Wegweiser

für Seniorinnen und Senioren in Unna

Unna Yaşlılar Kılavuzu

Информация для русскояэычных Пожилых жителей Ynны

Comunita SENIORENHÄUSER

SENIORENHAUS LUCIA
| Dortmund-Wickede

SENIORENHAUS SOPHIA
| Bergkamen

SENIORENHAUS ZEPPELINSTRASSE
| Dortmund-Huckarde

SENIORENHAUS VINZENZ
| Dortmund-Dorstfeld

COMUNITA SENIORENHÄUSER BIETEN IHNEN:

- Pflege und Betreuung nach Qualitätsstandards
- Gruppen- & Einzelbetreuungsangebote
- Qualifiziertes Personal
- Aktivierende Pflege
- Einzelzimmer inkl. Bad
- Offen für Gemeinde und Vereine
- Events- & Freizeitangebote
- Gute Infrastruktur

TÜV CERT
DIN EN ISO 9001
Zertifikat Nr. 71 100 I 194

Comunita Seniorenhäuser
Zentrale:
Wickeder Hellweg 93
44319 Dortmund

Telefon: + 49 (0)231 82976-0
Telefax: + 49 (0)231 82976-444
E-Mail: info@comunita-sh.de
www.comunita-seniorenhaeuser.de

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

wie überall in Deutschland wächst auch in Unna der Anteil der älteren Menschen an der Bevölkerung. Diese Entwicklung ist aber nicht nur eine Herausforderung an unser Gemeinwesen, sie ist vielmehr eine Chance, die wir nutzen müssen. Denn Seniorinnen und Senioren sind ein Aktivposten unserer Gesellschaft. Der Großteil ist gesellschaftlich engagiert, gut informiert und nimmt mit viel Selbstbewusstsein am Alltagsleben teil. Das Interesse älterer Menschen reicht heute von vielseitiger Freizeitgestaltung und sportlichen Aktivitäten bis hin zu Entwicklungen in der Wissenschaft und Technik oder Trends der Informationsgesellschaft. Sie sind mobiler denn je und bringen sich in das Stadtgeschehen ein, ohne sich dabei als „Senioren“ zu fühlen.

In Unna gibt es eine erfreuliche Vielzahl an Aktivitäten von älteren Menschen. Und wenn man genauer hinschaut, sind viele Angebote, seien es gesellschaftliche, soziale oder sportliche in Vereinen, Initiativen und Einrichtungen, ohne das Engagement älterer Menschen undenkbar. Gerne nutze ich daher hier die Gelegenheit, um Ihnen herzlich für Ihren Einsatz zu danken.

Gleichzeitig leben aber auch Seniorinnen und Senioren unter uns, die auf fremde Hilfe angewiesen sind. Diese kann oft nicht allein durch die Familie, Freunde, Bekannte oder Nachbarschaft geleistet werden. Ein zentrales Thema ist es deshalb, die Selbstständigkeit und Selbstbestimmung älterer Menschen zu unterstützen und zu erhalten. Dazu gehört beispielsweise die Sicherstellung einer bedarfsgerechten Versorgung hilfe- und pflegebedürftiger Mitbürgerinnen und Mitbürger.

Vereine, Verbände und andere Anbieter schaffen in unserer Stadt ein umfangreiches Netz von Möglichkeiten und Dienstleistungen, das sich an die Seniorinnen und Senioren unter uns richtet. Das Spektrum der Angebote reicht dabei von Freizeitgestaltung und bürgerschaftlichem Engagement, über kulturelle Einrichtungen bis zu Hilfen bei der Bewältigung von Problemen und Beschwerden des Alters.

Unser Ziel ist es, alle Seniorinnen und Senioren in Unna möglichst umfassend zu informieren. Deshalb freue ich mich, Ihnen wieder eine aktualisierte Ausgabe dieser Informationsbroschüre vorlegen zu können. Der Wegweiser soll als Leitfaden dienen, wenn Sie Informationen oder Beratung wünschen. Er dient als praktische Orientierungshilfe mit kompakten Tipps, Hinweisen und Adressen. So können Sie das für Sie individuell Passende auswählen oder erfahren, wo Ihre Kenntnisse und Fertigkeiten hocherwünscht sind und gebraucht werden. Sie finden hier aber auch eine Übersicht an professionellen Dienstleistungen in Unna sowie Wissenswertes über „Betreutes Wohnen“ und Einrichtungen wie den „Hausnotrufdienst“. Im Anhang finden Sie auch eine Zusammenfassung der wichtigsten Angebote und Möglichkeiten für Seniorinnen und Senioren in Unna in türkischer und russischer Sprache.

Selbstverständlich ersetzt der Wegweiser nicht eine persönliche Beratung, er kann aber auf dem Weg zum richtigen Ansprechpartner eine große Hilfe sein. Nutzen Sie deshalb auch die vielfältigen Beratungsangebote.

Allen, die an der Verwirklichung dieses Seniorenwegweisers mitgewirkt haben, sei an dieser Stelle gedankt, dies gilt vor allem auch den Inserenten.

Wenn sich die eine oder andere Anschrift und Telefonnummer im Laufe der Zeit ändern sollte oder Sie sonstige Vorschläge haben, melden Sie sich bitte bei unserer Seniorenbeauftragten. Den Seniorenwegweiser können Sie auch im Internet unter *www.unna.de* nachlesen.

Ich wünsche Ihnen, dass die zahlreichen Informationen und Angebote für Sie persönlich nützlich und wertvoll sind.

Herzliche Grüße
Ihr

Werner Kolter
Bürgermeister

Vorwort ... 3

Fragen kostet nichts - Zentrale Anlaufstellen
Bei der Kreissstadt Unna ... 5
Seniorenbeauftragte der Kreisstadt Unna ... 5
Beim Kreis Unna ... 6
Bei den Wohlfahrtsverbänden ... 6

Aktivitäten für und von Senioren in Unna
Treffpunkte ... 8
Gruppen, Clubs, Vereinigungen ... 8
Freiwilliges soziales Engagement / Ehrenamt ... 10
Betreuung ... 12
Seniorenreisen und -ausflüge ... 12
Kreatives ... 13
Theater spielen, Tanzen ... 13
Literatur und Geschichte ... 14
Seniorenzeitungen ... 14
Bildung - Lernen im Alter ... 15
Forum Generationen Unna ... 16

Ältere Ausländer in Unna
Integrationsrat / Migrationserstberatung ... 16

Gesundheit / Gesundheitsvorsorge
Sport ... 17
Ernährungsberatung ... 18
Gesundheitstelefon ... 18

Spezielle Beratung
Selbsthilfegruppen ... 18
Psychosoziale Begleitung (PSB) ... 19
Psychosoziale Beratung ... 19
Betreuungsgesetz: Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung ... 20
Telefonseelsorge ... 20
Gleichstellungsbeauftragte der Kreisstadt Unna ... 20
Frauenforum ... 20
Rechtsberatung ... 21
Schuldnerberatung ... 21
Beratung Polizei / Senioren helfen Senioren ... 22
Behindertenberatung ... 22
Blindengeld / Gehörlosenhilfe ... 23
Kriegsgräberfürsorge ... 23
Öffentliche und behindertengerechte Toiletten in der Unnaer Innenstadt ... 24

Lebensunterhalt
Renten-Versicherungsstelle ... 24
Sozialhilfe ... 24
Grundsicherung ... 25
Unnaer Tafel e. V. ... 25
Kriegsopferfürsorge ... 25
Rundfunk-, Fernseh- und Telefongebührenbefreiung ... 26
Unna-Ausweis ... 26
Wohngeld ... 26
Wohnraumsicherung ... 26

Wohnen im Alter
Wohnberatung ... 26
Forum Gerontotechnik / Wohnraumberatung und -anpassung ... 28
Altenwohnungen ... 28
Neue Wohnformen ... 28
Wohngemeinschaften ... 29
Betreutes Wohnen für Menschen mit psychischen Behinderungen ... 30
Betreutes Wohnen / Service Wohnen ... 30

