbaren Krankheiten durchgeführt werden sollen. Es geht bei der **Patientenverfügung** also nicht um die Vertretung beim Abschluss von Geschäften; hierfür ist die **Vorsorgevollmacht** gedacht. Vielmehr geht es darum, seinen Willen hinsichtlich der Behandlung von Krankheiten zu einem Zeitpunkt schriftlich niederzulegen, zu dem eine solche Entscheidung noch eigenverantwortlich getroffen werden kann.

Schließlich gibt es noch **Betreuungsverfügungen**. Diese sind von **Patientenverfügungen** und **Vorsorgevollmachten** zu unterscheiden. In einer **Betreuungsverfügung** können Sie Wünsche hinsichtlich einer **Betreuung** äußern, die Sie im **Betreuungsfall** möglicherweise krankheitsbedingt nicht mehr zum Ausdruck bringen können. Auskünfte zum **Betreuungsrecht** erhalten Sie bei folgenden Institutionen:

### Betreuungsstelle des Kreises Unna

*Ansprechpartnerin: Gabriele Flechsig*  
Gesundheitshaus  
Massener Straße 35, 59423 Unna  
Telefon: 02303 272851  
E-Mail: [gabriele.flechsig@kreis-unna.de](mailto:gabriele.flechsig@kreis-unna.de)

### Betreuungsverein AWO im Kreis Unna

*Ansprechpartnerin: Petra Grothaus*  
Marie-Juchacz-Straße 1, 44536 Lünen  
Telefon: 02306 370316  
Internet: [www.awo-un.de](http://www.awo-un.de)

### Betreuungsverein Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.

Dienststelle Bergkamen  
Ebertstraße 20, 59192 Bergkamen  
Telefon: 02307 983000  
E-Mail: [btv-unna@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:btv-unna@diakonie-ruhr-hellweg.de)  
Internet: [www.diakonie-ruhr-hellweg.de](http://www.diakonie-ruhr-hellweg.de)

### Betreuungsverein Lebenshilfe NW e. V.

*Ansprechpartner: Bernd Löbker*  
Bahnhofstraße 46 a, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 72668  
E-Mail: [loebker.bernd@lebenshilfe-nrw.de](mailto:loebker.bernd@lebenshilfe-nrw.de)



Foto: Polylooks



Foto: Thinkstock

### Sozialverband VdK Nordrhein-Westfalen Ortsverband Kamen

Der VdK ist ein Sozialverband, der die Interessen von Sozialrentnern, Schwerbehinderten, Unfallopfern sowie Kriegs- und Wehrdienststopfern vertritt. Die Mitglieder des VdK profitieren von den folgenden Serviceangeboten:

- Beratung in allen sozialrechtlichen Fragen vom Schwerbehinderten- bis zum Rentenrecht
- Rechtsvertretung vor Sozialgerichten, dem Landessozialgericht und in besonderen Fällen vor dem Bundessozialgericht, vor Widerspruchsausschüssen und in Kriegsopferfragen vor den Verwaltungsgerichten
- Geselligkeit, Freizeitaktivitäten, Kontakte, Reisen und Tagesausflüge
- Soziale Betreuung älterer Menschen, die nach ihren Lebensumständen hilfsbedürftig oder vereinsamt sind, z. B. im Rahmen von Kranken- und Altenbesuchen.

**Ansprechpartner: Uwe Diester**  
Römerweg 38, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 31078

### Sozialverband Deutschland (SoVD) Bezirk Hamm – Unna

Zweck des SoVD, ehemals Reichsbund, gegründet 1917, ist es, die Altersfürsorge für Rentner aus der gesetzlichen Sozialversicherung, die Hilfe und Fürsorge für Behinderte, Arbeitsunfallverletzte, Sozialhilfeempfänger und jugendliche Behinderte zu fördern, um ein Höchstmaß an sozialer Gerechtigkeit zu erreichen.

Ansprechpartner:

Bezirksgeschäftsstelle Unna, Bahnhofstraße 37

Telefon: 02303 14230

Telefax: 02303 239614

Außensprechstunde:

Jeden 1. Montag im Monat von 08:30 – 11:30 Uhr

im Rathaus Kamen, Rathausplatz 1

59174 Kamen, Sitzungssaal 1

### BDH Bundesverband Rehabilitation

Der BDH Bundesverband Rehabilitation ist die größte deutsche Fachorganisation auf dem Gebiet der Rehabilitation von neurologischen Patienten. Weiterhin bietet der BDH rechtliche Beratung und professionelle Vertretung vor Behörden, Versicherungen und den Instanzen der Sozialgerichtsbarkeit sowie ehrenamtliche soziale Betreuung an.

Ziele des BDH ist es, in allen seinen Gliederungen Rahmenbedingungen zu erhalten und auszubauen, welche kranken und behinderten Menschen helfen, ihr persönliches Schicksal zu meistern und die sie bei der familiären, gesellschaftlichen und beruflichen Integration unterstützen.

Von einer Hirnschädigung Betroffene und ihre Angehörigen geraten oft in soziale Isolation. Der BDH fördert deshalb den Kontakt von Betroffenen untereinander und mit Fachleuten in Selbsthilfegruppen und den Kreis- und Ortsverbänden.

Kontakt: BDH Kreisverband Unna-Kamen-Lünen-Münster  
**Hans-Jürgen Spröh**  
Matthias-Claudius-Straße 21, 44534 Lünen  
Telefon: 02306 72975  
E-Mail: [info@bdh-unna.de](mailto:info@bdh-unna.de)  
Internet: [www.bdh-unna.de](http://www.bdh-unna.de)

### Frauenforum im Kreis Unna e. V.

Beratung, Begleitung und geschützte Zufluchtsorte für Mädchen sowie Frauen und ihre Kinder, die körperliche, seelische oder sexualisierte Gewalt erlebt haben, ohne den Schutz der eigenen Wohnung leben müssen oder sich in anderen vielfältigen Krisensituationen befinden.

Kontakt: Geschäftsstelle Hansastraße 38, 59425 Unna  
Telefon: 02303 778910

## SPEZIELLE BERATUNG

### Frauenübernachtungsstelle

Für Frauen ab 18 Jahren bei Wohnungslosigkeit

Angebot: Übernachtungsstelle mit Ganztagsaufenthalt sowie Hilfen zur Verbesserung der Lebenssituation wohnungsloser Frauen aus dem ganzen Kreis Unna.

*Ansprechpartnerin: Christina Schulz*

Telefon: 02303 7789130 (24 Std. tgl. erreichbar)

### FrauenRäume

Für alle alleinlebenden oder alleinerziehenden Frauen von 21 bis 65 Jahren

Angebot: Unterstützung in Krisensituationen, Beratung und Begleitung in den Bereichen Ämtergänge, Wohnen, Haushalt und Strukturierung des Alltags und Förderung der Teilhabe am kulturellen und gesellschaftlichen Leben.

Telefon: 02303 7789140

### Frauenhaus

Das Frauenhaus ist ein Zufluchtsort für Frauen und deren Kinder, die Gewalt erlebt haben oder von Gewalt bedroht sind.

Telefon: 02303 7789150 (24 Std. tgl. erreichbar)

### Frauenkrisentelefon

Zu erreichen ist das Frauenkrisentelefon an jedem Wochenende freitags ab 13:00 durchgehend bis montags 08:15 Uhr und vor Feiertagen ab 17:00 Uhr bis zum darauffolgenden Werktag 08:15 Uhr.

Telefon: 02303 82202

### Schuldnerberatung

Zentrale Schuldnerberatung der Arbeiterwohlfahrt

Die zentrale Schuldnerberatung der Arbeiterwohlfahrt bietet eine qualifizierte und spezialisierte Beratung bei Verschuldung, zu geringem Einkommen, unbezahlten Rechnungen usw. an. Die Schuldner- und Insolvenzberatung ist kein Kreditinstitut und übernimmt daher keine Kredite und vermittelt in der Regel auch keine Umschuldungsdarlehen. Absolute Vertraulichkeit und Verschwiegenheit sind bei einer Beratung selbstverständlich. Um kostendeckend arbeiten zu können, wird ein geringes Entgelt erhoben. Weitere Informationen können nach vorheriger telefonischer Terminabsprache in einem persönlichen Gespräch erteilt werden.

Zentrale Schuldnerberatung der Arbeiterwohlfahrt

Unterbezirk Unna, Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen

Telefon: 02307 92488-0

Bürozeiten:

Mo, Di, Mi 08:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 16:00 Uhr

Do 14:00 – 16:00 Uhr

Fr 08:00 – 12:00 Uhr

### Projekt Lebens-Lotse der Evangelischen Kirchengemeinde und der Diakonie Ruhr-Hellweg

Lebenslotsen unterstützen im Alltag...

...wenn die riesige Stromnachzahlung die junge Familie in eine Existenzkrise zu stürzen droht.

...wenn die Seniorin aus der Nachbarschaft ihren Haushalt nicht mehr schafft.

...wenn der Überblick über die Formulare und Anträge weg ist.

*Ansprechpartnerin: Frau Sabine Emming*

Fachkraft der Diakonie Ruhr-Hellweg

Beratung: Freitags von 11:30 – 13:00 Uhr im Ev. Gemeindehaus Kamen, Schwesterngang 1, 59174 Kamen

### Beratung Polizei/Senioren

Das Kommissariat Kriminalprävention/Opferschutz der Kreispolizeibehörde Unna hat sich gerade im Bereich der Senioren das Ziel gesetzt, Senioren zu beraten und zu informieren, um somit zur Sicherheit der älteren Bürger/-innen beizutragen.

Aus diesem Grund wurde 1998 das Projekt „Senioren helfen Senioren“ ins Leben gerufen. In diesem Projekt werden aktive Senioren in einem Seminar intensiv in Themen der Kriminal- und Verkehrsprävention eingearbeitet. Die Senioren gehen nach diesem Seminar selbständig in Vereine, Seniorengruppen etc., um ihr Wissen weiterzugeben. Auf Wunsch kommen sie auch gerne zu Ihnen. Speziell für Senioren bietet das Kommissariat Kriminalprävention/Opferschutz Vorträge zur Thematik: „Wie schütze ich mich im Alltag/Alter?“ an.

*Weitere Informationen erhalten Sie unter*

*[www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de) oder telefonisch unter der Rufnummer 02307 9214414 bei Kriminaloberkommissarin Petra Landwehr.*

Weiterhin bietet das Kommissariat Kriminalprävention/Opferschutz Einzelberatungen zum Einbruchschutz an. Rufen sie an und vereinbaren sie einen Termin.

*Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)*

*oder telefonisch unter der Rufnummer 02307 9214412 bei Kriminalhauptkommissar Detlef Kratzke.*

Falls Sie Opfer einer Straftat geworden sind, stehen Ihnen die zuständigen **Opferschutzbeauftragten** der Kreispolizeibehörde Unna mit Rat und Tat zur Seite.

*Weitere Informationen erhalten sie unter [www.polizei-nrw.de](http://www.polizei-nrw.de)*

*oder telefonisch unter der Rufnummer 02307 9214426 bei Kriminalhauptkommissarin Bettina Dresselhaus.*

Ansonsten wenden sie sich mit Ihren Fragen an das Kommissariat Kriminalprävention/Opferschutz  
Am Bahnhof 12, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 9214400  
E-Mail: [kriminalpraevention.unna@polizei.nrw.de](mailto:kriminalpraevention.unna@polizei.nrw.de)  
Alle Angebote sind kostenlos.

# LEBENSUNTERHALT

## Rentenversicherungsstelle // Sozialhilfe // Grundsicherung // Wohngeld // Zuzahlungsbefreiung

### Rentenversicherungsstelle

Hier erhalten Sie Beratung in allen Rentenangelegenheiten. Anträge auf Kontenklärung, Rehabilitation und Rentenanträge für die Deutsche Rentenversicherung werden hier entgegengenommen bzw. für Sie gestellt.

Kontakt: Rentenversicherungsstelle im Rathaus Kamen  
Mo – Fr 08:00 – 12:00 Uhr, Nachmittags geschlossen  
Telefon: 02307 148-3402

### Sozialhilfe

- Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem SGB XII für Personen, die nicht erwerbsfähig oder vorübergehend erwerbsunfähig sind
- Grundsicherung im Alter (ab 65 Jahren) und bei voller Erwerbsminderung

### Hilfe zur Pflege

Sozialhilfe unterstützt auch pflegebedürftige Personen, indem sie die mit der Pflege verbundenen Kosten ganz oder teilweise übernimmt. Seit Einführung der Pflegeversicherung ist die Sozialhilfe vor allem zuständig für Pflegebedürftige, die das Kriterium der „erheblichen Pflegebedürftigkeit“ (Pflegestufe I) nicht erfüllen, in Fällen kostenintensiver (Schwerst-) Pflege, für die nach oben hin begrenzten Leistungen der Pflegeversicherung nicht ausreichend sind, für die Finanzierung der nicht von der Pflegeversicherung übernommenen Kosten für Unterkunft, Verpflegung und Investitionskosten bei der Pflege in Einrichtungen sowie für nicht pflegeversicherte Personen.

Weitere Informationen erhalten Sie beim Kreis Unna  
Telefon: 02303 270

Zielgruppe: Hilfsbedürftige Personen, die die Altersgrenze erreicht haben oder wegen einer bestehenden Erwerbsminderung auf Dauer ihren Lebensunterhalt nicht aus eigener Erwerbstätigkeit bestreiten können, haben Anspruch auf Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem Vierten Kapitel des Zwölften Buches Sozialgesetzbuch (SGB XII). Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung setzen jedoch voraus, dass Bedürftigkeit vorliegt.

Weitere Informationen erhalten Sie im Rathaus Kamen  
Fachbereich Bürger Service  
Telefon: 02307 1483679 oder 02307 1483680.

### Grundsicherung für Arbeitssuchende nach dem SGB II (Arbeitslosengeld II – „Hartz IV“)

Menschen zwischen dem vollendeten 15. Lebensjahr und dem vollendeten 65. Lebensjahr können Leistungen zur Sicherung ihres Lebensunterhaltes bekommen, wenn sie nach den Bestimmungen der Rentenversicherung erwerbsfähig sind. Personen, die bereits vor dem 65. Geburtstag eine Altersrente

beziehen, sind nicht leistungsberechtigt. Für eine Beratung und unter Umständen notwendige Leistungsgewährung ist das Jobcenter Kreis Unna zuständig. Ihr Leistungsteam für die Stadt Kamen finden Sie im Jobcenter Kamen, z. Zt. noch im Rathaus Kamen untergebracht, demnächst jedoch in dem neuen Bürogebäude neben dem Rathaus.  
Telefon: 02303 25380

### Wohngeld

Zielgruppe: Bürger mit geringem Einkommen, die Mieter von Wohnungen oder selbst nutzende Eigentümer von Eigenheimen oder Eigentumswohnungen sind. Wohngeld ist ein staatlicher Zuschuss zu den Kosten für den Wohnraum. Wohngeld gibt es entweder als Mietzuschuss (für Mieter einer Wohnung) oder als Lastenzuschuss (für Eigentümer eines Eigenheimes oder einer Eigentumswohnung). Ob und in welcher Höhe Sie Wohngeld in Anspruch nehmen können, hängt von den mehreren Faktoren ab. Die Antragstellung und die Beratung zum Wohngeld erfolgt im Rathaus Kamen, Fachbereich Bürger Service  
Telefon: 02307 1483672 oder 02307 1483673.