Häusliche Hilfen - Hilfen für den Alltag
Essen auf Rädern ... 31
MIttagstische ... 32
Gartenarbeiten ... 32
Fahr- und Begleitdienste ... 32
AWO – Radstation Unna ... 32
Öffentlicher Personennahverkehr ... 32
Senioren-Ticket 60 plus ... 33
Mobilität ... 34
Haushaltshilfen ... 34
Hilfe bei Haus- und Wohnungsräumung - Möbellager ... 34
Hilfe per Telefon und Funk - Hausnotruf ... 35
Telefonketten ... 36

Häusliche Alten- und Krankenpflege
Pflegedienste ... 36
Pflegekurse ... 36
Beratung und Information für Menschen mit Demenz ... 37
Demenz-Servicezentrum Dortmund ... 38
Gerontopsychiatrische Beratung ... 38
Pflege- und Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz ... 39
Wegweiser Demenz ... 39
Infotelefon Demenz ... 39
Stundenweise Betreuung von Demenzkranken in der häuslichen Umgebung ... 40
Angebote für Menschen mit Demenz und Ihre Angehörige ... 40
Palliativzentrum ... 41
Gesprächskreise für pflegende Angehörige ... 42
Todesfall ... 42
Patientenschutztelefon ... 42
Sterbebegleitung ... 42
Trauergesprächskreis ... 43

Teilstationäres und stationäres Leben und Wohnen
Tagespflege ... 43
Kurzzeitpflege ... 44
Altenpflegeheime ... 44
Heimaufsicht ... 44

Pflegeversicherung ... 45
Pflegeberatung ... 45

Interessenvertretung für Senioren
Kreisseniorenkonferenz / BAGSO ... 47
Informationen für türkischsprachige Migranten ... 48
Unna Yaşlılar Kılavuzu
Informationen für russischsprachige Migranten ... 49
Информация для русскоязычных Пожилых жителей Унны
Stichwortverzeichnis ... 50

Fragen kostet nichts

Für alle Fragen, die mit dem Älterwerden zusammenhängen, wie z. B. Wohnen im Alter, Lebensunterhalt, Hilfe und Pflege, Pflegegeld usw. steht Ihnen eine Vielzahl an spezialisierten haupt- und ehrenamtlichen Beratern zur Seite.
Wenn Sie einen Rat oder eine Information suchen, aber nicht genau wissen, wer anzusprechen ist, wenden Sie sich an:

Zentrale Anlaufstellen bei der Kreisstadt Unna und beim Kreis Unna

Seniorenbeauftragte der Kreisstadt Unna
Dorothee Glaremin
Bereich Wohnen, Soziales und Senioren
Rathausplatz 1 · 59423 Unna · Zimmer 133
Tel.: 0 23 03 / 103-515
Sprechstunden im Seniorentreff „Fässchen“
Di und Do 10.00 – 12.00 Uhr
Hertinger Str. 12 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 69 03 · Fax 0 23 03 / 25 69 05
Internet: www.unna.de
E-Mail: dorothee.glaremin@stadt-unna.de

Bürgerberatung im Bürgerservice des Rathauses
Hier gibt es Hilfe und Beratung bei Behördengängen.
Für persönliche oder telefonische Fragen und Beschwerden steht Ihnen das Team des Bürgerservice unter der Telefonnummer 0 23 03 / 103 - 301 zur Verfügung.
Rund um die Uhr ist der Anrufbeantworter des Bürgertelefons unter der Nummer 0 23 03 / 103 - 333 zu erreichen.
E-Mail: buergerservice@stadt-unna.de

Fundbüro der Kreisstadt Unna im Bürgerservice
Rathausplatz 1 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 103 - 301
Öffnungszeiten:
Mo, Di, Mi: 7.30 - 16.00 Uhr
Do: 7.30 - 18.00 Uhr
Fr: 7.30 - 12.30 Uhr
Jeden 1. und 3. Samstag im Monat 9.00 - 12.00 Uhr

Vor- Ort-Beratung durch den Allgemeinen Sozialen Dienst der Kreisstadt Unna
Der allgemeine soziale Dienst hilft bei Problemlagen in Zusammenhang mit:
· der Gesundheit (wie psychische Probleme oder Suchtprobleme)
· der Partnerschaft (wie Ehekrise oder Trennung)
· dem Lebensalltag (wie Nachbarschaftskonflikte oder Einsamkeit)
· Behördenkontakten (z.B. Antragstellung)
Rathausplatz 1 · 59423 Unna
Ansprechpartner: Thomas Köster
Tel. 0 23 03 / 103 - 586
E-Mail: thomas.koester@stadt-unna.de

15 Jahre
UNSER DACH – Ihr Zuhause
Haus Husemann
Pflege & Betreuung
Haus 1 & Haus 2
... eine gute Adresse in Unna

Untere Husemannstr. 34 - 36
59425 Unna
Tel. 02303 / 285-0
Fax 02303 / 285-161
info@haus-husemann.de
www.haus-husemann.de

Fachbereich Jugend und Familie

Außenstelle Stadtteilzentrum Süd
Birgit Hannibal · Tel. 0 23 03 / 98 69 113
Erlenweg 10 · 59423 Unna
E-Mail: birgit.hannibal@stadt-unna.de

Ehe- und Altersjubiläum

Bei bestimmten Anlässen gratulieren Ihnen der Bürgermeister oder seine Stellvertreter, der Ortsvorsteher oder ein Mitglied des Rates der Kreisstadt Unna auch schon einmal 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 wird Ihnen von der Stadt ein Präsent überreicht.
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 den Bürgerservice der Kreisstadt Unna und haben dadurch die Möglichkeit, sich für oder gegen einen Besuch zu entscheiden.

Koordinierungsstelle Seniorenarbeit Kreis Unna

Aufgaben und Ansprechpartner

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 ab März 2011 in die Stabsstelle „Planung und Mobilität“ des Landrates integriert. 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, Zukunftsdialog und andere Netzwerke

Ansprechpartner:
Hans Zakel (Sozialplaner)
Tel. 0 23 03 / 27 - 11 61
E-Mail: hans.zakel@kreis-unna.de
Antje Meister
Tel. 0 23 03 / 27 - 12 61
E-Mail: antje.meister@kreis-unna.de

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

Wichtige Internet- und E-Mail Adressen

Internet: www.unna.de / www.kreis-unna.de

E-Mail:
Stadtverwaltung - allgemein:
info@stadt-unna.de

Bürgerservice:
buergerservice@stadt-unna.de

Bürgerservice - Außenstelle Hemmerde:
buergerservice-hemmerde@stadt-unna.de

Bürgerservice - Außenstelle Königsborn:
buergerservice-koenigsborn@stadt-unna.de

Bürgerservice - Außenstelle Lünern:
buergerservice-luenern@stadt-unna.de

Bürgerservice - Außenstelle Massen:
buergerservice-massen@stadt-unna.de

Kreis Unna allgemein:
info@kreis-unna.de

Zentrale Anlaufstellen bei den Wohlfahrtsverbänden

AWO im Kreis Unna
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen
Tel. 0 23 07 / 91 221 – 0
Internet : www.awo-un.de
E-Mail: awounna@awo-un.de

Caritasverband für den Kreis Unna
Höingstr. 5-7 · 59425 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 135 - 0
Internet: www.caritas-unna.de
e-mail: info@caritas-unna.de

Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband (DPWV)
Peter Sylvester
Friedrich-Ebert-Str. 16 · 59425 Unna
Tel. 0 23 03 / 23 98 45
E-Mail: Kgunna@paritaet-nrw.org

Deutsches Rotes Kreuz
Monika Hansen
Märkische Str. 9 -11 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 45 313
Internet: drk-kv-unna.de
E-Mail: info@drk-kv-unna.de

Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.
Dienststelle Unna
Mozartstr. 18-20
59423 Unna
Tel : 0 23 03 / 250 24 222
Fax: 0 23 03 / 250 24 209
E-Mail: rsterzik@diakonie-ruhr-hellweg.de
www.diakonie-ruhr-hellweg.de

Immer ein Ohr für Sie!