### Befreiung von der Rundfunk- und Fernsehbeitragspflicht oder Ermäßigung des Rundfunk- und Fernsehbeitrags, Telefongebührenermäßigung

Seit dem 01.01.2013 müssen alle (beitragspflichtigen) Haushalte in Deutschland einen Rundfunkbeitrag in Höhe von 17,98 Euro monatlich bezahlen. Gleichzeitig wurde die GEZ (Gebühreneinzugszentrale) durch den ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice abgelöst. Bürgerinnen und Bürger können für ihre Wohnung eine Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht bzw. eine Ermäßigung des Rundfunkbeitrags beantragen. Dafür muss eine der folgenden Voraussetzungen vorliegen: Sie erhalten Sozialleistungen, Ausbildungsförderung oder haben gesundheitliche Einschränkungen.

Genauere Informationen erhalten Sie unter [www.rundfunkbeitrag.de/service](http://www.rundfunkbeitrag.de/service) oder unter der Rufnummer 0185 99950400 oder im Rathaus Kamen bei der Seniorenbetreuung  
Telefon: 02307 1481402 oder 02307 1481403.

### Zuzahlungsbefreiung bei der Krankenkasse

Als Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse müssen Sie jährlich zwei Prozent Ihres Einkommens an Zuzahlungen leisten. Diese Zahlungen beziehen sich auf Zuzahlungen für Arznei-, Verband-, Heil- und Hilfsmittel, Krankenhaus, Krankenfahrten, Haushaltshilfen oder häusliche Krankenpflege. Chronisch Kranke sind von dieser Regelung ausgenommen, bei ihnen liegt die Grenze bei einem Prozent des Bruttoeinkommens. Unter bestimmten Voraussetzungen können Sie jedoch eine Zuzahlungsbefreiung beantragen. Genauere Informationen über die Zuzahlungsbefreiung erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

## WOHNEN IM ALTER

**Eine barrierefreie oder zumindest barrierearme Wohnung fördert die Selbständigkeit im Alter, den Verbleib im eigenen Zuhause, auch bei Beeinträchtigungen. Dies wünschen nahezu 100% der Bevölkerung.**

Fußläufige Erreichbarkeit des Öffentlichen Personen Nahverkehr (ÖPNV), von sozialen, gesundheitlichen, kulturellen Angeboten, von Einkaufsmöglichkeiten für den täglichen Bedarf, ist erforderlich. Nicht das Alter, sondern eine nicht altersgerechte Wohnung gefährdet in vielen Fällen die selbständige Lebensführung.

### Wohnberatung

Häufig sind es nur kleine Wohnungsmängel, die für Ältere und Pflegebedürftige den Tagesablauf stark beeinträchtigen, sich aber durch einfache Lösungen beseitigen lassen. Die Wohnberatung entwickelt gemeinsame Vorschläge zur barrierefreien Umgestaltung und Anpassung der Wohnung, um selbständiges Wohnen in vertrauter Umgebung solange wie möglich zu unterstützen. Sie hilft bei



Foto: DW Politi

- der Auswahl von Alltagshilfe (z. B. Haltegriffe, Toiletten-sitzerhöhungen) oder technischen Hilfsmitteln (z. B. Treppensteighilfen, Hebelifte, Herdüberwachung)
- Ausstattungsveränderungen in der Wohnung (z. B. Orientierungshilfen, Möbelerhöhungen)
- Neu- und Umbauten (z. B. Ersatz der Badewanne durch bodengleiche Dusche, Rollstuhlrampen)
- Finanzierungen und Antragstellungen

Auch Vermieter, Wohneigentümer und Wohnungsgesellschaften, die beim Neu- und Umbau an die Zukunft denken und vorbeugen möchten, können sich beraten lassen. Bei bautechnisch komplexen Sachverhalten oder bei Objekten, die dem Denkmalschutz unterliegen oder für die keinerlei Bauunterlagen vorliegen, wird ein Bautechniker des Kreises Unna eingeschaltet.

### Kontakt:

Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna  
Nordenmauer 18, 59174 Kamen  
Telefon: 0800 27200200 (kostenlose Servicenummer)  
Telefon: 02307 2899060  
Telefax: 02307 2899066  
E-Mail: [pwb@kreis-unna.de](mailto:pwb@kreis-unna.de)

*Mehr zur Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna siehe Kapitel „Pflegeversicherung und neutrale Pflegeberatung“!*

### Wohnen mit Service für ältere Menschen in Kamen (betreutes Wohnen)

bedeutet: Eigenständig in der eigenen barrierefreien Wohnung leben, zur Miete oder im Eigentum. In einem Grundleistungspaket bietet der Vermieter/Anbieter die Leistungen Hausmeisterdienste, Hausnotruf, konkreter Ansprechpartner. Die Grundleistung ist wie Miete plus Nebenkosten monatlich zu überweisen. Darüber hinaus bietet der Vermieter entweder selber, oder aber über einen deutlich benannten Anbieter (z. B. Wohlfahrtsverband oder privaten Pflegebetrieb) Wahlleistungen an. Diese Wahlleistungen können tatsächlich frei gewählt werden, müssen nur bei Nutzung jeweils (und nicht pauschal) bezahlt werden und sind auch frei kombinierbar



# UKBS

Endlich Zuhause

Unnaer Kreis-Bau- und Siedlungsgesellschaft mbH

## Wohnen mit Service!

**Vergünstigte haus-haltsnahe Dienst-leistungen für Mieter über 70.**

**Informationen unter:  
Tel.: 02303 2827-0  
oder  
Netz: [www.ukbs.de](http://www.ukbs.de)**

Foto: www.fotolia.de/Ray

## Wohnberatung // Wohnanlagen mit Service

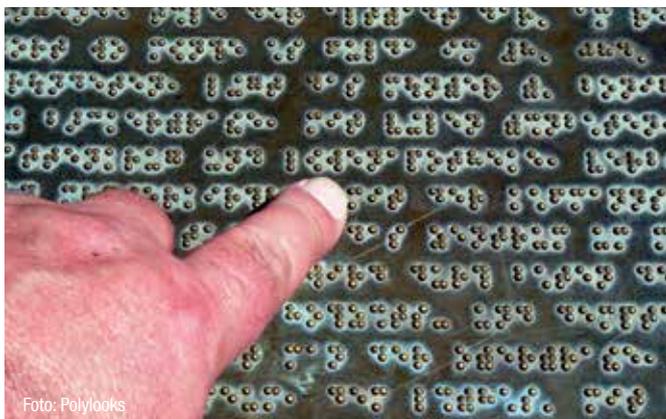


Foto: Polylooks

mit anderen Angeboten anderer Anbieter des freien Marktes. Wahlleistungen sind z. B. Begleitung zu Arztbesuchen, kulturelle Angebote und Reisen, Wohnungsreinigung, Mahlzeitendienste oder Gastronomie, ambulante Pflege. Diesbezüglich unterscheiden sich die Wohnanlagen sehr. Service-Wohnanlagen sind also keine Pflegeheime. Es kann auch keine Garantie geben, nicht evtl. doch in ein Pflegeheim umziehen zu müssen – aber die Wahrscheinlichkeit, nicht in ein Pflegeheim umziehen zu müssen, steigt in den barrierefreien Servicewohnanlagen.

### Wohnanlagen mit Service für ältere Menschen in Kamen

Betreutes Wohnen Am Bollwerk 9 und 9 a

Service-Anbieter: AWO Kamen

Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen

Telefon: 02307 9122132

Ein Wohnberechtigungsschein ist erforderlich!

Nachbarschaftliches Wohnen am Schwesterngang 2 und 6

Service-Anbieter: Wohnungsbaugenossenschaft Lünen eG (WBG)

Kurt-Schumacher-Straße 11, 44534 Lünen

Telefon: 02306 700631

Wohnanlage in der Perthesstraße 14, 59174 Kamen (Süd-kamen – neben dem Perthes-Zentrum)

Service-Anbieter: Pertheswerk Münster

Wienburgstraße 62, 48147 Münster

Telefon: 0251 20210

Ansprechpartner (Träger/Vermieter): WBG Lünen

Kurt-Schumacher-Straße 11, 44534 Lünen

Telefon: 02306 700631

Ein Wohnberechtigungsschein ist erforderlich!

Wohnanlage Am Bahnhof 20 – 26, 59174 Kamen

Service-Anbieter: Diakonie Kirchenkreis Unna,

Mozartstraße 18-20, 59423 Unna

Telefon: 02303 250240

Ansprechpartner (Träger/Vermieter): WBG Lünen

Kurt-Schumacher-Straße 11, 44534 Lünen

Telefon: 02306 700631

Ein Wohnberechtigungsschein ist erforderlich!



Foto: Monkeybusiness/Thinkstock

Wohnen auf dem Pastoratsfeld in Kamen-Methler (neben dem Altenzentrum Peter und Paul)

Service-Anbieter: Für den Hausnotruf, Hausmeister und der

Cafeteria ist der Caritasverband Dortmund

Ansprechpartner (Träger/Vermieter): WBG Lünen

Kurt-Schumacher-Straße 11, 44534 Lünen

Telefon: 02306 700631

Wohnen Am Galenhof in Kamen-Mitte

Ansprechpartner (Träger/Vermieter): Unnaer Kreis-, Bau- und Siedlungsgesellschaft mbH (UKBS),

Friedrich-Ebert-Straße 32, 59425 Unna,

Telefon: 02303 282740

Seniorenwohnanlage in der Einsteinstraße 9

59174 Kamen-Methler

Ansprechpartner: Vivawest Hamm

Kurt-Schumacher-Straße 55, 59077 Hamm

Telefon: 02381 924290

## WOHNEN plus+

VIELFÄLTIG + FAIR + FÜRSORGLICH

**Wir bieten Senioren in unseren Mietwohnungen einen besonderen kostenlosen Service!**

Unser Sozialer Dienst ist Ansprechpartner und Helfer bei den großen und kleinen Dingen des Alltags zur Verbesserung der häuslichen Wohn- und Lebensqualität.

Rufen Sie uns an, wir sind gerne für Sie da.



Wohnungsbaugenossenschaft Lünen eG  
Kurt-Schumacher-Straße 11  
44534 Lünen

Telefon: 0 23 06/70 06-50 u. 52

Mobil: 01 63/7 70 06-50 u. 52

Telefax: 0 23 06/70 06-55

Internet: [www.wbg-luenen.de](http://www.wbg-luenen.de)

# HÄUSLICHE HILFEN / HILFEN FÜR DEN ALLTAG

## Essen auf Rädern // Behindertenfahrdienst

Für die Erleichterung des täglichen Lebens in der eigenen Wohnung gibt es diverse Hilfsdienste.

### Essen auf Rädern

Unter Essen auf Rädern versteht man die regelmäßige Lieferung fertig zubereiteter Mahlzeiten bis an die Wohnungstür oder sogar in die Wohnung des Kunden.

Essen auf Rädern wird von sozialen Einrichtungen, Wohlfahrtsverbänden, Hilfsorganisationen und Privatunternehmen angeboten und ist vor allem auf die Bedürfnisse älterer oder hilfsbedürftiger Menschen zugeschnitten, die ihre Mahlzeiten nicht mehr selbständig zubereiten können oder wollen.

### Mittagstisch der Ev. Kirchengemeinde Kamen

Eingeladen sind alle Empfänger/-innen von Grundsicherung und Arbeitslosengeld II

Freitags von 11:30 – 13:00 Uhr im Ev. Gemeindehaus

Kamen, Schwesterngang 1, 59174 Kamen

Erwachsene zahlen 1,00 Euro, Kinder 50 Cent, Getränke frei.

Zusätzlich findet eine Ausgabe von Lebensmittel an schwerbehinderte Menschen statt, die nicht zur Ausgabetafel nach Unna fahren können.

### Menüservice DasDies Service GmbH – Ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna

Mobiler Menüservice

Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen

Telefon: 02307 797185

Internet: [www.dasdies.de](http://www.dasdies.de)

### Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Unna e. V.

Essen auf Räder – à la carte

Märkische Straße 9 – 11, 59423 Unna

Telefon: 02303 254530

Internet: [www.drk-kv-unna.de](http://www.drk-kv-unna.de)

### Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.

Diakoniestation EK Unna ambulant

Holbeinstraße 10 a, 59423 Unna

Telefon: 02303 986040

Internet: [www.diakoniestation.org](http://www.diakoniestation.org)

### Landhausküche von appetito

Bestellhotline: 05971 80208020

Internet: [www.landhaus-kueche.de](http://www.landhaus-kueche.de)

### Behindertenfahrdienst

Der Fahrdienst für behinderte Menschen ermöglicht es behinderten Menschen aus dem Kreis Unna, die wegen der Art und Schwere ihrer Behinderung öffentliche Verkehrsmittel sowie die allgemeinen Taxen nicht benutzen können und kein eigenes Fahrzeug besitzen, am Leben in der Gemeinschaft teilzuhaben. Behinderte Menschen können sich somit in wichtigen Lebensbereichen barrierefrei bewegen und viele Bedürfnisse des täglichen Lebens eigenständig erledigen. Darüber hinaus wird durch den Fahrdienst eine Teilhabe am gesellschaftlichen und kulturellen Leben gewährleistet und die Begegnung und der Umgang mit nicht behinderten Menschen gefördert. Genutzt werden kann der Behindertenfahrdienst von Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrern mit Wohnsitz im Kreis Unna. Außerdem müssen die v. g. Personen einen Scherbehindertenausweis mit den Merkzeichen „H“ (Hilfflos) oder „aG“ (außergewöhnlich Gehbehindert) nachweisen können. Die Berechnung der Fahrtkosten erfolgt je nach Wegstrecke und Personalaufwand. Für Arztbesuche werden die Kosten evtl. von der Krankenkasse übernommen. Wichtig: Rufen Sie mindestens eine Woche vor Fahrantritt an.

Behindertenfahrdienst zuständig für Kamen:

### DasDies Service GmbH – Ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna

Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen

Telefon: 02307 9122126

Internet: [www.awo-un.de](http://www.awo-un.de)

E-Mail: [behindertenfahrdienst@awo-un.de](mailto:behindertenfahrdienst@awo-un.de)

### Haushaltshilfen

Für Hilfeleistungen im Haushalt und Alltag wie z. B. beim Waschen, Putzen, Bügeln, Hilfe bei der Zubereitung von Mahlzeiten, Haustierversorgung, Zimmerpflanzenpflege, Einkäufe oder Botengänge, Begleitedienste zu Ärzten oder Angebote zur Gartenpflege, Winterdienst, Hausmeisterservice, Renovierungsarbeiten, Reparaturen oder Haushaltsauflösungen bieten nachfolgende Anbieter ihre Dienste an. Bitte erkundigen Sie sich selbst bei:

## Stark für andere



### Wir bieten im Kreis Unna

- ☉ Ambulante Pflege
- ☉ Essen auf Rädern
- ☉ Haushaltsnahe Dienstleistungen
- ☉ Demenzbegleitung
- ☉ Betreuung
- ☉ Reisen und Erholung
- ☉ Beratung
- ☉ Partnerschaftsvermittlung
- ☉ Patenschaften
- ☉ Secondhand-Kaufhäuser
- ☉ Betreutes Wohnen

**Diakonie**   
Ruhr-Hellweg

**Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.**  
Mozartstraße 18-20  
59423 Unna  
Telefon: 02303 25024-0  
[info@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:info@diakonie-ruhr-hellweg.de)  
[www.diakonie-ruhr-hellweg.de](http://www.diakonie-ruhr-hellweg.de)

## Haushaltshilfen // Haushaltsnahe Dienstleistungen // Hausnotruf // Hausnotrufanbieter

**Diakonie Ruhr-Hellweg e. V., EK Unna ambulant**  
 – Diakonischer Pflegedienst im Kreis Unna  
 Holbeinstraße 10 a, 59423 Unna  
 Telefon: 02303 986040  
 E-Mail: [ekunnaambulant@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:ekunnaambulant@diakonie-ruhr-hellweg.de)  
 Internet: [www.diakoniestation.org](http://www.diakoniestation.org)

**DasDies Service GmbH – Ein Unternehmen der AWO**  
 Unterbezirk Unna, Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen  
 Telefon: 02307 912210  
 Internet: [www.dasdies.de](http://www.dasdies.de)

**Caritas-Sozialstation Kamen, Bergkamen und Bönen**  
 Weststraße 54a, 59174 Kamen  
 Telefon: 02307 22496  
 E-Mail: [sozialstation-kamen@caritas-unna.de](mailto:sozialstation-kamen@caritas-unna.de)  
 Internet: [www.caritas-unna.de](http://www.caritas-unna.de)

**Lebenshilfe Kreis Unna e. V.**  
 Sitz des Vereins: Martinstraße 15, 59423 Unna  
 Telefon: 02307 8224210 und 02303 8845320

**FuD – Familie und Du – Kreis Unna gGmbH**  
 Haushaltsnahe Dienstleistungen wie Hilfe im Haushalt,  
 Garten usw.  
 FuD – Familie und Du Kreis Unna gGmbH

*Ansprechpartnerin: Frau Andrea Welsch*  
 Bahnhofstraße 46, 59174 Kamen  
 Telefon: 02307 2850520  
 E-Mail: [info@fud-kreisunna.de](mailto:info@fud-kreisunna.de)

### Hausnotruf – Sicherheit im Notfall

Im Notfall ist ein normales Telefon nicht immer erreichbar. Eine Hausnotrufanlage, ein Zusatzgerät zum normalen Telefon, ermöglicht es, auch ohne den Griff zum Telefonhörer schnelle Hilfe zu erhalten.