59439 **Holzwickede**
Hauptstraße 27 ☎ 02301 943872

44287 **Dortmund-Aplerbeck**
Ruinenstraße 2-4 ☎ 0231 4461961

Hörsysteme
Alexander
Becker
Hörakustiker-Meister

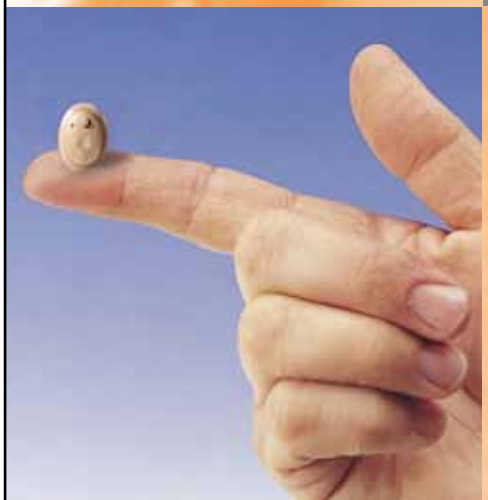
hören & verstehen

Hörtest • Hörgeräte

Jetzt neu: Hörtraining

kostenfreie Diagnose mit individueller Beratung

Jan-Philip Stehling
Hörgeräte-Akustiker-Meister



Gehörschutz • Reparaturen • Zubehör

Seniorenreferat des Kirchenkreises Unna
Pfarrer Hartmut Rosenstengel
Mozartstr. 18-20 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 288 – 154
HartmutRosenstengel@kk-ekvw.de

Aktivitäten für und von Senioren und Seniorinnen in Unna

Im Allgemeinen verfügen ältere Menschen über viel Freizeit - freie Zeit, die sie möglichst sinnvoll nutzen möchten. In Unna gibt es dazu ein vielfältiges Angebot:

Treffpunkte

In den offenen Begegnungsstätten haben Sie sowohl die Möglichkeit, einfach mal einen Kaffee zu trinken, als auch unterschiedliche Gruppenangebote wie Nähen, Aquarellmalerei, Chorsingen, Tanzen, Tischtennis, Computerkurse, Radfahren, Karten spielen, Sprachkurse und vieles mehr zu nutzen.

Seniorentreff "Fässchen"
Markus Niebios
Hertinger Str. 12 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 25 69 02
Internet: www.unna.de
E-Mail: markus.niebios@stadt-unna.de

Seniorencafé im Martin- Luther-Haus
Helga Herzberger und Kornelia Fritsche-Bonnar
Kirchplatz 5 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 16 955
Öffnungszeiten: Di., Mi., Fr. von 9.00 – 11.30 Uhr

Senioren-Internet-Café
GeBiKo e.V. · Andreas Kramer · Tel. 0 23 03 / 27 24 29
Burgstr. 30 · 59423 Unna · Café Tel. 0 23 03 / 16 620
Internet: www.gebiko-unna.de
E-Mail: gebiko@t-online.de

Stadtteilzentrum Süd Netzwerk – Gartenvorstadt
Birgit Hannibal
Erlenweg 10 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 98 69 113
E-Mail: birgit.hannibal@stadt-unna.de

"Mühlrad"
AWO-Kontakt- und Kommunikationszentrum für Seniorinnen und Senioren in Unna-Massen
Massener Hellweg 12 · 59427 Unna
Tel. 0 23 03 / 53 81 98
Margret Bülow · Tel. 0 23 03 / 16 301

AWO-Kontakt- und Kommunikationszentrum für Senioren und Senioren in Unna-Königsborn
Gottlieb- Gerlach- Haus Grillostr. · 59425 Unna
Vorsitzende Christel Jachmann
Tel. 0 23 03 / 9 99 34 25
E-Mail: christeljachmann@gmx.de

„AWO- Treff mit Herz" Kontakt- und Kommunikationszentrum für
Seniorinnen und Senioren in Unna-Oberstadt
Vinckestr. 47 · 59423 Unna
Vorsitzender: Ludwig Beisenherz · Tel. 0 23 03 / 25 1025

AWO-Kontakt- und Kommunikationszentrum für Seniorinnen und Senioren in Unna-Hemmerde
Hemmerder Hellweg 13 · 59427 Unna
Vorsitzende Ilse Hallmann · Tel. 0 23 08 / 6 24

Gruppen, Clubs, Vereinigungen

Altentreff der Paul-Gerhard-Gemeinde
Erika Wurst · Rollmannstr. 7 · Tel. 0 23 03 / 62 101

AlterAktiv
...ist ein Zusammenschluss von Senioren, die ihre Freizeit aktiv gestalten wollen. Sie treffen sich, um gemeinsam Museums- und Theaterbesuche,
PC/Internetclub, Gesprächskreise, Reisen, Wanderungen, Parties, eine Kochgruppe und noch vieles mehr zu organisieren.
Erkundigen Sie sich bei der Seniorenbeauftragten der Kreisstadt Unna:
Dorothee Glaremin, im Seniorentreff "Fässchen"
Hertinger Str. 12 · Tel. 0 23 03 / 25 69 03
Internet: www.unna.de
E-Mail: dorothee.glaremin@stadt-unna.de

"Auf geht´s Teestube" in der Lindenbrauerei
Inge Dobener · Unterer Falkenweg 35 · Tel. 0 23 03/ 6 18 38

AWO- Ortsverein in Unna-Königsborn
Gottlieb-Gerlach-Haus in der Grillostraße.
Vorsitzende: Christel Jachmann · Tel. 0 23 03 / 9 99 34 25
E-Mail: christeljachmann@gmx.de

AWO-Ortsverein Unna-Massen
Treffpunkt „Mühlrad" · Massener Hellweg 12 · 59427 Unna
Vositzende Margret Bülow · Tel. 0 23 03 / 1 63 01

AWO-Ortsverein Unna-Oberstadt
AWO Treff mit Herz · Vinckestr. 47
Vorsitzender Ludwig Beisenherz · Tel. 0 23 03/ 25 1025

AWO-Senioren Massen "Seniorenstube"
Erna Steinhof · Karlstr. 10b · Tel. 0 23 03 / 5 25 85

AWO Seniorentreff "Am alten Schacht"
Brigitte Knobloch · Iserlohner Str. 73e · Tel. 0 23 03 / 830 31

AWO-Seniorenstube Unna- Hemmerde
Ilse Hallmann · Hemmerder Hellweg 13 · Tel. 0 23 08 / 624

Deutscher Bundeswehrverband Kameradschaft ehem. Soldaten/ Reservisten und Hinterbliebener (ERH)
Klaus Busse (1. Vorsitzender) · Ziegelstr. 28 ·
Tel. 0 23 03 / 870 089

Ev. Altenstube Martin-Luther-Haus
Pfarrer Johannes Doering und Johanna Djenabi
Lange Wand 23 · Tel. 0 23 03 / 60 869

KAB-ARG Alten- und Rentnergemeinschaft
Helmut Ponto · Königsberger Str.16
Tel. 0 23 03 / 14 279

Kolping 60 plus
Ruth und Friedel Richarz · Morgenstr. 107
Tel 0 2303 / 1 44 53

Kreis der jungen Senioren
Christa Wastian · Falkstr. 47 · Tel. 0 23 03 / 83 401
Stadtteilzentrum Süd

Netzwerk Gartenvorstadt im Stadtteilzentrum Süd
(Frühstück, Café, Spiele, Sport, Kochen)
Birgit Hannibal · Erlenweg 10 · Tel. 0 23 03 / 98 69 113

Ökumenischer Seniorenkreis Massen
Marianne Ketzler · Rostocker Str. 7 · Tel. 0 23 03 / 54 879

Philatelisten Unna-Fröndenberg e.V.
Jörg Terstegge · Am Kastanienhof 70
Tel. 0 23 03 / 81 389
Internet: www.briefmarkensammler-unna.de
E-Mail: joerg@terstegge.net