Durch Drücken des Funkfingers, der als Kette oder Armband getragen werden kann, wird ein Notruf ausgelöst und Kontakt zu der Hausnotrufzentrale hergestellt. Von dort aus werden die notwendigen Schritte veranlasst.

Ihnen bieten sich zwei Möglichkeiten zur Auswahl der Hilfeleistungen:

1. Schlüsselaufbewahrung durch die Nachbarschaft, Freunde, Verwandte, die in der Nähe wohnen und Ihnen dann schnell Hilfe leisten können oder
2. Schlüsselaufbewahrung durch einen ambulanten Pflegedienst, falls keine Menschen in der Nähe wohnen, die im Notfall Hilfe leisten oder organisieren können. Bei dieser Variante fallen entsprechend der Häufigkeit der Einsätze Zusatzkosten an.

Hausnotrufanbieter können weitere monatliche kostenpflichtige Service-Leistungen zur Verfügung stellen. Bitte erfragen Sie diese bei dem entsprechenden Anbieter.

Bei anerkannter Pflegebedürftigkeit kann die Pflegekasse auf Antrag für die Notruffunktion Kosten übernehmen. Bitte erkundigen Sie sich diesbezüglich bei Ihrer Pflegekasse.

### Hausnotrufanbieter

**DasDies Service GmbH – Ein Unternehmen der AWO**  
 Unterbezirk Unna  
 Unnaer Straße 29 a  
 59174 Kamen  
 Telefon: 02307 912210  
 E-Mail: [servicetelefon@dasdies.de](mailto:servicetelefon@dasdies.de)

**Caritasverband Unna**  
 Höingstraße 5-7, 59425 Unna  
 Telefon: 02303 251350  
 E-Mail: [info@caritas-unna.de](mailto:info@caritas-unna.de)

**Deutsches Rotes Kreuz**  
 Kreisverband Unna e. V.  
 Märkische Straße 9-11  
 59423 Unna  
 Telefon: 02303 254530

**Johanniter-Unfall-Hilfe**  
 Wittbräucker Straße 26  
 44287 Dortmund  
 Telefon: 0231 44232348

**Malteser Hilfsdienst**  
 Franziusstraße 95  
 44147 Dortmund  
 Telefon: 0231 98232020  
 Internet: [www.malteser-dortmund.de](http://www.malteser-dortmund.de)  
 E-Mail: [info@malteser-dortmund.de](mailto:info@malteser-dortmund.de)

**Vitakt Hausnotruf GmbH**  
 Hörstkamp 32  
 48431 Rheine  
 Telefon: 05971 934356  
 E-Mail: [info@vitakt.com](mailto:info@vitakt.com)  
 (Kooperationspartner vieler privater Pflegedienste im Kreis Unna)

**Malteser Hausnotruf**

Jetzt auch **ohne** Festnetzanschluss!

Der Malteser Hausnotruf bringt Hilfe in Minutenschnelle - mit dem Notrufsender an Armband oder Halskette. So kann permanente Pflegebedürftigkeit verhindert werden - die eigene Unabhängigkeit bleibt bewahrt.

**“Ich Sorge vor – mit dem Malteser Hausnotruf.”**

[www.malteser-hausnotruf.de](http://www.malteser-hausnotruf.de)  
 Tel. 0231 / 98 23 20-20

**Malteser**  
 ...weil Nähe zählt.

# ÖFFENTLICHER PERSONENNAHVERKEHR

## Auskünfte // Radfahren in Kamen // Radstation

Kamen verfügt über ein sehr gutes Bus- und Bahnangebot. Die Bahnhöfe in Kamen und Methler ermöglichen ein schnelles Erreichen der benachbarten Oberzentren Dortmund und Hamm. Einen unmittelbaren Anschluss zu oder von den Zügen garantiert eine Vielzahl der VKU-Busse. Diese fahren Sie im 60-, 30- oder 20-Minuten-Takt in Kamens Stadtteile und in die benachbarten Städte des Kreises, z. B. Bergkamen, Unna, Lünen oder Werne.

*Auskünfte zu Fahrplänen, Fahrpreisen und Serviceleistungen erteilt:*

### Die Servicenummer der Bahn

Telefon: 0180 6996633

(20 ct/Anruf aus dem Festnetz,

Tarif bei Mobilfunk max. 60 ct/Anruf)

Hier erhalten Sie Auskünfte über Fahrpreise und Fahrpläne sowie Informationen über die Serviceleistungen der Deutschen Bahn.

### Rund um die Uhr:

Fragen zur Buchung eines Online-Tickets

Telefon: 0180 6101111

(20 ct/Anruf aus dem Festnetz, Tarif bei Mobilfunk max. 60 ct/Anruf).

Der Online-Service beantwortet rund um die Uhr Ihre Fragen zur Fahrkartenbuchung auf [www.bahn.de](http://www.bahn.de).

### Mobilitätsservice-Zentrale

für die Planung barrierefreier Reisen

Telefon: 0180 6512512

(20 ct/Anruf aus dem Festnetz, Tarif bei Mobilfunk max. 60 ct/Anruf)

täglich von 6:00 – 22:00 Uhr für Sie erreichbar

Internet: [www.bahn.de/handicap](http://www.bahn.de/handicap)

### Fahrtwind – Servicezentrale der VKU

Lünener Straße 13, 59174 Kamen

Telefon: 0180 3504030

(9 ct pro Minute aus dem dt. Festnetz,

Mobilfunkpreise max. 0,42 Euro pro Minute)

Fahrtwind ist Ansprechpartner in allen Fragen rund um Bus und Bahn. Eine elektronische Auskunft ist kostenlos unter 0800 3504030 zu erreichen oder im Internet unter [www.vku-online.de](http://www.vku-online.de) oder [www.fahrtwind-online.de](http://www.fahrtwind-online.de).

Hier finden Sie auch die Liniennetzpläne von jeder Kommune im Kreis Unna, die von der VKU bedient wird und den kompletten Liniennetzplan des Kreises Unna.

### Radfahren in Kamen

Kamen besitzt aufgrund der räumlichen Lage und der Topographie für Radfahrer sowohl im Freizeitverkehr aber auch

für tägliche Fahrten eine besondere Qualität. Große Freiräume mit gut ausgebauten und autofreien Wirtschaftswegen bieten Freizeitradlern eine Vielzahl von Routenmöglichkeiten im Stadtgebiet. Es gibt neun ausgewiesene Rundfahrten zwischen neun und 15 km Länge. Kurze Entfernungen in das Stadtzentrum und zwischen den Ortsteilen sind ideal für Fahrten mit dem Fahrrad.

Zwischen Münsterland und Ruhrgebiet gelegen ist Kamen auch ein idealer Ausgangspunkt für Radtouren über das Stadtgebiet hinaus. Vom Bahnhof Kamen aus erreicht man z. B. den Emscher-Park-Radweg, der quer durch das Ruhrgebiet bis nach Duisburg verläuft. Andere Themenrouten, wie die „100-Schlösser-Route“ oder die Römerroute oder die Lippe-Tour 1 verlaufen durch Kamen oder sind von Kamen aus erreichbar. Neue interessante Routen, wie die Deutsche Fußballroute oder die Route „Rad Kreis Unna“ durchqueren das Stadtgebiet. Über 65 km Radverkehrsanlagen, ergänzt durch Wirtschaftswege, bilden das Radwegenetz der Stadt Kamen.

Die Stadt Kamen ist im Jahr 2010 als Mitglied in die Arbeitsgemeinschaft Fahrradfreundlicher Städte und Gemeinden in NRW (AGFS) aufgenommen worden. Dies ist ein klares Bekenntnis der Stadt Kamen den Radverkehr auch in Zukunft in allen Belangen weiter fördern und ausbauen zu wollen. Alle Informationen rund um das Fahrradfahren in Kamen erhalten sie unter [www.fahrrad-kamen.de](http://www.fahrrad-kamen.de) oder telefonisch vom:

### Radverkehrsbeauftragter der Stadt Kamen

Matthias Breuer

Rathausplatz 1, 59174 Kamen

Telefon: 02307 1482630

### Radstation

Die Radstation am Bahnhof Kamen ist eine von 13 Radstationen im Kreis Unna. Damit bietet der Kreis Unna das dichteste Netz von Radstationen in Deutschland. In der Radstation Kamen finden Sie den umfangreichen Service einer großen Radstation. Dort können Sie nicht nur Ihr Fahrrad parken, sondern gleichzeitig putzen oder reparieren lassen und noch vieles mehr.

### Auskünfte zu Serviceleistungen

der Radstation am Bahnhof in Kamen erhalten Sie bei:

DasDies Service GmbH – Ein

Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna

Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen

Telefon: 02307 7199177

Standort der Radstation in Kamen:

Bahnhof Kamen, Am Bahnhof 3, 59174 Kamen

Telefon: 02307 74538

Öffnungszeiten: 09:00 – 18:00 Uhr

24-Stunden-Zugang mit Chip für Dauerparker

# HÄUSLICHE ALTEN- UND KRANKENPFLEGE

## Pflegedienste



Foto: Kzenon/Thinkstock



Foto: Alexander Rath/Fotolia

Die Sozialstationen der Verbände und auch zahlreiche private Dienste beschäftigen zahlreiche Fachkräfte, die bei Ihnen zu Haus die erforderliche Pflege durchführen. Alle Anbieter informieren sie auch über die Finanzierungsmöglichkeiten.

Die Höhe der Kosten richtet sich nach dem Leistungsumfang. Versicherte können die entstehenden Kosten bei Vorliegen einer Pflegestufe für eine Grundversorgung (auf Antrag) mit ihrer Pflegekasse abrechnen. Darüber hinaus können sie gegebenenfalls beim Sozialamt ergänzende Hilfe beantragen.

Die Leistungen der entsprechenden Dienste liegen im Bereich der Grundpflege (Waschen, An- und Auskleiden, Betten und Lagern, Hilfe beim Essen, Körperpflege, Gehübungen usw.), Behandlungs- und Krankenpflege (Verbände wechseln, Medikamentenversorgung usw.), hauswirtschaftliche Tätigkeiten (Kochen-, Putzen, Wäsche, Wohnungsreinigung, Einkaufen usw.), Verleih von Pflegemitteln (Rollstühle usw.), Pflegekurse und Gesprächskreise für pflegende Angehörige.

### Ihr Pflegedienst im Kreis Unna

Diakoniestation

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



**EK Unna ambulant** Diakonischer Pflegedienst gGmbH  
 Hellweg 31-33 · 59423 Unna  
 Telefon: 02303 250 24-600  
[ekunnaambulant@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:ekunnaambulant@diakonie-ruhr-hellweg.de)



## Danuta

**Mobile Krankenschwester**

Föhrenweg 36 • 59192 Bergkamen

**☎ 0152 34245813**

E-Mail: [danutapflegedienst@gmx.de](mailto:danutapflegedienst@gmx.de)

**Inh. Danuta Polk**

# HÄUSLICHE ALTEN- UND KRANKENPFLEGE



Foto: Konstantin Sudyagin/Fotolia



Foto: Polylooks

**Königsborner  
Pflegedienst GmbH**

- Häusliche Krankenpflege
- Behandlungspflege
- Hauswirtschaft
- 24-Std. Bereitschaft
- 24-Std. Intensivpflege

Zechenstr. 2-8  
59425 Unna

Telefon: 02303/9420800  
Telefax: 02303/9420808

E-Mail: [info@Pflege-Unna.de](mailto:info@Pflege-Unna.de)  
[www.Pflege-Unna.de](http://www.Pflege-Unna.de)

**Individuelle Pflege und  
ausführliche Beratung.**



## Versorgungssicherheit & Lebensqualität

Wir sind für Sie da. 24 Stunden rund um die Uhr.  
Rufen Sie uns an. Gemeinsam finden wir Lösungen.

**prosanitate**

Häusliche Alten-, Kranken-  
und Kinderkrankenpflege

Hertinger Straße 14  
59423 Unna  
Tel.: 02303 / 94 30 00  
[www.pro-sanitate.de](http://www.pro-sanitate.de)

**AWO Ambulanter Pflegedienst**  
Unnaer Straße 29 a, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 9122142

**Caritas-Sozialstation Kamen**  
Weststraße 54 a, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 22496

**Danuta – Mobile Krankenschwester**  
Unnaer Straße 20, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 797029

**Diakonischer Pflegedienst gGmbH**  
EK Unna ambulant  
Hellweg 31-33, 59423 Unna  
Telefon: 02303 25024600

**Korten Pflegedienst**  
Bahnhofstraße 24, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 10085

**Häuslicher Alten- und Krankenpflegedienst Reichenbach**  
Mittelstraße 17, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 43435

**Häuslicher Krankenpflegedienst Jablonski**  
Am Schwimmbad 6, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 924250

**Pflegedienst Katharina**  
Kämertorstraße 32, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 288750

Pro intens GmbH  
Ostenallee 80, 59071 Hamm  
Telefon: 02381 9058070

Pflegedienst Lazarus GmbH  
Germaniastraße 34, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 9108802

Pro Sanitate Gesundheitsdienst  
Häusliche Alten-, Kranken- u. Kinderkrankenpflege  
Hertinger Straße 14, 59423 Unna  
Telefon: 02303 943000  
Bockumer Weg 43 a, 59065 Hamm  
Telefon: 02381 308090

Königsborner Pflegedienst GmbH  
Zeichenstraße 2 – 8, 59425 Unna  
Telefon: 02303 9420800

Pflegedienst Glückauf  
Birkenweg 2, 59192 Bergkamen  
Telefon: 02307 280022



Foto: Yuri Arcurs/Fotolia

Pflegebüro Andrea Lautenbach  
Robert-Koch-Straße 32, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 9937778

Das Pflegeteam Sabine Grothaus  
Weststraße 31, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 984100

Wunsch-Pflege GmbH  
Nordenmauer 18, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 2873806



**Senioren immer in  
den besten Händen**

**DasDies  
Service GmbH**  
Ein Unternehmen der AWO

*wir helfen  
mit Herz*



*Dienste für  
Menschen*



- **Ambulanter Pflegedienst**
- **Tagespflege**
- **Betreutes Wohnen**
- **Begegnungsstätten**
- **Seniorenreisen**

[www.awo-un.de](http://www.awo-un.de)



- **Hausnotruf** (Sicherheit zuhause rund um die Uhr)
- **Menüservice** (Essen auf Rädern täglich)
- **Hilfen im Haushalt, in Haus und Garten**
- **Umzüge**
- **Haushaltsauflösungen**

[www.dasdies.de](http://www.dasdies.de)

**DasDies  
Service GmbH**  
Ein Unternehmen der AWO

Wie können wir Ihnen helfen? zentrale Info-Rufnummer:

**02307 / 91221 - 0**

Wie können wir Ihnen helfen? zentrale Info-Rufnummer:

**02307 / 79 70 67**

# ANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ UND IHRE ANGEHÖRIGEN

**Beratungsangebote // Pflege- und Wohnberatung // Individuelle häusliche Betreuung // Betreuungsgruppen**

Wenn ein Mensch an Alzheimer oder einer anderen Form der Demenz erkrankt, betrifft das auch die Familie. Im Verlauf der Krankheit gehen vor allem pflegende Angehörige durch ein Wechselbad von Gefühlen. Schmerz und Mitleid gehören ebenso dazu wie Hilflosigkeit, Ärger, Wut, Trauer und Verzweiflung. Daneben müssen sie ganz praktische Herausforderungen bewältigen. Pflegende Angehörige verwenden einen großen Teil ihrer Zeit und Kraft darauf, sich zum Beispiel um die demenzkranke Ehefrau, den Vater oder die Schwiegermutter zu kümmern. Umso wichtiger ist es, sich rechtzeitig Unterstützung zu holen und sich gut über Alzheimer und andere Formen der Demenz zu informieren. Mit der Zeit entwickeln viele pflegende Angehörige so ein gutes Gespür dafür, ihre kranken Angehörigen im Alltag richtig zu unterstützen und demenzgerecht zu kommunizieren. Auch mit der Krankheit erleben sie schöne Stunden miteinander. Beratungsangebote richten sich sowohl an Menschen mit Demenz als auch an betreuende Angehörige und professionell sowie ehrenamtlich Tätige.



Foto: Polylooks

Demenz-Servicezentrum Nordrhein-Westfalen  
Region Dortmund

**Ansprechpartner: Bert Schulz**  
Telefon: 0231 5025694  
Telefax: 0231 5026016  
Internet: [www.demenz-service-dortmund.de](http://www.demenz-service-dortmund.de)  
E-Mail: [demenz-service@dortmund.de](mailto:demenz-service@dortmund.de)

## Beratungsangebote in Kamen

### Netzwerk Demenz Kamen

Das Netzwerk Demenz Kamen (NW Kamen) ist ein freiwilliger Zusammenschluss von Diensten und Einrichtungen in Kamen mit dem Ziel, die Lebensqualität und Versorgung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen und Freunden zu verbessern. Der Arbeitskreis setzt sich ein für mehr gesellschaftliche Teilhabe von Menschen mit Demenz, eine Sensibilisierung der Öffentlichkeit für das Thema sowie für den Aufbau neuer wohnortnaher Hilfen und Angebote. Auskünfte und Informationen zum NW Demenz Kamen und deren Mitglieder erteilt die Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna, Frau Andrea Schulte, Telefon: 02307 2899060 und Herr Bert Schulz, Demenz-Servicezentrum Region Dortmund, Telefon: 0231 5025694.

## Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna

Stark zunehmend sind Fragen nach Hilfsmöglichkeiten für Demenzerkrankte. Beim Infotelefon Demenz erhalten Ratsuchende schnell und unkompliziert Informationen zu folgenden Fragen:  
Wie äußert sich eine demenzielle Erkrankung?  
An wen wende ich mich zwecks Diagnose und Behandlung?  
Welche finanziellen Hilfen bietet die Pflegeversicherung?  
Wo erhalten Angehörige Entlastung?

**Infotelefon Demenz/Alzheimer: 02307 2899062**  
(ein Angebot der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna!)  
*Mehr Informationen zur Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna erhalten Sie in der Rubrik „Pflegeversicherung und neutrale Pflegeberatung“*

## COMPASS Pflegeberatung

COMPASS bietet kostenfreie und unabhängige Beratung für Privatversicherte und ihren Angehörigen – telefonisch und persönlich bei den Ratsuchenden zu Hause. Die telefonische Pflegeberatung steht allen Ratsuchenden offen.  
COMPASS Private Pflegeberatung GmbH  
Telefon: 0800 1018800 (gebührenfrei)

*Mehr Informationen zur Pflegeberatung für Privatversicherte erhalten Sie in der Rubrik „Pflegeversicherung und neutrale Pflegeberatung“*

## Betreuungsstelle des Kreises Unna

Die Betreuungsstelle bietet Informationen zur rechtlichen Betreuung und berät über Vorsorgemöglichkeiten wie Betreuungsverfügung und Vollmacht. Weiterhin steht sie Betreuerinnen und Betreuern sowie Bevollmächtigten, aber auch der zu betreuenden Person als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

**Ansprechpartnerin: Gabriele Flechsig**  
Massener Straße 35, 59423 Unna  
Telefon: 02303 27 28 51  
E-Mail: [gabriele.flechsig@kreis-unna.de](mailto:gabriele.flechsig@kreis-unna.de)

*Mehr Informationen zum Betreuungsrecht erhalten sie in der Rubrik „Spezielle Beratung“*

## Gesprächskreis für Angehörige und Freunde von Menschen mit Demenz // Tagespflegehaus

### Individuelle häusliche Betreuung

Geschulte ehrenamtliche Helferinnen und Helfer bieten auch zu Hause eine stundenweise Betreuung an. Die Einsätze werden durch eine Pflegefachkraft koordiniert und begleitet. Die Betreuungszeiten werden zwischen Pflegehaushalt und Betreuungskräften individuell vereinbart.

**Anbieter: Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.**  
Mozartstraße 18-20, 59423 Unna

Vermittlung von ehrenamtlichen Demenzbegleiter/innen zu stundenweisen Betreuung von Menschen mit Demenz in ihrer häuslichen Umgebung.

*Ansprechpartner: Jochen Laible (MScN)*  
Projektkoordination Demenzbegleitung  
Diakonie Ruhr-Hellweg  
Telefon: 02303 2 50 46 30  
E-Mail: [jlaible@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:jlaible@diakonie-ruhr-hellweg.de)

Auch zugelassene private Dienste und ambulante Pflegedienste führen stundenweise häusliche Betreuung durch. Eine Aufstellung von privaten Anbietern und Pflegediensten erhalten Sie bei der Pflegeberatung.

### Betreuungsgruppen

Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz richten sich an die pflegenden Angehörigen. Sie bieten Ihnen die Möglichkeit, sich für ein paar Stunden in der Woche eine „Auszeit“ zu nehmen und sind speziell auf die Bedürfnis von Menschen mit Demenz ausgerichtet.

### Angebote der Caritas Sozialstation Kamen, Bergkamen, Bönen

Dienstags: 14:30 Uhr – 17:30 Uhr im Pfarrheim Heilige Familie Kamen, Dunkle Straße 4, 59174 Kamen  
Donnerstags: 14:30 Uhr – 17:30 Uhr im Pfarrheim St Marien Kamen Methler, Harkortstraße, 59174 Kamen  
Abholung möglich, Kosten auf Nachfrage

**Caritasverband für den Kreis Unna e. V.**  
Weststraße 54 a, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 22496  
E-Mail: [sozialstation-kamen@caritas-unna.de](mailto:sozialstation-kamen@caritas-unna.de)

### Gesprächskreis für Angehörige und Freunde von Menschen mit Demenz

Der Gesprächskreis bietet betreuenden Angehörigen und Interessierten die Möglichkeit, sich auszutauschen und über die eigenen Erfahrungen mit anderen Betroffenen ins Gespräch zu kommen. Der Gesprächskreis trifft sich jeden 3. Donnerstag im Monat von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr in der

Südschule, Teilstandort Heiliger Josef, Schwesterngang 8, 59174 Kamen.

**Kontakt- und Informationsstelle des Kreises Unna (K.I.S.S.) im Gesundheitshaus in Unna**  
*Frau Margret Voß*  
Telefon: 02303 27 28 29  
E-Mail: [margret.voss@kreis-unna.de](mailto:margret.voss@kreis-unna.de)

### Tagespflegehaus im Perthes Zentrum Kamen

Das Tagespflegehaus im Perthes-Zentrum Kamen bietet die Möglichkeit, von fachlich geschulten Personal betreut und versorgt zu werden und den Tag strukturiert gemeinsam mit anderen Menschen mit Demenz zu verbringen. Am Abend kehren die Besucher in ihre vertraute Umgebung zurück. Auf Wunsch werden die Besucher durch einen Fahrdienst abgeholt und wieder nach Hause gebracht.

**Tagespflegehaus im Perthes-Zentrum**  
*Ansprechpartner: Andreas Barthels*  
Perthesstraße 10, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 7 99 11  
E-Mail: [andreas.barthels@pertheswerk.de](mailto:andreas.barthels@pertheswerk.de)

### Schulungen für Angehörige und Freunde von Menschen mit Demenz

In Kursen speziell für Angehörige von Menschen mit Demenz werden Informationen über die Erkrankung, den Umgang mit Erkrankten, die rechtliche Situation und über die Möglichkeiten der Entlastung vermittelt.

Gemeinsam werden Kompetenzen erarbeitet, um den Betreuungs- und Pflegealltag sicherer zu gestalten und besser bewältigen zu können. Weitere Infos über die nächsten Kurse erhalten Sie bei der Pflegeberatung.

### Kamener Hospiz e. V.

Der Kamener Hospiz e. V. (1996) ist ein ambulanter Hospizdienst, deren ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen Schwerstkranke, Sterbende und ihre Angehörigen überall dort, wo sie zu Hause sind, begleiten. Auch die Begleitung von Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen gehören zum Aufgabenbereich.

**Kamener Hospiz e. V.**  
*Barbara Divis*  
Kämerstraße 35, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 234612  
E-Mail: [kamener-hospiz@gmx.de](mailto:kamener-hospiz@gmx.de)

# TEILSTATIONÄRES UND STATIONÄRES LEBEN UND WOHNEN

## Tagespflege // Kurzzeitpflege // Senioren-/Altenpflegeheime // Altenhilfeeinrichtungen

### Tagespflege

Viele ältere Menschen benötigen Hilfe zur Bewältigung des Alltags. Die Tagespflege bietet Ihnen die Möglichkeit versorgt zu werden und den Tag gemeinsam mit anderen Menschen zu verbringen. Am Abend kehren Sie in Ihre vertraute Umgebung zurück. Sie können die Tagespflege von Montag bis Freitag besuchen.

#### Tagespflegehaus im Perthes-Zentrum

Perthesstraße 10, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 79911

### Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflegen sind eigenständige Einrichtungen oder separate Abteilungen in Pflegeheimen oder Krankenhäusern. Fachliche Pflege und Versorgung von hilfe- und pflegebedürftigen Menschen wird in der Regel jeweils für etwa vier Wochen im Jahr gewährleistet. Die Betroffenen leben in dieser Zeit in der Einrichtung. Die Kurzzeitpflege entlastet pflegende Angehörige (z. B. während eines Urlaubes oder eigener Krankheit). Sie

kann auch im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt gewährt werden. Sämtliche Kurzzeitpflegen haben Verträge mit den Pflegekassen geschlossen und wurden von der Heimaufsicht anerkannt. Bei Vorliegen einer Pflegestufe erhalten Sie dafür Leistungen von Ihrer Pflegeversicherung.

#### Haus Volkermann

Heerener Straße 23-29, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 99360

#### Haus am Koppelteich – Kurzzeitpflege

Am Koppelteich 15, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 98370

Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse oder bei der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna (gesetzlich Pflegeversicherte) bzw. bei der COMPASS Private Pflegeberatung GmbH (privat Pflegeversicherte)!

### Senioren- /Altenpflegeheime/Altenhilfeeinrichtungen

Falls eine Heimunterbringung notwendig oder gewünscht wird, stehen in Kamen folgende Einrichtungen zur Auswahl:

#### Perthes-Zentrum Kamen

Perthesstraße 10, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 20020

#### Haus Volkermann SeP – Senioren Pflege & Betreuung

Heerener Straße 23-29, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 99360

#### Haus Volkermann JuP – Junge Pflege & Betreuung

Heerener Straße 23-29, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 99360

#### Haus am Koppelteich – Pflege & Betreuung

Am Koppelteich 15, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 98370

#### Altenzentrum Peter und Paul

Pastoratsfeld 1, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 973020

Für die Unterbringung in einer der v. g. Einrichtungen besteht bei Vorhandensein einer Pflegestufe der Anspruch auf Zahlung von pauschalen monatlichen Pflegeaufwendungen durch die Pflegekasse.



**Seniorenzentrum  
Beckinghausen**

Pflegewohnbereiche

- 59 vollstationäre Pflegeplätze, davon
- 23 Plätze für demenziell veränderte Menschen
- 9 eingestreuete Kurzzeitpflegeplätze
- 51 Einzel-, 4 Doppelzimmer, jeweils mit eigenem Bad
- große Wohn- und Esszimmer
- Therapieräume
- Pflegebad und Nostalgiebad
- Sinnesgarten

Gemeinschaftseinrichtungen

- Rezeption
- Verwaltung
- Friseur und Fußpflege, Café

Seniorenzentrum Beckinghausen  
Kamener Straße 224, 44532 Lünen  
[www.seniorenzentrum-beckinghausen.de](http://www.seniorenzentrum-beckinghausen.de)  
[info@seniorenzentrum-beckinghausen.de](mailto:info@seniorenzentrum-beckinghausen.de)  
Telefon: 02306/984 840





Foto: Polylooks

*Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse oder bei der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna (gesetzlich Pflegeversicherte) bzw. bei der COMPASS Private Pflegeberatung GmbH (privat Pflegeversicherte)!*

# PFLEGEVERSICHERUNG UND NEUTRALE PFLEGEBERATUNG

## Pflegebedürftigkeit // Feststellung der Pflegebedürftigkeit // Pflegestufen



Foto: Polylooks



Foto: Yuri Arcurs/Fotolia

### Pflegebedürftigkeit

Pflegebedürftig ist, wer wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung bei den alltäglichen Dingen im Leben in erheblichem oder höherem Maße Hilfe braucht und vieles nicht mehr allein bewerkstelligen kann – dauerhaft oder voraussichtlich für wenigstens sechs Monate. Ist dies der Fall, sollten Sie sich an Ihre Kranken- bzw. Pflegekasse wenden, wenn Sie gesetzlich krankenversichert sind. Dort werden Sie zu allen im Zusammenhang mit der Pflegebedürftigkeit stehenden Fragen in für Sie verständlicher Weise unterrichtet, beraten und über Ihre Ansprüche aufgeklärt. Der individuelle Anspruch auf Pflegeberatung ist gesetzlich verankert. Mit Inkrafttreten des Pflege-Neuausrichtungs-Gesetzes hat die Pflegekasse dem Antragstellenden entweder einen Beratungstermin innerhalb von zwei Wochen, auf Wunsch auch zu Hause, anzubieten oder – alternativ dazu – einen Gutschein auszustellen, der bei einer qualifizierten Beratungsstelle zulasten der Pflegekasse ebenfalls innerhalb dieser Frist eingelöst werden kann. Den ersten Schritt kann auch ein bevollmächtigter Familienangehöriger, Nachbar oder guter Bekannter machen. Privat Krankenversicherte sollten sich an das private Krankenversicherungsunternehmen wenden.