Plattdeutscher Kreis Unna
Linni Mork · Werler Str. 37 · Tel. 0 23 03 / 43 42

Seniorencafé Hemmerde im ev. Gemeindehaus "Arche"
Ansprechpartnerin: Bettina Hußmann · Lünerner Kirchstr. 10
Tel. 0 23 03 / 53 94 16 · Fax: 02303/539417
E- Mail: un-kg-hem-lue@kk-ekvw.de
Seniorenclub Altenborn der Christuskirche Königsborn
Renate Klein · Hinterm Gradierwerk 6 · Tel. 0 23 03 / 6 12 47

Seniorenkreis "Brücke"
Jenny Asshoff · Platanenallee 27 · Tel. 0 23 03 / 15 493
Erika Althöfer · Hammer Str. 41 · Tel. 0 23 03 / 14 308

Seniorenkreis "Jona-Haus"
Christa Heckmann · Ahornstr. 24 · Tel. 0 23 03 / 81 986

Seniorenkreis Lünern, Mühlhausen und Uelzen
Anneliese Scheel · Mühlhausener Dorfstr. 11
Tel. 0 23 03 / 77 33 78

Seniorenkreis Pfarrcaritas Unna-Hemmerde
Lieselotte Held · Westweide 19 · Tel. 0 23 08 / 24 99

"Seniorenring" Unna
Gerhard Borreck · Obere Husemannstr. 15
Tel. 0 23 03 / 15 938

Seniorenrunde der Pfarrcaritas Herz-Jesu
Edeltraud Schenk · Schützenstr. 31
Tel. 63746
Senioren-Stammtisch Deutsches Rotes Kreuz
Melanie Görke · Märkische Str. 9-11 · Tel. 25 45 327

Seniorenstube Billmerich
Käthe Spielfeld · Zur Österwiese 2 · Tel. 0 23 03 / 80 842

Senioren-Union
Franz Rottinger, Eichendorffweg 21, Tel. 0 23 03 / 87 03 10

Sozialverband Deutschland e.V.

· **Bezirkgeschäftsstelle Unna**
Marlies Mulder · Bahnhofstr. 37 · Tel. 0 23 03 / 14 230

· **Ortsverband Unna-Mitte**
Edeltraud Behrend · Westweide 21 · Tel. 0 23 08 / 694

· **Ortsverband Unna-Massen**
Oskar Jeske · Am Dieken 32 · Tel. 0 23 03 / 50 819

SPD-Senioren AG-60 plus Königsborn
Manfred Barwich · Augustastr. 7 · Tel. 0 23 03 / 6 53 85

SPD Senioren AG-60 plus Unna-Oberstadt
Roswitha Zahlten · Reinpfad 16 · Tel. 0 23 03 / 86 091

SPD Senioren AG-60 plus Unna-Billmerich
Silke Hemke · Altendorfer Str. 15 · Tel. 0 23 03 / 81 176

Stammtisch des Sauerländischen Gebirgsvereins
Margot Nowodworski · Klosterstr. 81 · Tel. 0 23 03 / 13 242

Landsmannschaft Ost-, Westpreußen und Pommern
Dr. Barbara Beutner · Käthe-Kollwitz-Ring 24
Tel. 0 23 03 / 14 017

Treffen der Schlesischen Frauen
Eleonore Sterzik · Wiedenkamp 14 · Tel. 0 23 03 / 40 220

ver.di–Senioren
Axel Kreikemeier (1. Vorsitzender)
Habichtstr. 47 · Tel. 0 23 03 / 61 543

VDK Ortsverband Abt. Seniorengruppe
Dieter Suske · Königsborner Str. 26 · Tel. 0 23 03 / 51 587

Freiwilliges soziales Engagement / Ehrenamt

Das Interesse, die sogenannte dritte Lebensphase sinnvoll zu gestalten, wächst ständig. Senioren wollen mit gestalten, Verantwortung übernehmen und ihre Kompetenzen und Lebenserfahrungen aktiv einbringen. Möglichkeiten, sich zu engagieren und gesellschaftspolitisch aktiv zu sein, gibt es viele. Neben den Verbänden der freien Wohlfahrtspflege, den Kirchengemeinden, Altenheimen und den Krankenhäusern, die eine breite Angebotspalette des ehrenamtlichen Engagements vorhalten, gibt es in Unna noch weitere Organisationen, die auf die unterschiedlichsten Bedürfnisse der heutigen Senioren ausgerichtet sind und aktive Beteiligungsmöglichkeiten bieten.
Wenden Sie sich bitte an die jeweiligen Einrichtungen oder die Seniorenbeauftragte der Kreisstadt Unna.

In Unna gibt es u. a. folgende Anlaufstellen:

“Zusammenspiel”
Junggebliebene engagieren sich im Kindergarten

Seniorinnen und Senioren, die Spaß und Freude mit Kindern erleben möchten, können in Kindergärten:
· Kontakt zu Kindern aufbauen
· eigene Fähigkeiten einbringen
· in Kleingruppen Projekte durchführen (Basteln, Malen, Kochen, Werken, Gärtnern, Singen...)
oder einfach nur für die Kinder da sein.

Eine Teilnahme ist sowohl regelmäßig als auch befristet und projektbezogen möglich. Beteiligte Kindergärten gibt es auch in Unna.

AWO Verbandsbetreuung
Eugen Erhart
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen
Tel. 0 23 07 / 91 221 - 30
Internet: www.awo-un.de
E-Mail: erhart@awo-un.de

Projekt “Simsalabim” (Hilfe für Senioren)

im Seniorentreff “Fässchen”
· Hausbesuchsdienst
· Vermittlung von Dienstleistungen
· Hilfe bei den Behörden
Kreisstadt Unna · Dorothee Glaremin und Markus Niebios
Hertinger Str. 12 · 59423 Unna, Tel. 0 23 03 / 25 69 08
Internet: www.unna.de
E-Mail: dorothee.glaremin@stadt-unna.de
Di.: 10.00 - 12.00 Uhr, Do.: 10.00 - 12.00 Uhr

Möglichkeiten, sich im “Fässchen” zu engagieren gibt es so viele, wie es unterschiedliche Menschen gibt. Egal, ob Sie sich am Hausbesuchsdienst beteiligen, in der Cafeteria helfen, Organisationsaufgaben übernehmen oder einen Kurs leiten wollen. Rufen Sie an. Ihr Wissen und Ihr Können werden gesucht und gebraucht.

Stadtteilzentrum Süd
Projekt “Familienpatenschaften”

Familienpaten sind engagierte Menschen in der nachfamiliären oder nachberuflichen Phase , die 1-2 Stunden Zeit in der Woche investieren können. Sie unterstützen Familien, die z. B. “Ersatzgroßeltern” suchen oder eine kurzfristige Betreuung für ein Kind, eine Hausaufgabenbetreuung, Begleitung bei Behördengängen oder ähnliches wünschen.
Wenn Sie dazu noch Fragen haben, melden Sie sich bei:

Kreisstadt Unna · Birgit Hannibal
Erlenweg 10, 59423 Unna, Tel.: 0 23 03 / 98 691- 13
E-Mail: birgit.hannibal@stadt-unna.de
oder im
Familienbüro, Bündelung von Aktivitäten für Familien
Zimmer 12b (EG)
Tel: 0 23 03 / 103 553 · Fax: 02303/103 548

Kindertagesstätte Erlenweg · Bettina Nelle
Erlenweg10, 59423 Unna, Tel.: 0 23 03 / 99 86 91 – 20

Hinweis: Mit dem Ziel, die Vereinbarkeit von Familie und Beruf im Kreis Unna zu verbessern, gibt es das

Bündnis für Familie Kreis Unna
Geschäftsstelle: Jochen Preising · Kreis Unna
Sozialplanung · Tel. 02303 271350
E-Mail: jochen.preising@kreis-unna.de

Projekt „Generationen-Café“

Grundschulkinder kommen in Kontakt mit der „Großelterngeneration“ und SeniorInnen haben die Möglichkeit, sich intensiv mit der „Enkelgeneration“ zu beschäftigen: Treffen alle zwei Wochen innerhalb der Offenen Ganztagsgrundschule die Kinder bereiten das Treffen mit Kuchen- und Plätzchenbacken vor, anschließend wird vorgelesen, gespielt, gebastelt oder erzählt. Ziel ist der Austausch von Erlebnissen und Erfahrungen zwischen den Generationen. Das Projekt ist 2009 an einer Grundschule gestartet. Zwei weitere Grundschulen werden ähnliche Projekte vorbereiten.