### Feststellung der Pflegebedürftigkeit

Stellen Sie einen Antrag bei der Pflegekasse. Diese beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) oder andere unabhängige Gutachter mit der Begutachtung zur Feststellung Ihrer Pflegebedürftigkeit. In der Regel kommt der Gutachter zu Ihnen nach Hause und empfiehlt danach der Pflegekasse die Pflegestufe. Bevor der Gutachter kommt, sollten Sie ein Pfl egetagebuch mit genauen Zeitangaben führen und aufschreiben, in welchen Bereichen Sie Hilfe benötigen (zum Beispiel beim Waschen, Anziehen, Essen). Diese Angaben sind wichtig für die Begutachtung. Privat Versicherte

stellen einen Antrag bei ihrem Versicherungsunternehmen. Eine Pflegekasse muss spätestens fünf Wochen nachdem ein Antrag auf Feststellung einer Pflegebedürftigkeit bei ihr eingegangen ist, dem Antragsteller die Entscheidung über Leistungen schriftlich mitteilen. Unter bestimmten Voraussetzungen können auch verkürzte Begutachtungsfristen gelten. Zum Beispiel ist die Begutachtung spätestens innerhalb einer Woche durchzuführen, wenn ein Antragsteller sich im Krankenhaus befindet und es zur Sicherstellung seiner ambulanten oder stationären Weiterversorgung und Betreuung notwendig ist, dass eine Begutachtung noch im Krankenhaus stattfinden muss.

### Pflegestufen

Die Gutachter des MDK oder andere unabhängige Gutachter prüfen im Auftrag der Pflegekassen, welche Stufe der Pflegebedürftigkeit vorliegt, und ermitteln gleichzeitig, ob eine erheblich eingeschränkte Alltagskompetenz besteht. Dies kann Menschen mit demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, geistigen Behinderungen oder psychischen Erkrankungen betreffen.

#### Pflegebedürftige der Pflegestufe I

(erheblich Pflegebedürftige) sind Personen, die bei der Grundpflege (der Körperpflege, Ernährung oder Mobilität) für wenigstens zwei Verrichtungen aus einem oder mehreren Bereichen mindestens einmal täglich Hilfe brauchen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen. Der Zeitaufwand beträgt täglich mindestens 1,5 Stunden, hierbei müssen auf die Grundpflege mehr als 45 Minuten entfallen.

#### Pflegebedürftige der Pflegestufe II

(Schwerpflegebedürftige) sind Personen, die bei der Grundpflege (der Körperpflege, Ernährung oder Mobilität) min-

# PFLEGEVERSICHERUNG UND NEUTRALE PFLEGEBERATUNG

## Möglichkeiten der Inanspruchnahme von Leistungen aus der Pflegeversicherung bei Pflegebedürftigkeit



Foto: Jean Köbben/Fotolia



Foto: Jupiterimages/Thinkstock

destens dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten Hilfe brauchen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen. Der tägliche Zeitaufwand beträgt mindestens drei Stunden, hierbei müssen auf die Grundpflege mindestens zwei Stunden entfallen.

### Pflegebedürftige der Pflegestufe III

(Schwerstpflegebedürftige) sind Personen, die bei der Grundpflege (der Körperpflege, Ernährung oder Mobilität) täglich rund um die Uhr, auch nachts, Hilfe brauchen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen. Der tägliche Zeitaufwand beträgt mindestens fünf Stunden, hierbei müssen auf die Grundpflege mindestens vier Stunden entfallen. Im Rahmen der Pflegestufe III gibt es darüber hinaus bei außergewöhnlich hohem Pflegebedarf eine Härtefallregelung.

Je nach Pflegestufe unterscheiden sich die Leistungen der Pflegekasse. Auch Versicherte mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz, die noch nicht die Voraussetzungen der Pflegestufe I erfüllen (sogenannte Pflegestufe 0), können, neben den zusätzlichen Betreuungsleistungen von bis zu 100 bzw. 200 Euro monatlich, Leistungen erhalten.

*Die Höhe der jeweiligen Leistungen der Pflegeversicherung können sie bei Ihrer Pflegekasse oder bei der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna (gesetzlich Pflegeversicherte) bzw. bei der COMPASS Private Pflegeberatung GmbH (privat Pflegeversicherte) erfragen!*

### Möglichkeiten der Inanspruchnahme von Leistungen aus der Pflegeversicherung bei Pflegebedürftigkeit

Das Pflegegeld wird der pflegebedürftigen Person gezahlt, damit diese pflegebedingte Mehrkosten auffangen kann. Außerdem kann sie den Menschen, die sie pflegen, davon eine materielle Anerkennung zukommen lassen. Die Höhe des Pflegegeldes richtet sich nach der Pflegestufe.

**Pflegesachleistungen** sind pflegerische Hilfen durch einen Pflegedienst. Bei Wahl der Pflegesachleistung entscheidet sich die Pflegebedürftige für pflegerische Hilfen durch einen Pflegedienst. Dieser rechnet seine Leistungen direkt mit der Pflegekasse ab. Der Betrag der Sachleistung reicht bei umfangreicher Pflege häufig nicht aus. Dann muss die Pflegebedürftige aus eigener Tasche zuzahlen. Bei finanzieller Bedürftigkeit sind ergänzende Leistungen durch das Sozialamt möglich. Die Höhe der gewährten Pflegesachleistungen richtet sich nach der Pflegestufe.

### Kombinationsleistung

Um eine optimale, auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Pflege zu gewährleisten, ist es möglich, den Bezug von Pflegegeld mit der Inanspruchnahme von Sachleistungen zu kombinieren. Das Pflegegeld vermindert sich in diesem Fall anteilig um den Wert der in Anspruch genommenen Sachleistungen.

### Verhinderungspflege

Macht die private Pflegeperson Urlaub oder ist sie durch Krankheit vorübergehend an der Pflege gehindert, übernimmt die Pflegeversicherung die Kosten einer Ersatzpflege für längstens vier Wochen je Kalenderjahr, die sogenannte Verhinderungspflege. Ein Anspruch auf Verhinderungspflege besteht jedoch erst, nachdem die Pflegeperson den Pflegebedürftigen mindestens sechs Monate in seiner häuslichen Umgebung gepflegt hat. Seit dem 1. Januar 2013 können auch Versicherte in der sogenannten „Pflegestufe 0“ mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz Leistungen der Verhinderungspflege in Anspruch nehmen.

*Weitere Informationen zu allen Pflegeleistungen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse oder bei der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna (gesetzlich Pflegeversicherte) bzw. bei der COMPASS Private Pflegeberatung GmbH (privat Pflegeversicherte)!*

# NEUTRALE PFLEGEBERATUNG

## Pflege- und Wohnberatung // Psychosoziale Beratung, Begleitung und Betreuung // Private Pflegeberatung

### Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna

„In Würde alt werden“ – das ist der Wunsch aller Menschen. Die meisten wollen solange wie möglich zu Hause und damit in der gewohnten Umgebung leben und gepflegt werden. Ein wichtiger Beitrag hierzu ist eine fachlich fundierte und bedarfsorientierte Beratungsstruktur rund um das Thema Pflege.

Die Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna ist ein Beratungsangebot für ältere, behinderte und/oder pflegebedürftige Menschen, deren Angehörige und andere Ratsuchende. Die Beratung ist kostenlos, neutral und trägerunabhängig. Sie kann telefonisch, persönlich oder auf Wunsch im Rahmen eines Hausbesuches erfolgen. Die Beratungsangebote der allgemeinen Pflegeberatung, der Wohnberatung und der psychosozialen Beratung, Begleitung und Betreuung (PSB) wurden „unter einem Dach“ zusammengeführt und werden durch den Kreis Unna im Rahmen eines Trägerverbundes mit den Wohlfahrtsverbänden erbracht.

Zentraler Standort und Dienstsitz ab dem 01.01.2014 ist das „Severinshaus“ in Kamen (Pflegestützpunkt Kamen).

### Allgemeine Kontaktdaten:

**Alle Angebote der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna können Sie wie folgt erreichen:**

### Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna

Nordenmauer 18, 59174 Kamen

Telefon: 0800 27200200 (kostenlose Servicenummer)

Telefon: 02307 2899060

Telefax: 02307 2899066

E-Mail: [pwb@kreis-unna.de](mailto:pwb@kreis-unna.de)

Sprechzeiten:

Mo – Fr 09:00 – 12:30 Uhr

Do 14:00 – 17:00 Uhr

und nach Vereinbarung

*Wohnberatung (Mehr zur Wohnberatung im Kreis Unna siehe Kapitel „Wohnen im Alter“)*

### Pflegeberatung

Die allgemeine Pflegeberatung hat die Funktion eines „Lot-sen“ in der Pflegelandschaft. Sie bietet die Möglichkeit, sich einen Überblick über die vielfältigen Angebote, die für Ältere und für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen im Kreis Unna bereitstehen, zu verschaffen und gibt eine erste Orientierung bei der Entscheidung für eine Hilfe.

Die Pflegeberaterinnen erklären anschaulich und in leicht verständlicher Weise, welche Pflegeleistungen im konkreten Fall in Anspruch genommen werden können, wer die Pflege überneh-

men kann und wie die Kosten getragen werden können. Informiert wird über:

- Leistungen der Pflegeversicherung (z. B. Pflegegeld, Pflegesachleistung)
- Begutachtung durch den Medizinischen Dienst, Pflegestufen
- Sozialhilferechtliche Leistungen (z. B. Hilfe zur Pflege, Pflegegeld) und weitere Leistungen bei Pflegebedürftigkeit
- Pflege- und Betreuungsangebote im Kreis Unna (z. B. ambulante Pflegedienste, Tages- und Kurzzeitpflege, Pflegewohngemeinschaften, Pflegeheime)
- ergänzende und unterstützende Angebote, z. B. Hausnotruf, Mahlzeitendienste
- Kosten und Finanzierung von Betreuung und Pflege
- Hilfen für Menschen mit Demenz

### Psychosoziale Beratung, Begleitung und Betreuung

Die Mitarbeiterinnen der psychosozialen Beratung, Begleitung und Betreuung – kurz PSB genannt – erfüllen die Funktion eines „Hilfemanagers“ für pflege- bzw. unterstützungsbedürftige Menschen. Insbesondere geht es um hilfebedürftige Menschen, die vereinsamt, isoliert ohne Angehörige, Freunde und Nachbarn leben, noch nicht von anderen Diensten betreut werden und deshalb eine professionelle Unterstützung benötigen.

Die Aufgabe der PSB besteht in der Organisation begleitender, aktivierender und unterstützender Maßnahmen. Prämisse ist es, die stationäre Unterbringung zu vermeiden und die ambulante Hilfe für einen längst möglichen Verbleib in der gewohnten häuslichen Umgebung zu verstärken.

### Private Pflegeberatung

COMPASS Private Pflegeberatung, 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 **0800 1018800** bundesweit zu erreichen.
- Auf Wunsch vermitteln die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine Pflegeberatung vor Ort.
- Die aufsuchende Pflegeberatung reicht von einem einmaligen Gespräch bis hin zu einer umfassenden Begleitung.

Kontakt-daten:

COMPASS Private Pflegeberatung GmbH

Gustav-Heinemann-Ufer 74 c, 50968 Köln

**Servicenummer: 0800 1018800** (bundesweit gebührenfrei)

E-Mail: [info@compass-pflegeberatung.de](mailto:info@compass-pflegeberatung.de)

Internet: [www.compass-pflegeberatung.de](http://www.compass-pflegeberatung.de)

# ERBRECHT / TESTAMENT / BESTATTUNGSVORSORGE / TODESFALL / STERBEBEGLEITUNG

## Erbrecht // Testament // Bestattungsvorsorge



Foto: Photocase

### Erbrecht

Das Gesetz unterscheidet die gesetzliche und die gewillkürte Erbfolge. Soweit man keine letztwillige Verfügung errichtet, greift die gesetzliche Erbfolge ein. Möchte man von der gesetzlichen Erbfolge abweichen, bedarf es eines Testaments oder eines Erbvertrags, wobei das Testament jederzeit freiwiderruflich ist. Der Erbvertrag hingegen gewährt für den Erben die größere Sicherheit, da er nicht ohne Weiteres geändert oder widerrufen werden kann. Der Erbvertrag muss notariell beurkundet werden, das Testament hat auch handschriftlich seine Wirksamkeit. Die Kosten für ein notarielles Testament oder einen notariellen Erbvertrag richten sich nach dem Geschäftswert. Die Höhe der Kosten relativiert sich jedoch sehr schnell, wenn man den Vergleich zu einem eventuellen Prozess unter den Erben anstellt, der durch ein unklares handschriftliches Testament ausgelöst werden kann.

Die gewillkürte Erbfolge durch Testament oder Erbvertrag kann die gesetzliche Erbfolge mitunter nicht vollständig verdrängen. Die nächsten Angehörigen, nämlich Ehegatte, Kinder und Eltern, haben Pflichtteilsansprüche in Höhe der Hälfte des gesetzlichen Erbteils. Pflichtteilsansprüche können nur in eng umgrenzten Ausnahmefällen ausgeschlossen sein.

### Testament

Fehlende oder schlecht formulierte Testamente führen häufig zum Rechtsstreit innerhalb der Familie und zu Ergebnissen, die

in der Regel nicht im Interesse des Erblassers gelegen haben. Es empfiehlt sich daher, ein Testament zu errichten und sich diesbezüglich fachkundig beraten zu lassen. Die Testamentserrichtung kann hierbei auf verschiedene Weise geschehen:

### Eigenhändiges Testament

Der Erblasser hat grundsätzlich die Möglichkeit, ein eigenhändiges handgeschriebenes Testament zu errichten. Formvoraussetzung hierfür ist, dass das gesamte Testament unter Angabe von Ort und Datum eigenhändig geschrieben und mit vollständigen Namen unterschrieben ist. Um sicherzustellen, dass das Testament nach dem Tode auch eröffnet wird, kann es beim Amtsgericht in amtliche Verwahrung gegeben werden. Ehegatten haben die Möglichkeit, ein gemeinschaftliches Testament zu errichten. Ein solches Testament wird eigenhändig handschriftlich von einem der Ehepartner unter Angabe von Ort und Datum geschrieben und von beiden Ehepartnern jeweils persönlich mit vollem Namen unterschrieben.

Auch ein solches gemeinschaftliches Testament kann in amtliche Verwahrung des Amtsgerichtes gegeben werden. Hierbei ist jedoch zu berücksichtigen, dass die Rücknahme aus der amtlichen Verwahrung nur durch beide Ehepartner gemeinsam erfolgen kann und dass das gemeinschaftliche Testament in gewissem Umfang auch zu einer Bindung der Ehepartner an die testamentarische Verfügung führt. Um sicherzustellen, dass Ihr testamentarisch verfügter letzter Wille auch zum Tragen kommt, sollten Sie darauf achten, dass die Formulierung des Testaments auch eindeutig und rechtlich zutreffend ist. Es ist daher ratsam, sich fachkundig beraten zu lassen, z. B. durch einen im Erbrecht kompetenten Rechtsanwalt. Der Anwalt kann Ihnen dabei helfen, Ihr Testament so zu formulieren, dass es auch die von Ihnen gewünschten Regelungen herbeiführt.

### Bestattungsvorsorge

Durch eine Bestattungsvorsorge können Sie bereits zu Lebzeiten festlegen, wie Ihre Bestattung ablaufen soll. Entscheidend ist dabei, dass alles nach Ihren Wünschen umgesetzt werden kann. Für die Hinterbliebenen bedeutet das in der Regel eine große Erleichterung.

Das Wissen, dass alles so abläuft, wie Sie es sich gewünscht haben, wirkt tröstend. Dabei gibt es vielerlei Möglichkeiten vorzusorgen. Beispielsweise finanziell mit einer Sterbegeldversicherung und einem Vorsorgevertrag oder organisatorisch mit einer Verfügung. Wichtig bei einer Bestattungsvorsorge ist die Hinterlegung an einem Ort, an welchem sie im Sterbefall schnell gefunden werden kann um Anwendung zu finden. Zusätzlich empfehlen wir immer das offene Gespräch mit der Familie oder Freunden.

## Anwaltsgemeinschaft Menzel & Partner GbR

Rechtsanwälte - Notare - Fachanwälte

Menzel, Notar und Fachanwalt für Arbeitsrecht  
Eggers, Notar und Fachanwalt für Strafrecht  
Jaeger, Notarin und Fachanwältin für Familienrecht  
Kumpf, Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht  
Meinefeld, Fachanwalt für Familienrecht  
Eckardt, Rechtsanwalt

Weststraße 47a · 59174 Kamen · [www.menzel-partner.de](http://www.menzel-partner.de)  
Telefon 0 23 07 / 9 12 62 - 0 · Fax 0 23 07 / 9 12 62 - 25

# ERBRECHT/TESTAMENT/BESTATTUNGSVORSORGE/ TODESFALL/STERBEBEGLEITUNG

## Todesfall // Sterbebegleitung

Das Thema der eigenen Bestattung wird häufig gemieden, im Todesfall sind die meisten Hinterbliebenen dennoch froh, ein solches Gespräch geführt zu haben. Informationen zur Bestattungsvorsorge erteilt Ihnen jedes Bestattungsunternehmen.

### Todesfall

Im Todesfall eines Angehörigen oder eines nahestehenden Menschen ist man tief betroffen. Gerade dann kommt jedoch zum Schmerz über den Verlust eines lieben Menschen noch die Belastung durch Aufgaben hinzu, die kurzfristig bewältigt werden müssen. Das Beachten der nachstehenden Punkte kann Ihnen dabei helfen:

- Arzt benachrichtigen, der den Totenschein ausstellt
- Die nächsten Angehörigen unterrichten
- Meldung des Todesfalls spätestens am folgenden Werktag beim Standesamt; mitzubringen sind Totenschein, Geburtsurkunde bei ledigen Verstorbenen, Heiratsurkunde oder Familienstammbuch, Personalausweis oder Reisepass
- Grabstelle besorgen und beim zuständigen Pfarramt unter Vorlage der Beerdigungserlaubnis (vom Standesamt ausgestellt) die Beerdigung anmelden
- Bestattungsinstitut einschalten. Benachrichtigung der gesetzlichen und privaten Versicherungsträger: Rentenversicherung, Lebensversicherung, Sterbekasse, Krankenkasse und auch ggf. Abgabe des Testaments beim Nachlassgericht (zwecks Ausstellung eines Erbscheines)
- Todesanzeige aufgeben, Kündigung laufender Verträge, ggf. Benachrichtigung von Vereinen, Verbänden und Organisationen, denen die verstorbene Person angehört hat

Sie können natürlich auch ein Bestattungsinstitut Ihrer Wahl mit den zuvor genannten Formalitäten komplett beauftragen. Weitere Informationen zu allen Bestattungsfragen enthält auch der Ratgeber „Was tun, wenn jemand stirbt?“ der Verbraucher-

zentrale NRW. Dieser ist in der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW in Kamen, Kirchstraße 7, 59174 Kamen, erhältlich (Abholpreis: 9,90 Euro).

Als Vorsorgemaßnahme für den Krankheits-, Pflege- oder Todesfall empfiehlt es sich, alle wichtigen Unterlagen in einer Dokumentenmappe aufzubewahren. Diese Unterlagen sind Geburtsurkunden, Heiratsurkunden, Familienstammbuch, Zeugnisse, Versicherungspolice, Sparbücher oder auch ein Testament.

### Sterbebegleitung

In der Sterbebegleitung geht es darum, Menschen in ihren letzten Tagen und Stunden vor ihrem Tod Beistand zu leisten. Möglicherweise ist auch eine spezielle palliativmedizinische Versorgung notwendig, aber für Menschen im Sterbeprozess ist menschliche Zuwendung besonders wichtig. Die Sterbebegleitung beginnt mit der Mitteilung der Diagnose einer todbringenden Erkrankung im Aufklärungsgespräch zwischen Arzt und Patient und endet mit dem Tod des Patienten.

An Sterbebegleitung können sowohl Angehörige und Freunde des sterbenden Menschen, als auch Ärzte, Pflegepersonen, Seelsorger und ehrenamtliche Helfer mitwirken. Sie ist Teil der Palliative Care und der Hospizbewegung.

Für Informationen wenden Sie sich an:

Ambulanter Hospizdienst Kamen  
Kamener Hospiz e. V.  
Kämerstraße 35, 59174 Kamen

*Ansprechpartnerin: Barbara Divis*  
Telefon: 02307 234612  
E-Mail: [kamener-hospiz@gmx.de](mailto:kamener-hospiz@gmx.de)  
Internet: [www.hospize-unna-kamen.de](http://www.hospize-unna-kamen.de)



Foto: Fotolia

	<p><b>24-Stunden-Sammelruf:</b> <b>02307 - 280505</b></p>
	<p><b>Bestattungshaus Göttker</b> Robert-Koch-Straße 71 59174 Kamen</p>
<p>• Erd-, Feuer-, See- &amp; Naturbestattungen • Überführungen im In- und Ausland • Erledigung aller Formalitäten • Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten • Eigener Trauerdruck • Eigener Abschiedsraum</p>	<p><b>Bestattungen Grundmann</b> Husener Straße 80 44319 Dortmund</p>
	<p><b>Bestattungen Armonat</b> Friedrich-Ebert-Straße 106 59425 Unna</p> <p style="text-align: center;"><b><a href="http://www.armonat.de">www.armonat.de</a></b></p>

# BERATUNG FÜR ERWACHSENE MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

## Lotsen // Behindertenbeauftragte Fachstelle für Behinderte im Beruf

Menschen mit Behinderung sollen an allen Facetten des Lebens teilnehmen können. Das Leben mit Behinderungen kann auf verschiedene Weisen erleichtert werden. Auskünfte über Anlaufstellen und Beratungsinstitutionen erteilt der Behindertenbeirat der Stadt.

*Ansprechspartner: Andreas Eichler*  
Stadt Kamen, Fachbereich Bürger Service  
Telefon: 02307 1483670  
E-Mail: [Andreas.Eichler@stadt-kamen.de](mailto:Andreas.Eichler@stadt-kamen.de)

*1. Vorsitzende des Behindertenbeirates*  
*Renate Jung*  
Auf dem Brink 6, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 15045

*Mehr zum Behindertenbeirat der Stadt Kamen siehe Kapitel  
„Beratung und Hilfe“*

### Lotsen

Menschen mit Behinderung und ihre Angehörige auf gleicher Augenhöhe über Möglichkeiten zu einem selbstbestimmten Leben zu informieren und ihnen dabei den Weg durch diesen Dschungel von Paragrafen und Behörden zu weisen, ist das Anliegen der speziell ausgebildeten Lotsen und Lotsinnen. Bei Fragen rund um das Thema Behinderung stehen die Lotsinnen und Lotsen zur Verfügung, haben ein offenes Ohr für Sie und versuchen mit Ihnen gemeinsam Lösungen und die richtige Stelle für Ihr Anliegen zu finden.

Alle Lotsinnen und Lotsen haben in den Schulungen Grundlagenkenntnisse in den Bereichen Beratungskompetenz, Rechtskompetenz und Vernetzung/Öffentlichkeitsarbeit erworben.

*Lotsen in Kamen sind: Bettina Borghardt*  
Telefon: 02307 18283  
E-Mail: [borghardt@lotsen-nrw.de](mailto:borghardt@lotsen-nrw.de)  
*Klara Seltmann*  
E-Mail: [seltmann@lotsen-nrw.de](mailto:seltmann@lotsen-nrw.de)

### Behindertenbeauftragte Kreis Unna

Die Behindertenbeauftragte der Kreisverwaltung Unna ist Ansprechpartnerin für die Bürgerinnen und Bürger des Kreises Unna in allen behindertenrelevanten Fragestellungen. Sie informiert über Hilfsangebote und Möglichkeiten der Eingliederung behinderter Menschen im Kreis Unna. Sie koordiniert die bedarfsgerechte und strukturierte Entwicklung von Angeboten der Behindertenhilfe. Die direkte Erreichbarkeit behindertengerechter Hilfs- und Unterstützungsangebote soll für die Bürgerinnen und Bürger hergestellt werden.

Inklusion ist eine „Leitidee“ für ein gutes Leben behinderter Menschen. Das Konzept der Inklusion geht dabei deutlich weiter als das der Integration. Es geht nicht mehr nur darum, behinderten Menschen durch eine gezielte Unterstützung die Nutzung von Angeboten in allen Lebensbereichen zu ermöglichen. Vielmehr ist mit Inklusion gemeint, die Umwelt und die Gesellschaft so zu gestalten, dass allen Menschen eine ihren Bedürfnissen entsprechende Teilhabe am gesellschaftlichen Leben möglich ist. Die Umsetzung der Inklusion im Sinne der Konvention der Vereinten Nationen wird für den Kreis Unna durch das Handlungsprogramm 2013 bis 2015 sicher gestellt.

*Ansprechpartnerin: Gabi Olbrich-Steiner*  
Kreishaus Unna  
Stabsstelle Planung und Mobilität  
Sozialplanung und Demografie  
Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna  
Telefon: 02303 273361  
Internet: [www.kreis-unna.de](http://www.kreis-unna.de)  
E-Mail: [gabi.olbrich@kreis-unna.de](mailto:gabi.olbrich@kreis-unna.de)

### Fachstelle für behinderte Menschen im Beruf

Von den rund 90.000 behinderten Menschen im Kreis sind etwa 62.000 als Schwerbehinderte (Grad der Behinderung über 50 Prozent) anerkannt. Für diesen Personenkreis bietet die Fachstelle (früher Fürsorgestelle) Möglichkeiten, um Hilfen im Arbeitsleben zu erhalten.

Die Hilfen reichen von dem behindertengerecht eingerichteten Arbeitsplatz bis zur Mitwirkung in arbeitsrechtlichen Kündigungsverfahren. Der Kreis Unna ist in diesem Bereich in enger Zusammenarbeit mit dem Integrationsamt des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe tätig, das die entsprechenden Gelder aus den Mitteln der Ausgleichsabgabe bereitstellt. Die Beteiligung im Kündigungsverfahren ist gesetzlich geregelt und findet automatisch im Verfahren statt.

Der Antrag für eine behindertengerechte Ausgestaltung eines Arbeitsplatzes muss schriftlich gestellt werden.

*Ansprechpartner: Ralf Stock*  
Kreishaus Unna  
Fachbereich Arbeit und Soziales  
Friedrich-Ebert-Straße 17, 59425 Unna  
Telefon: 02303 271557  
Internet: [www.kreis-unna.de](http://www.kreis-unna.de)  
E-Mail: [ralf.stock@kreis-unna.de](mailto:ralf.stock@kreis-unna.de)

## Integrationsfachdienst (IFD) // Verein für Betreuung und Unterstützung // Blindengeld/Gehörlosenhilfe

### Integrationsfachdienst (IFD) im Kreis Unna

Der Integrationsfachdienst (IFD) im Kreis Unna unterstützt Menschen mit Behinderungen bei

- der Suche und Vermittlung einer Arbeits- oder Ausbildungsstelle
- bei Problemen am Arbeitsplatz
- beim Übergang von der Schule auf den allgemeinen Arbeitsmarkt und aus den Werkstätten für Behinderte auf den Arbeitsmarkt
- beim Übergang nach medizinischer Behandlung und Rehabilitation auf den Arbeitsmarkt speziell für seelisch erkrankte Menschen
- bei Suche und Vermittlung einer Arbeitsstelle für Rehabilitanden
- speziell für hörbehinderte Menschen

Auch Arbeitgeber werden vom Integrationsfachdienst beraten, wenn sie behinderte Mitarbeiter einstellen wollen oder wenn es Probleme bei der Beschäftigung behinderter Menschen gibt. Die Arbeit ist für behinderte Menschen und Arbeitgeber kostenlos.

### Integrationsfachdienst (IFD) im Kreis Unna

Graf-Adolf-Platz 3, 58239 Schwerte  
Telefon: 02304240900  
E-Mail: [ifd-un@ifd-westfalen.de](mailto:ifd-un@ifd-westfalen.de)

### Verein für Betreuung und Unterstützung von Menschen mit Behinderung und deren Familien – VeBU e. V.

Der Verein für Betreuung und Unterstützung von Menschen mit Behinderung und deren Familien – VeBU e. V. – ist ein gemeinnütziger Verein, welcher im März 2000 von betroffenen Eltern und professionellen Mitarbeitern/innen gegründet wurde.

Ziel des Vereins ist es, Menschen mit Behinderung zu fördern und in einem vertrauensvollen Rahmen zu unterstützen.

### VeBU e. V.

Marie-Curie-Strsaße 1, 59192 Bergkamen  
Telefon: 02389 953943

### Blindengeld/Gehörlosenhilfe

Antragstellung auf Leistungen nach dem Gesetz für hochgradig Sehbehinderte und Gehörlose nimmt die Rentenversicherungsstelle der Stadtverwaltung Kamen entgegen.

*Kontakt: siehe Kapitel „Beratung und Hilfe – Rentenversicherungsstelle“*

### Blinden- und Sehbehindertenverein (BSV) Bezirksgruppe Kreis Unna

Individuelle Beratung der Mitglieder und Angehörigen zu psychosozialen und sozial-rechtlichen Fragen, insbesondere: Schwerbehindertenausweis und Nachteilsausgleichen, berufliche Rehabilitation, Erwerbsminderungsrenten, Hilfsmittel, Augenkrankheiten, Lebensbewältigung.

Das Gruppentreffen in Kamen findet an jedem dritten Donnerstag im Monat von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr im Foto-Café Dettler (Foto Holzer), Bahnhofstraße 49, 59174 Kamen, statt.

Gesellige Veranstaltungen, Ausflüge, Grillnachmittage, Sommerfest, Weihnachtsfeier und Tagesausflüge gehören genauso wie fachliche Veranstaltungen zu medizinischen und sozialen Themen sowie zu Hilfsmitteln zum Programm.

Außerdem soll eine Aufklärung der Öffentlichkeit und Einflussnahme auf örtliche politische und gesellschaftliche Gruppen zur Wahrnehmung der Interessen und Belange der Mitglieder erfolgen.

### Blinden- und Sehbehindertenverein (BSV) Kreis Unna

*Kontakt: Walter Görlitz*  
Telefon: 02307 553864  
E-Mail: [kreis-unna@bsw.de](mailto:kreis-unna@bsw.de)

### Selbsthilfegruppe Kamen

*Kontakt: Heinz-Detlef Klafke*  
Telefon: 02307 4385322



# BERATUNG FÜR ERWACHSENE MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

## Blinden- und Sehbehindertenverein // Ambulant Betreutes Wohnen // Familienunterstützender Dienst

**Ambulant Betreutes Wohnen für Menschen mit geistiger Behinderung**  
Service-Anbieter  
Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.