Projekt „Wunderland“

KiTa-Kinder der Ki-Ta „Luna“ in Königsborn und SeniorInnen erforschen eine Woche lang im Juni und September gemeinsam vormittags den Wald. Sie erkunden, forschen, sammeln, bauen ein Waldsofa und dokumentieren ihre Fundsachen.

Projekt „Ich für Dich – Du für mich“

An der Nicolai-Schule ist auf Anregung und unter Mithilfe des Forums ein Figurentheater-Projekt entstanden.
Unter Anleitung von professionellen Figurentheaterspielern ist dies ein interkulturelles und intergeneratives Projekt.
Eine ganze Klasse, Lehrer, Eltern, Großeltern und Senioren entwickeln gemeinsam ein Theaterstück, das am Schuljahresende zur Aufführung kam.

Projekt Ausbildungspaten

Ziel: Lebenserfahrene Personen unterstützen Jugendliche, indem sie diese
· von der Schule
· über die Berufsfindung
· über die Suche und Vermittlung einer Ausbildungsstelle
· während und bis zum Ende der Ausbildung
· in Kooperation mit dem Elternhaus, der Schule und dem Ausbildungsbetrieb kontinuierlich begleiten
Bisher konnten 18 Paten für das Projekt gewonnen werden, die Schüler und Schülerinnen der beiden Gesamtschulen, Realschulen und der Förderschule begleiten.

Seniorenforum Kreis Unna
Das Seniorenforum ist eine Initiative zur Förderung der Altenhilfe im Kreis Unna, insbesondere der offenen Altenarbeit.

Die Förderung erfolgt u.a. durch
· Anregungen zum Aufbau neuer "sozialer Netze" für Senioren/innen durch Gruppenbildungen
· Erfassung und Veröffentlichung aller Aktivitäten und Angebote im Bereich der Altenhilfe/Altenarbeit/ Altenpolitik im Kreis Unna
· Aufbau eines Archivs (Gerontoarchiv) über Aktivitäten in der Altenhilfe im Kreis Unna
· Aufbau einer Datenbank über Aktivitäten und Angebote in der Altenhilfe mit Internetnutzung

Der Service des Projektes besteht u.a.
· im Aufbau und der Betreuung von Seniorengruppen
· in der Aufnahme der Angebote im "Jahrbuch der Altenhilfe im Kreis Unna"
· und in der Darstellung der Aktivitäten/Angebote und Seniorengruppen im Internet

AWO Verbandsbetreuung
Eugen Erhart
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen
Tel. 0 23 07 / 91 221 - 30
Internet: www.awo-un.de
E-Mail: erhart@awo-un.de

Betreuung

Jede volljährige Person kann für einen Verwandten oder einen fremden Menschen zum Betreuer/zur Betreuerin bestellt werden. Mögliche Aufgaben wären dann u.a. das Erledigen von Behördenangelegenheiten, die Verwaltung des Einkommens oder die Hilfe für ein menschenwürdiges Lebensumfeld.

Die Betreuungsvereine bieten vielfältige Angebote wie beispielsweise eine Einführung in Rechte und Pflichten eines Betreuers/ einer Betreuerin, Beratung bei Problemen, Hilfe bei Antragsbearbeitungen, Haftpflichtversicherung ehrenamtlicher Betreuer und Betreuerinnen.

Wenden Sie sich bei Fragen bitte an:

Betreuungsbehörde der Kreisstadt Unna
Engelbert Schulte · Tel.0 23 03 / 103 – 568 · Zimmer 242
E-Mail: engelbert.schulte@stadt-unna.de
Elisabeth Zschieschang · Tel. 0 23 03 / 103 – 592 · Zimmer 243
E-Mail: elisabeth.zschieschang@stadt-unna.de
Jens Kaller · Tel. 0 23 03 / 103-594 · Zimmer 241
E-Mail: jens.kaller@stadt-unna.de

Betreuungsstelle Kreis Unna
Peter Schrader
Hansastr. 4 · 59425 Unna · Tel. 0 23 03 / 27 17 51
E-Mail: peter.schrader@kreis-unna.de

Sozialdienst kath. Frauen e.V. Unna
Wasserstr. 15 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 24 22
Elisabeth Kurek und Elisabeth Wirth
Sprechstunden:
Mi. und Fr. von 9 - 11 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung
E-Mail: skf-unna@dokom.net

Betreuungsverein AWO im Kreis Unna
Petra Grothaus
Marie-Juchaczstr. 1 · 44536 Lünen
Tel. 0 23 06 / 37 03 16
Internet: www.awo-un.de

Diakonie Ruhr – Hellweg
Betreuungsverein Diakonie Unna e.V.
Dienststelle Unna · Mozartstr.18-20 · 59423 Unna
Christoph Straub · Tel.0 23 07 / 98 300 - 0
Mittwoch 9 - 12 Uhr und nach Vereinbarung
Internet: www.betreuungsverein-diakonie.de
www.diakonie-ruhr-hellweg.de

Seniorenreisen und -ausflüge

Reisen, (Weihnachts-) Freizeiten und Tagesausflüge, die speziell auf die Bedürfnisse von Senioren abgestimmt sind und gegebenenfalls bezuschusst werden, veranstalten:

AWO im Kreis Unna
Eugen Erhart, Karin Pattberg, Armin Bröde
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen
Tel. 0 23 07 / 9 12 21 – 30 Herr Erhart (bis 14.00 Uhr)
Intenet: www.awo-un.de · E-Mail: erhart@awo-un.de

AWO-Ortsverein Unna-Massen
Treffpunkt „Mühlrad"
Massener Hellweg 12 · 59427 Unna
Vorsitzende: Margret Bülow · Tel. 02303 / 1 63 01

AWO-Ortsverein Unna-Oberstadt
AWO Treff mit Herz · Vinckestr. 47 · 59423 Unna
Vorsitzender: Ludwig Beisenherz · Tel. 02303 / 25 10 25

AWO-Ortsverein Königsborn
Christel Jachmann
Hermannstr. 40a · 59425 Unna
Tel. 0 23 03 / 999 34 25 · E-Mail: christeljachmann@gmx.de

AWO-Seniorenstube Unna-Hemmerde
Ilse Hallmann
Hemmerder Hellweg 13 · 59427 Unna · Tel. 02308 / 6 24

Caritas-Verband Lünen e.V.
Gisela Knodel (Altenerholung)
Graf-Adolf-Str. 23 · 44534 Lünen · Tel. 0 23 06 / 70 04 - 11
Internet: www.caritas.de

Deutsches Rotes Kreuz
Melanie Görke · Tel. 0 23 03 / 25 45 327
Märkische Str. 9-11 · 59423 Unna

Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.
Renata Sterzik · Mozartstr. 18-20 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 25 02 42 20 · E-Mail: reisen@diakonie-ruhr-hellweg.de

Kreatives

Malen, Töpfern oder Nähen Sie gern? Auch dazu haben sich verschiedene Gruppen zusammengefunden. Spezielle Kurse für Senioren bieten der Seniorentreff "Fässchen" und das "Mühlrad" an. Aber auch bei der Volkshochschule Unna sind Sie gut aufgehoben:

Volkshochschule Unna
Zentrum für Information und Bildung (zib) · Lindenplatz 1 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 103 - 700 oder 0 23 03 / 103 - 777 · E-Mail: zib-vhs@stadt-unna.de · Internet: www.vhs-zib.de