*Ansprechpartner: Wolfgang Niebisch*  
Kampfstraße 4, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 9474318/22  
E-Mail: [wniebisch@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:wniebisch@diakonie-ruhr-hellweg.de)  
Internet: [www.diakonie-ruhr-hellweg.de](http://www.diakonie-ruhr-hellweg.de)

Kontakt-Café Oase  
Kampfstraße 4, 59174 Kamen  
montags, mittwochs und freitags  
11:00 – 13:30 Uhr Mittagstisch  
16:00 – 20:00 Uhr Gruppenangebote

### Sozialwerk Heeren-Werve e. V.

#### Bürger für Bürger

Bürger für Bürger ist ein gemeinnütziger Verein für soziales Engagement im Stadtteil Heeren-Werve. Unterstützt werden ehrenamtlich und unentgeltlich

- hilfsbedürftige Personen
- Menschen mit Behinderungen
- Seniorinnen und Senioren

Das Ziel von Bürger für Bürger ist es, das die v. g. Personen möglichst lange in ihrem gewohnten zu Hause im Stadtteil Heeren-Werve bleiben können.

Folgende Hilfen werden angeboten:

- Lebensmitteleinkäufe
- Begleitung bei Arztbesuchen
- Besuche und Gespräche
- Hilfe in Krankheitsfällen
- Begleitung zu Gottesdiensten und Freizeitangeboten
- Behördengänge und Formulare ausfüllen
- Vermittlung anderer Hilfsdienste

Gefördert werden das ehrenamtliche Engagement und die soziale Verantwortung. Wer anderen Menschen helfen möchte oder selbst Hilfe benötigt oder jemand kennt, der Hilfe benötigt, wendet sich an Bürger für Bürger.

#### Bürger für Bürger

Pförtnerhaus, Westfälische Straße 48  
59174 Kamen-Heeren  
Sprechzeiten:  
Di 14:00 – 16:00 Uhr  
Mi 10:00 – 12:00 Uhr  
Telefon: 02307 2872130  
Internet: [www.bürgerfürbürger.de](http://www.bürgerfürbürger.de)

#### FuD – Familie und Du – Kreis Unna gGmbH

Die FuD bietet stundenweise Entlastungsangebote in Familien mit einem behinderten Mitglied. In diesen Familien ist die Situation meist intensiver als in anderen Familien. Hier bietet die stundenweise Entlastung die Möglichkeit in der Familie und für den Menschen mit Handicap Freiräume zu schaffen, so dass die betreuenden Personen und auch der Behinderte selbst einige Stunden Freiraum von seinem Alltag bekommen kann. Dies trägt zur Entlastung der Familie und Steigerung des Lebensgefühls der Menschen mit Handicap bei. Außerdem bietet die FuD Kreis Unna gGmbH eine Schullassistenten (Schulintegration) an.

Im Zuge der Inklusion nehmen immer mehr Kinder mit Beeinträchtigung am Unterricht der Regelschulen teil. Hier bieten die Schullassistenten den behinderten Kindern und den Schulen die Möglichkeit, dies auch Realität werden zu lassen. Da Lehrer keine oder nur bedingte pflegerische Hilfe (z. B. Körperhygiene, Essen anreichen), soziale Unterstützung (z. B. Schutz vor Mobbing, Kontaktherstellung mit anderen Schülern) und auch unterrichtspraktische Unterstützung (z. B. Benutzung eines Talkers, Schreiben diktiert Antworten, Konzentrationsförderung) leisten können, ohne den gesamten Klassenverband zu vernachlässigen. Der Schullassistent soll die behinderungsbedingte Mehrbelastung auffangen und den Lehrer entlasten und unterstützen.

#### *Ansprechpartnerin: Frau Andrea Welsch*

Bahnhofstraße 46, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 2850520  
E-Mail: [info@fud-kreisunna.de](mailto:info@fud-kreisunna.de)

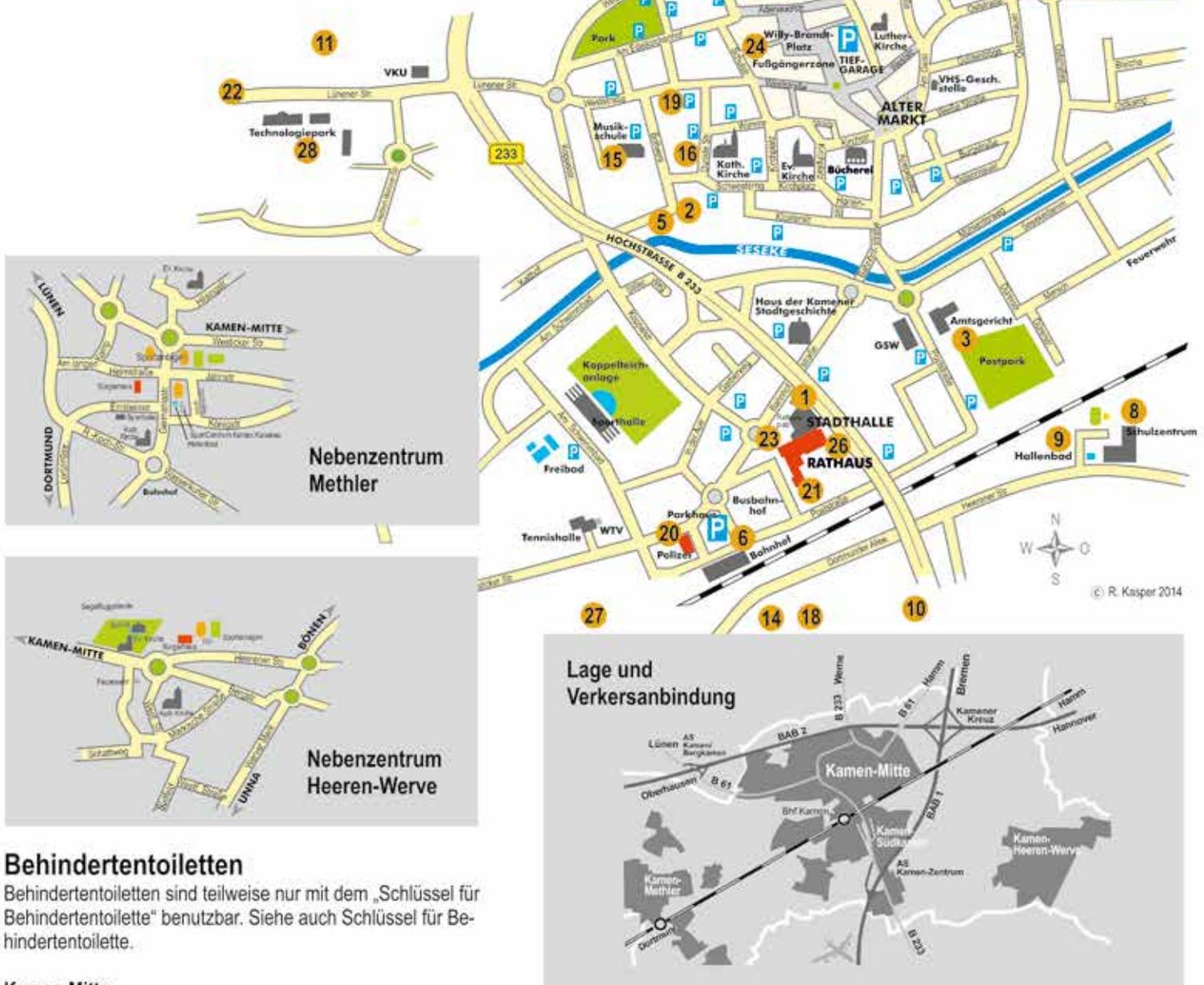
### Familienunterstützender Dienst der Lebenshilfe Kreis Unna e. V.

Der Familienunterstützende Dienst (FUD) ist ein verlässliches, flexibles, ambulantes Angebot für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung und ihre Familien. Er bietet alltagsorientierte Hilfen für Familien von Angehörigen mit einer Beeinträchtigung an. Der FUD möchte mit seinen Diensten Belastungssituationen in den Familien auffangen oder mildern.

Der Familienunterstützende Dienst unterstützt Menschen mit Beeinträchtigungen, die eine weitgehend selbständige und selbstbestimmte Lebensgestaltung erleben und lernen wollen. Mit Hilfe des FUD's soll Teilhabe am gesellschaftlichen, kulturellen und politischen Leben für den Einzelnen ermöglicht und erfahrbar gemacht werden. Zeitpunkt und Dauer der Einsätze richten sich nach den Wünschen der Familie. Sie finden in der Regel stundenweise an ein bis zwei Tagen in der Woche oder am Wochenende statt.

## Stadt Kamen Innenstadt

# Behindertentoiletten



## Behindertentoiletten

Behindertentoiletten sind teilweise nur mit dem „Schlüssel für Behindertentoilette“ benutzbar. Siehe auch Schlüssel für Behindertentoilette.

### Kamen-Mitte

1. Alte Villa, Rathausplatz 4 (Schlüssel)
2. Altes Gemeindehaus, Schwesterngang 1
3. Amtsgericht, Poststraße 1
4. Arbeitsagentur, Ostring 9
5. AWO Kamen, Bollwerk 9
6. Bahnhofsvorplatz (Schlüssel)
7. Diesterwegschule, Hammer Straße 21
8. Gesamtschule, Gutenbergstraße 2
9. Hallenbad, Gutenbergstraße
10. Hotel Park-Inn, Kamen Karree 2/3
11. Jugendfreizeitzentrum, Ludwig-Schröder-Str. 17
12. Konzert-Aula, Hammer Straße
13. Krankenhaus, Eingangsbereich, Nordstr. 34
14. Martin-Lutter-King, Südkamener Str. 52
15. Musikschule/Galenhof, Bollwerk 6
16. Neues Gemeindehaus, Schwesterngang 4
17. Parkhaus Kämerstraße
18. Perthes Werk, Südkamen, Perthesstraße 10

19. Pfarrheim, Dunkle Straße 4
20. Polizei Kamen, Am Bahnhof 12
21. Rathaus, Rathausplatz 1 (Schlüssel)
22. REHA-Klinik, Lünenerstraße 64
23. Zum Kömschen Bleier, Rathaus
24. Sparkasse Kamen, Willy-Brandt-Platz 9
25. Städt. Gymnasium, Hammer Straße 19
26. Kamener Stadthalle, Rathausplatz 1 (Schlüssel)
27. Südschule, Südkamener Straße 62
28. Technopark EG des Ostflügels

### In den Sporthallen folgender Schulen

29. Gesamtschule
30. Friedrich-Ebert-Schule
31. Südschule, Schwesterngang 8
32. Städt. Gymnasium
33. Südschule, Südkamener Straße 62

### Kamen-Heeren

34. Friedrich-Pröbsting-Haus, Pröbstingholz 4
35. Astrid-Lindgren-Schule, Westfälische Straße 23
36. Haus Mühlbach, Nikolaus-Otto-Straße 18
37. Käthe-Kollwitz-Schule, Sporthalle
38. Pförtnerhaus, Westfälische Straße 48
39. Sparkasse Heeren, Märkische Straße 4
40. St. Barbara Haus, Westfälische Straße 21

### Kamen-Methler

41. Bodelschwinghaus, Otto-Prein-Straße 17
42. Bürgerhaus, Heimstraße 3
43. Eichendorffschule, Sporthalle
44. Kath. Kirche Methler, Robert-Koch-Straße 93
45. Paul-Gerhard-Haus, Wasserkurler Straße 38

# BERATUNG FÜR ERWACHSENE MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

## Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft DMSG // Öffentliche und behindertengerechte Toiletten Behindertenparkplätze

Folgende Unterstützung wird angeboten:

- Kreative Freizeitgestaltung und Begleitung zu Freizeitaktivitäten
- Training der Selbstständigkeit im lebenspraktischen Bereich
- Pflegerische Hilfe im Bereich der Grundpflege
- Begleitung zu Arzt- und Therapiebesuchen
- Betreuung in den Abendstunden oder am Wochenende

Familienunterstützender Dienst  
Lebenshilfe Kreis Unna e. V.

*Ansprechpartnerin: Frau Sandra Hilsmann-Müller*  
Märkische Straße 9 – 11, 59423 Unna  
Telefon: 02303 8845320

### Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft DMSG Kontaktkreis Kamen

Der Kontaktkreis Kamen der DMSG aktiviert den einzelnen durch gemeinsame Veranstaltungen wie gesellige Abende, Ausflüge, Kegeln, Klinikbesichtigungen und Einzelgespräche. Es werden Fakten und Neuerungen im medizinischen und sozialrechtlichen Bereich, z. B. durch Einladung von Ärzten, Sozialarbeitern und anderen Referenten, vermittelt.

### DMSG Kontaktkreis Kamen

*Ansprechpartnerin: Renate Jung*  
Auf dem Brink 6, 59174 Kamen  
Telefon: 02307 15045

Beratungszeiten und Treffen jeden 1. Mittwoch im Monat ab 19:00 Uhr im Perthes-Zentrum Kamen, Perthesstraße, 59174 Kamen

### Öffentliche und behindertengerechte Toiletten in Kamen – siehe Grafik „Behindertentoiletten in der Kamener Innenstadt“

Behindertentoiletten sind teilweise nur mit dem „Schlüssel für Behindertentoiletten (Euro-Schlüssel)“ benutzbar.

### Schlüssel für Behindertentoiletten

Die Gesellschaft für Nebenbetriebe der Bundesautobahnen (heute Tank und Rast AG) hat sämtliche Behindertentoiletten an den Raststätten, Tankstellen und Kiosken aller Bundesautobahnen mit der bundeseinheitlichen „Behinderten-WC-Schließanlage“ ausgerüstet.

Diesem fortschrittlichen Beispiel folgend, haben viele Städte und Gemeinden, Hochschulen, Universitäten sowie Freizeit-

anlagen und Kaufhäuser diese gleiche Schließanlage in die Behindertentoiletten installiert. Somit sind alle Behinderten in der Lage, mit einem einzigen eigenen Schlüssel alle umgerüsteten Behindertentoiletten ohne Schwierigkeiten zu benutzen. Erhältlich ist dieser Schlüssel beim:

Club Behinderter und ihrer Freunde in Darmstadt und Umgebung e. V. (CBF)  
Pallaswiesenstraße 123 a, 64293 Darmstadt  
Telefon: 06151 812210

Gegen Vorlage der Fotokopie des Schwerbehindertenausweises (die Merkzeichen aG, B, H oder Bl oder das Merkzeichen G mit mindestens 70 v. H. Grad der Behinderung müssen im Schwerbehindertenausweis eingetragen sein) und einen Betrag in Höhe von 18,00 Euro wird der Schlüssel versandt. Für weitere 7,00 Euro kann ein Begleitheft, in dem alle Toiletten im Bundesgebiet aufgeführt sind, mit angefordert werden.