Theater spielen, Tanzen

Theatergruppe "Die Spätlesen"
Gartenvorstadt „Jona-Haus" · Irene und Walter Sudholt
Tel. 0 23 07/ 8 83 23 (ab 18.00 Uhr)

"Fiesta Latina" Tanzgruppe für Singles
Susanne Bartsch · Dienstags 19.30 Uhr
Seniorentreff "Fässchen" · Hertingerstr. 12 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 69 02 oder 0 23 03 / 25 69 03
Internet: www.unna.de/fass/index.html

Seniorentanz im Kirchenkreis Unna
Ursula Bannach · Mozartstr. 18-20 · 59423 Unna ·Tel. 0231 / 44 85 07

Tanzgruppe Katharinengemeinde
Do. 14.30 - 16.00 Uhr · Evelyn Eberhardt · Mozartstr. 32 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 62 972

Tanzgruppe Herz-Jesu-Gemeinde
14-tägig · Di.: 14.30 - 16.00 Uhr · Evelyn Eberhardt Mozartstr. 32 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 62 972

Tanzkreis "Die Flotten Füße" im "Fässchen"
Montag 16.30 Uhr · Meinolf Schmidt
Montag 18.30 Uhr · Ursula Grewsmühl
Tel. 0 23 03 / 25 69 02 oder 0 23 03 / 25 69 03

Ralph Zimmermann GmbH
… Ihr Bad- & Heizungsprofi
Meisterbetrieb für Sanitär- und Heizungstechnik

Badezimmer
mit Komfort und Sicherheit für den anspruchsvollen Kunden

24-Stunden-Service (0 23 03) 94 38 70
Industriestraße 7 · 59425 Unna

Gerotronik Unna
Wohnraumanpassung und Hilfsmittelversorgung für den anspruchsvollen Kunden

Ihr Spezialist für barrierefreie Badumbauten und individuelle Hilfsmittel

Industriestraße 7 · 59425 Unna
Tel.: 02303-943873/74

Öffnungszeiten Ausstellung:
Mo. – Fr. 9.00 – 17.00 Uhr
oder nach individueller Terminabsprache

Literatur und Geschichte

Bibliothek im zib – mehr als nur Bücher!
Die Bibliothek bietet Ihnen eine breite Auswahl an unterschiedlichen Medien:
· Bücher zur Unterhaltung, für die Freizeit oder zur Information
· Sprachkurse oder PC-Literatur
· 11 überregionale und regionale Zeitungen
· 95 unterschiedliche Zeitschriften
· aktuelle Romane oder Sachbücher als Hörbuch auf CD
· Großdruckbücher
· Vorlesebücher für Erwachsene und Kinder
· Sachbücher zu den Themen, Ernährung, Gedächtnistraining, Gesundheit, Reisen, Freizeitgestaltung im Alter
· Ratgeber zum Thema: Pflege, Patientenverfügungen
· DVDs vom Klassiker bis zum aktuellen Kinofilm
· CDs von Klassik über Rock/Pop bis zur Volksmusik

Veranstaltungen:
Jeden ersten Dienstag im Monat, 19.00 Uhr (außer im Juli/August) findet die Kaffeehausliteraturreihe Melange statt.
In gemütlicher Atmosphäre erleben Sie spannende, besinnliche und unterhaltsame Literatur vorgetragen von professionellen Rezitatoren.

Gebühren:
Sie können das gesamte Angebot der Bibliothek für 20,- € pro Jahr nutzen. Personen mit Unna-Ausweis erhalten einen Bibliotheksausweis für 10,- € pro Jahr.

Rita Weißenberg und Kirsten Duske
Bibliothek im Zentrum für Information und Bildung (zib)
Lindenplatz 1 · 59423 Unna
Dienstag - Freitag: 10.30 Uhr - 18.30 Uhr
Samstag: 10.30 Uhr - 14.30 Uhr
Tel. 0 23 03-103 701
Fax: 02303- 103 743
E-Mail: zib-bibliothek@stadt-unna.de
Internet: www.zib.unna.de

Komponistinnen-Bibliothek
Gibt es Opern, die von Frauen komponiert wurden? Wenn ja, wie lebten sie, wo lebten sie und was haben sie komponiert? Fragen, die von der internationalen Komponistinnen-Bibliothek (bei Fachleuten längst ein Begriff) beantwortet werden können. Zum Stöbern stehen über 5.000 Werke in Form von Noten, Büchern, CD‘s, Platten und Examensarbeiten zur Verfügung. Zu finden in der:
Nicolaistr. 3
59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 103-720 (Sigrun Krauß, Kulturbetriebe Unna)
Öffnungszeiten: Nur nach Vereinbarung

Katholische öffentliche Bücherei (KöB) St. Marien
Pfarrheim St. Marien · Kletterstr. 41 · 59427 Unna-Massen
Öffnungszeiten: So. 11.00-12.00 Uhr, Di. 16.00 -18.00 Uhr, Mi. 10.00 -11.00 Uhr · Tel. 0 23 03 / 53 85 11
Karola Gödde, Ilsabehn Bansi · Internet: www.marien-massen.de · E-Mail: koeb@marien-massen.de

Hellweg Museum
Frau Dr. Beate Olmer
Burgstr. 8 · 59423 Unna
Öffnungszeiten:
Mi 10.00 -1 2.00 u. 15.00 -17.00 Uhr
Do 15.00 – 17.00 Uhr
Fr 10.00 – 12.00 u. 15.00 – 17.00 Uhr
Sa 14.00 – 17.00 Uhr
Sonn- und Feiertage 14.00 – 17.00 Uhr
Geschlossen: montags, dienstags, Karfreitag, Ostersonntag
Heiligabend, 1. u. 2. Weihnachtstag u. Silvester
Tel. 0 23 03 / 25 64 45
Internet: www.unna.de
E-Mail: hellweg-museum@online.de

Stadtarchiv Unna im zib
Lindenplatz 1 · 59423 Unna
Öffnungszeiten:
Montag geschlossen
Dienstag - Donnerstag 9.00 - 12.00 Uhr
Mittwoch 9.00 -12.00 Uhr + 13.30 - 18.00 Uhr
Donnerstag 13.30 - 16.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Hier finden Sie u. a. alle Ausgaben des Hellweger Anzeigers ab 1846 (1. Ausgabe), der Westfälischen Rundschau ab 1949 und eine Fotosammlung von der Stadt, Personen, Straßen, Festen und Veranstaltungen.
Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:
Thomas Wardenga · Tel. 0 23 03 / 103 - 727
Internet: www.unna.de
E-Mail: stadtarchiv@stadt-unna.de

Seniorenzeitungen

Der Kreis Unna gibt quartalsweise **“Unsere Zeitung“** heraus, in der sich vieles findet, was für Senioren und Seniorinnen wichtig und interessant ist. Ebenfalls vierteljährlich erscheint bei der Kreisstadt Unna ein Magazin, das von Senioren für Senioren gemacht wird: das **HERBST-BLATT**. Sie erhalten das Magazin kostenlos beim Bürgerservice der Kreisstadt Unna (auch in den Ortsteilen), Treffpunkten, Büchereien...
Falls Sie selbst gern schreiben und/oder journalistisch tätig werden wollen, sind Sie der Redaktion, die sich jeden Mittwoch um 9.30 Uhr im “Fässchen” trifft, jederzeit herzlich willkommen. Weitere Auskunft:

Redaktion HERBST-BLATT
Seniorenbeauftragte Dorothee Glaremin
Hertinger Str. 12 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 25 69 03
Internet: www.unna.de
E-Mail: dorothee.glaremin@stadt-unna.de

Bildung – Lernen im Alter

Es hat sich längst herumgesprochen wie wichtig es ist, auch im Alter geistig fit zu sein und zu bleiben. Es gibt viele Möglichkeiten, seine grauen Zellen zu trainieren. Sie können für sich alleine aktiv sein, aber auch in Gruppen an den teilweise speziell auf Senioren und Seniorinnen zugeschnittenen Angeboten der Volkshochschule Unna und der verschiedenen Treffpunkte *(siehe Seite 8)* teilnehmen (Sprachkurse, Computerkurse, Gedächtnistraining, Yoga, Vorträge zu Kunst- und Kulturgeschichte.....).
Schauen Sie doch einmal in die entsprechenden Programme, denn in der Gruppe macht es einfach mehr Spaß.