### Behindertenparkplätze im Stadtgebiet Kamen – siehe Grafik „Behindertenparkplätze im Stadtgebiet Kamen“

#### Parken auf den besonders gekennzeichneten Schwerbehindertenparkplätzen

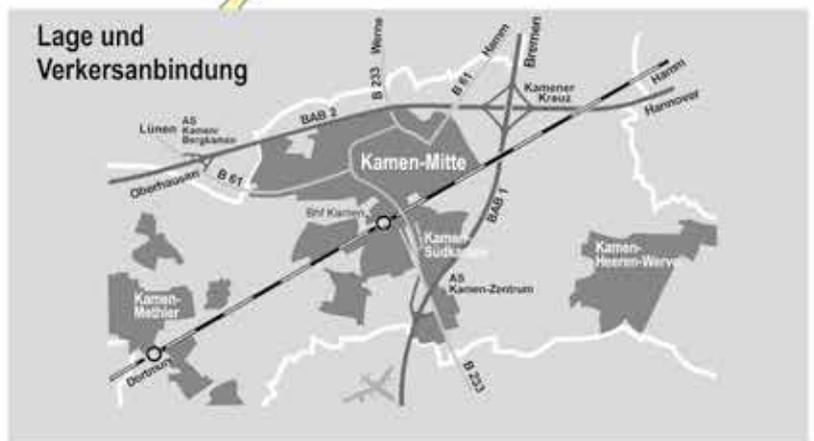
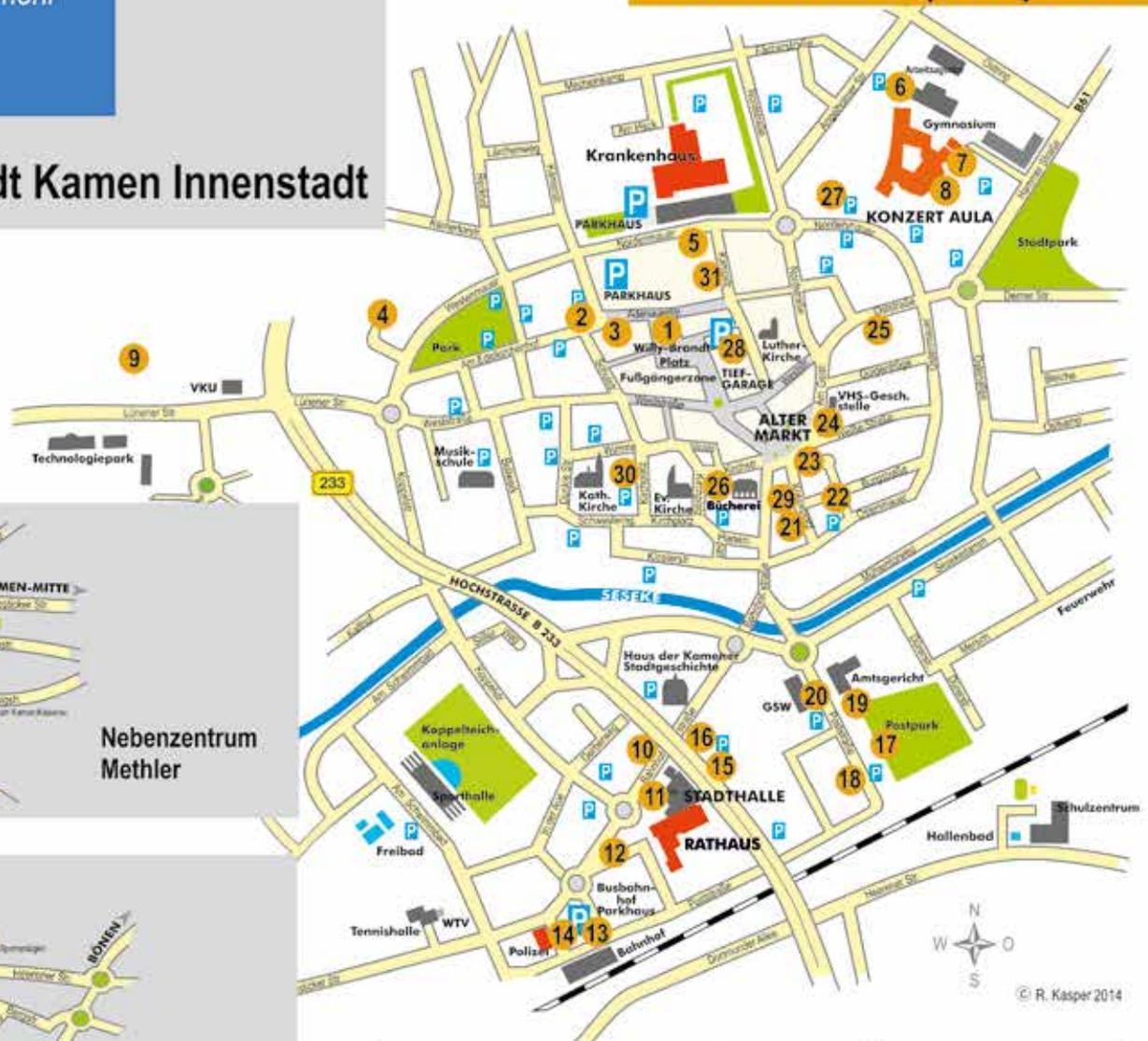
Außergewöhnliche Gehbehinderte (Merkzeichen aG im Schwerbehindertenausweis), Blinde (Bl) und Menschen mit beidseitiger Amelie oder Phokomelie haben das Recht, die Schwerbehindertenparkplätze zu nutzen. Sie benötigen dazu eine entsprechende Ausnahmegenehmigung (Parkausweis für Behinderte – blauer Ausweis). Dieser Parkausweis wird europaweit anerkannt.

Neben dem v. g. Parkausweis gibt es noch eine weitere Parkerleichterung, die bundesweit anerkannt wird (orangefarbener Parkausweis). Dieser orange Ausweis berechtigt nicht zum Parken auf den ausgewiesenen Behindertenparkplätzen, er bietet jedoch eine Reihe von Erleichterungen beim Parken.

*Die entsprechende Ausnahmegenehmigung und alle Informationen zum Parkausweis für Behinderte (blauer Ausweis) und der orangefarbenen Parkerleichterung erhalten Sie bei der Stadt Kamen, Bürgerbüro  
Telefon: 02307 1483050.*

## Stadt Kamen Innenstadt

# Behindertenparkplätze



### Standorte der Schwerbehindertenparkplätze im Stadtgebiet Kamen

#### Kamen-Mitte

1. Willy-Brand-Platz vor Haus Nr. 7 1x
2. Kämerstraße/Eingang Brumberg 1x
3. Kämerstraße/Zufahrt Sparkassenplatz 1x
4. Leibnitzstraße 1x
5. Nordenmauer/Höhe Arztpraxis 1x
6. Parkplatz Gymnasium/Ängelholmer Str. 1x
7. Gymnasium/Parkplatz Aula/Pustebblume 4x
8. Gymnasium/Parkplatz Aula/Sternstunde 1x
9. Parkplatz Friedrich-Ebert-Schule Weddinghoferstr. 1x
10. Bahnhofstraße/Taxi Moritz 1x
11. Rathaus vor Hauptgebäude/Bahnhofstr. 2x
12. Parkplatz Eigenbetrieb Stadtentwässerung Bahnhofstraße 2x
13. Parkplatz am Bahnhof 2x
14. Zufahrt Parkhaus am Bahnhof 1x
15. Parkplatz unter der Hochstraße Höhe Stadthalle 2x
16. Parkplatz unter der Hochstraße Höhe Neubau ARGE 1x
17. Poststraße Höhe Postpark 1x
18. Poststraße Höhe Jugendkulturcafe 1x
19. Parkplatz Amtsgericht 2x
20. Poststraße Höhe GSW 1x

21. Parkplatz Koepeplatz 2x
22. Burgstraße 1x
23. Markt Höhe Praxis Dr. Dryden 1x
24. Hotel Stadt Kamen/Einmündung Weiße Str. 2x
25. Ostenmauer Höhe Reisebüro 1x
26. Kirchstraße/Verbraucherberatung 2x
27. Parkplatz Nordenmauer/Zufahrt Aula 2x
28. Tiefgarage Kampstraße 2x
29. Bahnhofstraße Höhe Arztpraxis Dr. Marchand 1x
30. Kirchplatz 7 vor dem Gemeindehaus Heilige Familie 1x
31. Kampstraße vor dem Ärztehaus 5x

#### Kamen-Heeren

1. Mittelstraße vor dem Geschäft REWE 1x
2. Märkische Straße/Nebenzentrum 1x
3. Märkische Straße/Höhe Barbaraapotheke 1x

4. Westfälische Str./Einmündung Märkische Str. 1x
5. Parkplatz Bürgerhaus Heeren 2x

#### Kamen-Methler

1. Einsteinstraße Höhe Nebenzentrum 2x
2. Parkplatz Höhe des Kunstrassenplatzes 2x
3. Parkplatz Bürgerhaus Methler 2x
4. Robert-Koch-Str. Höhe Modehaus Kämpgen 1x
5. Einsteinstraße Höhe Haus-Nr. 9 1x

#### Kamen-Süd/Südkamen

1. Hallenbad Gutenbergstraße 3x
2. Borsigstraße Höhe Bahnunterführung 2x
3. Parkplatz Friedhof Südkamen 1x

## BRANCHENVERZEICHNIS

Liebe Leserinnen, liebe Leser! Als wertvolle Einkaufshilfe finden Sie hier eine Auflistung leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Dienstleistung. Die alphabetische Anordnung ermöglicht Ihnen ein schnelles Auffinden der gewünschten Branche. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.total-lokal.de](http://www.total-lokal.de).

BRANCHE	SEITE	BRANCHE	SEITE
Ambulante Krankenpflege	24	Krankenhaus	11
Ambulante Pflege	20, 25	Logopädie	11
Ambulante Pflegedienste	23, 24	Menüservice	20, 23, 25
Bäder	6	Notar	32
Bestattungen	33	Pflege	U2
Bestattungsvorsorge	33	Pflegedienste	23
Betreuung	U2	Rechtsanwälte	32
Demenzbegleitung	20	Saunen	6
Dialysefahrten	2	Seniorenwohnungen	19
Eissporthalle	6	Seniorenzentrum	28
Energieversorgung	6	Sparkasse	U4
Gas	6	Sprachtherapie	11
Geldinstitut	U4	Strom	6
Haushaltsnahe Dienste	23, 25	Tagespflege	25
Hausnotruf	21, 25	Verlegungen	2
Hauswirtschaft	20	Wasser	6
Hörakustik	11	Wohnen mit Service	18
Hörgeräte	11	Wohnungsbau	19
Krankenfahrten	2		

U = Umschlagseite



Foto: WeavebreakMediaMicro

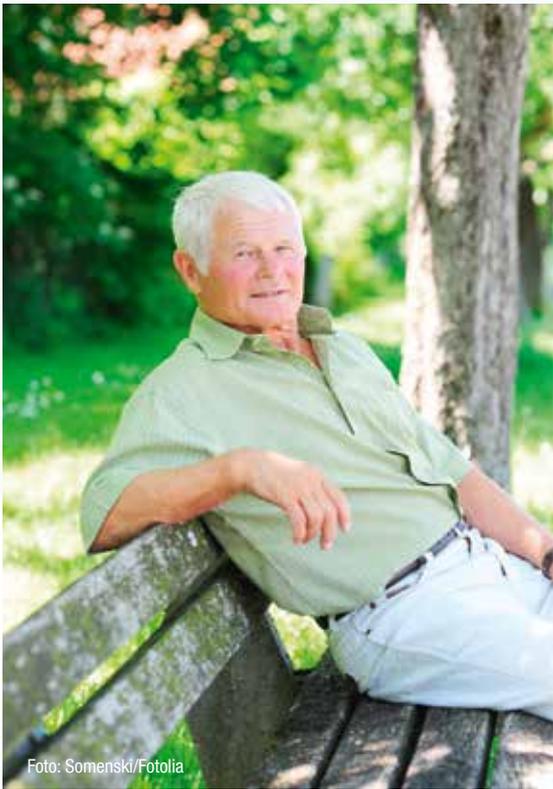


Foto: Somenski/Fotolia

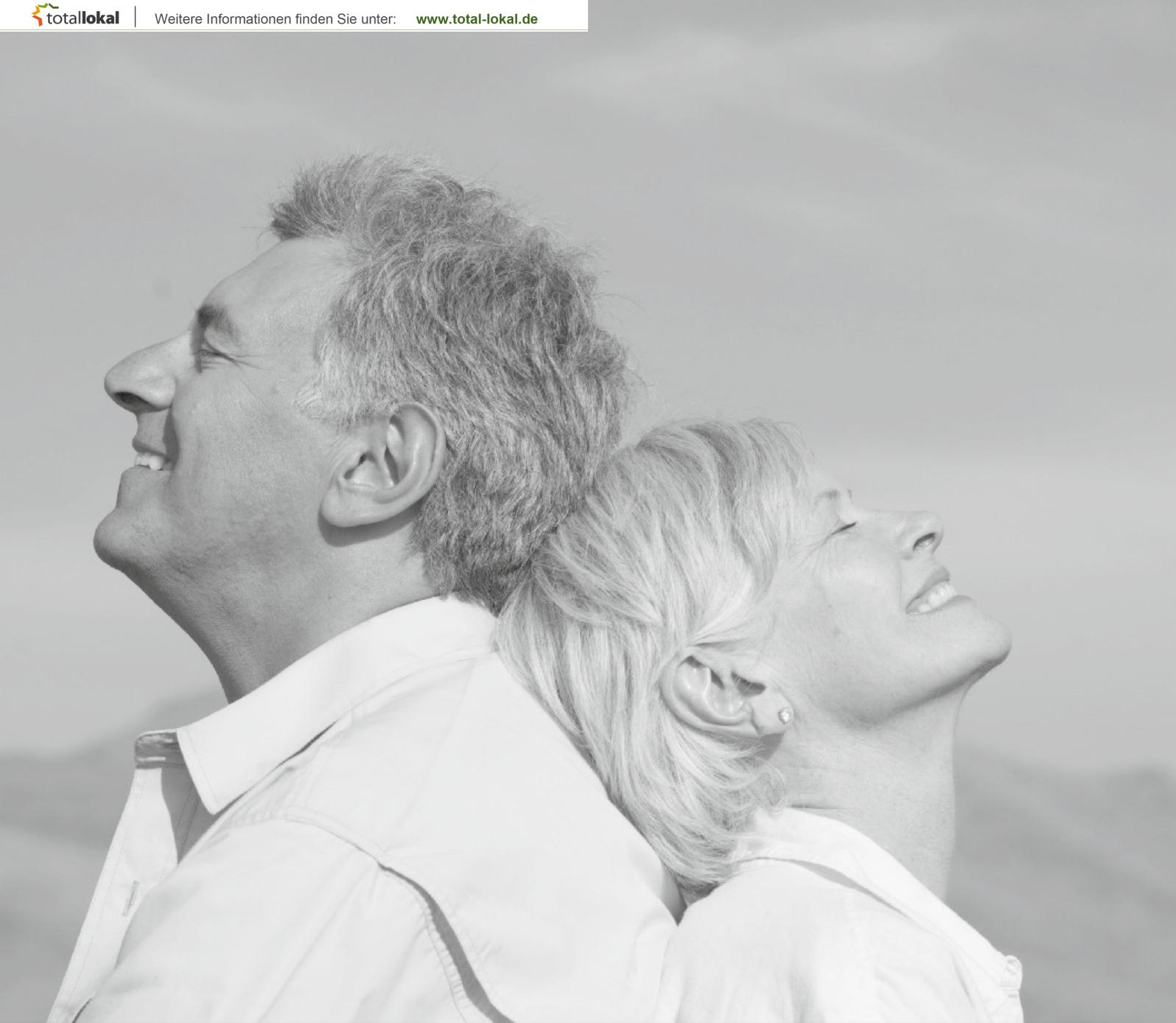


Foto: Yuri Arcurs/Fotolia



Foto: Monkeybusiness/Fotolia

HIER FÜHLEN WIR UNS WOHL!



In jedem Alter gut beraten:  
Wir bieten Ihnen individuelle  
Finanzkonzepte, Vorträge,  
Seminare und Freizeitangebote.



Sparkasse  
UnnaKamen