Volkshochschule Unna im zib

Lindenplatz 1 · 59423 Unna · Tel. 103-714
E-Mail: zib-vhs@stadt-unna.de
Internet: www.vhs-zib.de

Seniorenstudium an der Technischen Universität Dortmund

Sie können auch ein regelrechtes Seniorenstudium aufnehmen und - zusammen mit den jungen Studierenden – Vorlesungen und Seminare zu Themen belegen, die Sie schon immer interessiert haben. Seit 1980 besteht an der Universität Dortmund, heute TU Dortmund, ein Studienangebot für ältere Erwachsene ab dem 50. Lebensjahr, die aus dem Erwerbsleben ausgeschieden sind bzw. deren Familienarbeit sich verändert hat. Sie können sich als Senior oder Seniorin an der Technischen Universität Dortmund einschreiben. Das Abitur ist nicht Voraussetzung zur Teilnahme.
An die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden folgende Anforderungen gestellt:
· kontinuierliche Mitarbeit über fünf Semester
· Praktikum und Vorlage eines Praktikumsberichts
· Vorlage einer Abschlussarbeit
In fünf Semestern (2 1/2 Jahren) werden in Vorlesungen und Seminaren Kenntnisse und Fähigkeiten vermittelt, die den Senioren als Vorbereitung und Qualifizierung für ein bürgerschaftliches Engagement dienen.
Themen aus den Bereichen Soziale Gerontologie und Geragogik, Soziologie, Erziehungswissenschaft, Psychologie, Philosophie, Theologie stehen im Mittelpunkt des Studiums. Das Studium wird mit einer Abschlussarbeit beendet. Die Gebühren pro Semester betragen 100 Euro.
Nähere Auskünfte finden Sie auf der Homepage des Seniorenstudiums unter www.seniorenstudium.gerontologie-dortmund.de
Wenn Sie sich persönlich beraten lassen möchten, wenden Sie sich an das Service- und Beratungsteam des Seniorenstudiums: (Sprechzeiten) Di. und Do. 10-12 Uhr (während der vorlesungsfreien Zeit Anfang Februar bis Anfang April und Mitte Juli bis Mitte Oktober nur an Donnerstagen)
Emil-Figge-Str. 50 · Zimmer 2.450 · Tel. 0 23 1 / 755 41 28

AltenAkademie – Forum für Bildung und Begegnung e.V. im Westfalenpark Dortmund

Reizvoll im Westfalenpark gelegen ist die **AltenAkademie** eine moderne und zukunftsorientierte Weiterbildungseinrichtung in Dortmund. Sie bietet ein Forum für Bildung und Begegnung, in dem aufgeschlossene Menschen gemeinsam Kenntnisse auffrischen und neue erwerben können. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, sich auszutauschen und soziale Kontakte zu knüpfen. Kompetente und fachkundige Dozentinnen und Dozenten führen vielseitige Seminare, Exkursionen und Studienfahrten durch. Die AltenAkademie legt großen Wert auf die Qualität ihrer Veranstaltungen und bietet seit vielen Jahren eine angenehme Atmosphäre für lebenslanges Lernen.
Gerne senden wir Ihnen unser aktuelles Veranstaltungsverzeichnis zu!
Ihre Ansprechpartner bei uns:
Frau Ehlert, Frau Frank und Frau Rohlfs
Florianstraße 2 · 44139 Dortmund · 0231/12 10 35
Unsere Bürozeiten: Montag bis Freitag 9.00-12.30 Uhr
Oder besuchen Sie uns im Internet: www.altenakademie.de

AWO Familienzentrum für Bildung und Lernen

Ulrike Roguschak
Westhellweg 218 · 58239 Schwerte · Tel. 02304 / 98106-0
Internet: www.awo-un.de · E-Mail: ulrogu@awoubunna.de

AWO-Seniorenakademie (im Aufbau)

Senioren lernen und lehren
Ansprechpartner: Rolf Hausberg
UnnaerStr. 29 a · 59174 Kamen · Tel. 02307 / 91221-22 (nachmittags)
E-Mail: rohaus@awoubunna.de
Internet: www.awo-un.de

Forum Generationen Unna

Ist eine Initiativgruppe der VHS, die sich zur Aufgabe gestellt hat, das Verständnis junger und älterer Bürgerinnen und Bürger für- und untereinander zu fördern, das Wissen und den Erfahrungsschatz der älteren Generation zu aktivieren und abzurufen, die Bereitschaft und die Fähigkeit zum Engagement zu wecken, den Dialog zwischen den Generationen zu unterstützen und generationsübergreifende Aktionen für das Gemeinwesen in Gang zu setzen.

Um seine Aufgaben realisieren zu können ist das Forum Generationen Unna auf die Unterstützung von Bürgerinnen und Bürgern angewiesen. Die Initiativgruppe der VHS sucht deshalb Mitstreiter/innen, die Ziele und Projekte des Forums konzeptionell weiter entwickeln und aktiv begleiten. Dazu gehört die Mitarbeit beispielsweise

· an der Homepage www.forum-generationen-unna.de als übergreifendes Internetportal
· in der Redaktion von „forum-news“, dem informativen Newsletter, der alle wichtigen Informationen über das Zusammenleben in Unna enthalten soll
· bei der Internetbörse „Marktplatz“, die auf den Erfahrungsschatz von Bürgerinnen und Bürgern zurückgreift, die aus dem aktiven Arbeitsleben ausgeschieden sind und deren Wissen oder handwerkliches Können jüngeren Generationen zur Verfügung stellt
· Mitarbeit in der Geschichtswerkstatt, die die verborgenen Seiten der Industrialisierung, Arbeiter-, Sozial-, Alltags-, Kultur- und Frauengeschichte ausgraben und kritisch aufarbeiten möchte
· am Projekt „Schule-Beruf“, bei dem es um Hilfen für Schüler/innen bei der Berufswahl oder das Coaching von Auszubildenden geht
· bei Projekten zur Integration von Jugendlichen und Familien mit Migrationsgeschichte
· sowie auch bei allen anderen Aufgaben des Forums wie Arbeiten, Wohnen, Kultur, Bildung, Gesundheit, Sport, Freizeit und Integration

Falls für eine dieser Tätigkeiten spezielles Fachwissen erforderlich ist, wird dies in Kursen der VHS vermittelt.
Bürgerinnen und Bürger, die bereit sind, sich beim Forum Generationen Unna zu engagieren, wenden sich bitte an:

Initiativgruppe Forum Generationen Unna in der VHS
Lindenplatz 1
59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 103-730
E-Mail: rita.weissenberg@stadt-unna.de
Internet: www.forum-generationen-unna.de

Ältere Ausländer in Unna

Integrationsrat

Viele der ausländischen “Gastarbeiter”, die wir vor Jahren in unser Land gerufen haben, sind inzwischen ins Rentenalter gekommen. Nicht alle können oder wollen in ihre Heimatländer zurückkehren. Ihre Interessenvertretung ist der Integrationsrat der Kreisstadt Unna.

Rathausplatz 1 · Zimmer 219 · 59423 Unna
Ksenija Sakelsek - Vorsitzende
Tel. 0 23 03 / 103 - 607 oder 0170 / 74 02 918
Fax: 0 23 03 / 103 - 239
Sprechstunden:
jeden 1. Donnerstag im Monat von 9-11 Uhr, jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 10-12 Uhr sowie nach Vereinbarung
E-Mail: integrationsrat@stadt-unna.de

Migrationserstberatung

AWO Unterbezirk Unna
Präsidentenstr.67
59192 Bergkamen
Tel. 0 23 07 / 83 320
Internet: www.awo-un.de
E-Mail: rohaus@awoubunna.de
Wir sprechen auch:
englisch, russisch, türkisch, polnisch, französisch

Caritasverband für den Kreis Unna e.V.
Höingstr. 5-7
59425 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 13 527
Fax: 0 23 03 / 25 13 535
Internet: www.caritaskreisunna.de
E-Mail: migration@caritas-unna.de
Wir sprechen auch:
englisch, russisch, polnisch, armenisch

Multikulturelles Forum Lünen e.V.
Münsterstr. 46b
44534 Lünen
Tel. 0 23 06 / 30 63 012
Fax: 0 23 06 / 30 63 029
Internet: www.multikulti-forum.de
E-Mail: niluefer@multikulti-forum.de

Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.
Mozartstr.18-20
59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 288- 24 223
Frau Senning
Mo 8.00 – 12.00 Uhr

Gesundheit und Gesundheitsvorsorge

Die zu einer aktiven Gesundheitsvorsorge notwendigen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten können gelernt und eingeübt werden. Dazu werden Kurse und Seminare angeboten.

Sport

“Wer rastet, der rostet!” Damit das nicht passiert, bieten verschiedene Gruppen und Vereine Sport und Wasser-Gymnastik für Senioren an. Nebenbei kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz .Wenden Sie sich an die Sportvereine in Ihrem Stadtteil, die Seniorentreffs “Fässchen” und “Mühlrad”, das Stadtteilzentrum Süd oder gezielt beispielweise an:

Auf geht´s
Sportverein für Behinderte und Nichtbehinderte e.V.
Burgstr. 30 · 59423 Unna
Ingeborg Filthaut, Anita Sinner · Tel. 0 23 03 / 22 230
Internet: www.aufgehtsunna.de

DLRG Ortsgruppe Unna
Dieter Schwarzer
Tel. 0 231 / 28 64 680

Evangelisches Krankenhaus Unna
Fitnesskurse für Senioren
Charlotte Kunert
Holbeinstr. 10 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 10 64 38
E-mail: kunert@EK-Unna.de

Förderverein Hellweg-Bad e.V. Unna-Lünern
Heinz-Dieter Edelkötter · Stockumer Dorstr.20
Tel. 0 23 08 / 120 765

HSV-Gesundheitssport- Sport für Ältere
Kurse in Königsborn und Afferde sowie im Seniorentreff “Fässchen” und im Stadtteilzentrum Süd
Seniorenhotline: Gabriele Krämer
Tel. 0 23 03 / 60 021
Internet: www.hsvgesundheitssport.de

Kneipp-Verein Unna e.V.
Ingrid Brinkmann
Körnerstr. 39 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 15 624
Internet: www.kneippverein-unna.de

Lauf Team Unna e.V.
Franz-J.Wiemann
Jahnstr. 5 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 14 259
Internet: www.laufteamunna.de

Rot-Weiß Unna-Gesundheitssport
Sabrina Wahle · Tel. 0 170 / 23 71 204
Internet: www.rw-unna.de

Seniorenschwimmen Unna-Lünern
AWO-Ortsverein Unna-Königsborn
Vorsitzende: Christel Jachmann
Hermannstr. 40a · 59425 Unna
Tel. 0 23 03 / 9 99 34 25
E-Mail: christeljachmann@gmx.de

Schwimmfreunde Unna 01/10
Erhard Münstermann
Hansastr. 136 · 59427 Unna · Tel. 0 23 03 / 50 292
Internet: www.sfunna.de

Turngruppe der Ev. Kirche
Mozartstr. 72c · 59425 Unna · Tel. 0 23 03 / 16 70 8

TV Eintracht 1898 Lünern- Stockum e.V.
Gymnastik für Senioren · Wassergymnastik
Erika Basner
Lehmbredde 12 · 59427 Unna · Tel. 0 23 03 / 41 058

Turnverein Unna 1861 e.V.
Fitnessangebote für Senioren:
Walking im Bornekamp: gemeinsame Aktion von "Fässchen" und TV- Unna Tanzen für Senioren (Tänze aus aller Welt): Turnhalle Werkstatt Unna
Fitness für Frauen ab 55: Stadtteilzentrum-Süd
Fitness für Männer ab 50: Anne-Frank-Realschule
Waltraud Altenhoff · Burgstr. 15 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 21 34 6

TV Mühlhausen-Uelzen 1910 e.V.
Barbara Cornelissen
Heerener Str. 45c · 59425 Unna
Tel. 0 23 03 / 40 133

Volkshochschule Unna
Gesundheitskurse
Brigtte Schubert
Tel. 0 23 03 / 103-732
www.vhs-zib.de

Ernährungsberatung

Es ist eine altbekannte Tatsache, dass ältere Menschen anders essen sollten als jüngere, d. h. nicht so kalorienreich, dafür vitamin- und ballaststoffreich.
Nicht immer gelingt es ohne Weiteres, die Ernährung entsprechend umzustellen. Rat und Hilfe dazu erhalten Sie bei Ihrem Arzt, Ihrer Krankenkasse oder:

Evangelisches Krankenhaus
Ernährungsberatung
Susanne Döring
Holbeinstr. 10
59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 106 - 178

Katharinen-Hospital Unna
Ingrid Hellmich · Obere Husemannstr. 2 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 100 - 39 74 17

Gesundheitstelefon

Hier erhalten Sie Informationen über Gesundheitskurse, Hilfen für psychisch Kranke und Suchtkranke, Angebote für Senioren und Beratungsstellen im Gesundheitsbereich. Sie finden weitere Informationen bei der unten angegeben Internetadresse unter der Rubrik (Link) Kreisrund: Wegweiser für Soziales, Gesundheit, Familie und Jugend im Kreis Unna.

Gesundheitsamt Kreis Unna
Fachbereich Gesundheit und Verbraucherschutz
Dorothea Krause · Tel. 0 23 03 / 27 29 54 (vormittags)
Internet: www.kreis-unna.de · dorothea.krause@kreis-unna.de

Spezielle Beratung
Selbsthilfegruppen

Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden oder von vergleichbaren Schwierigkeiten betroffen sind, schließen sich in Selbsthilfegruppen zusammen, um ihr Anliegen mit anderen Menschen gemeinsam zu bewältigen. Diese Gruppen arbeiten in der Regel ohne professionelle Anleitung. Die meisten Selbsthilfegruppen sind im Bereich der chronischen Erkrankungen entstanden. Es gibt aber auch Selbsthilfegruppen zu den Themenbereichen: psychosoziale Probleme / Erkrankungen und Menschen in schwierigen Lebenslagen. So gibt es in Unna u.a. Gruppen zu den Problemfeldern Diabetes, Osteoporose, Parkinson, Rheuma oder Schlaganfall. Die K.I.S.S. im Kreis Unna...

· berät Menschen, die sich in einer Selbsthilfegruppe engagieren möchten
· vermittelt Kontakte zu bestehenden Selbsthilfegruppen
· unterstützt bei Gruppengründungen
· vermittelt Kontakte zu Fachleuten
· unterstützt bestehende Selbsthilfegruppen
· arbeitet mit Angehörigen sozialer und gesundheitlicher Berufe zusammen
· berät bei Inanspruchnahme von Fördermitteln
· stellt Gruppenräume, Telefon-, Kopier- und Schreibmöglichkeiten zur Verfügung

Die Angebote der K.I.S.S. sind kostenlos. Alle Anfragen werden vertraulich behandelt. Die Eigenständigkeit der inhaltlichen Arbeit der einzelnen Gruppen steht im Vordergrund, deshalb erfolgt Unterstützung auf Wunsch. Erkundigen Sie sich bei:

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.) Kreis Unna
Gesundheitshaus Kreis Unna · Margret Voß
Massener Str. 35 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 27 28 29 · Fax: 0 23 03 / 27 24 99
E-Mail: magret.voss@kreis-unna.de

Psychosoziale Begleitung (PSB)

Werden Hilfe- oder Pflegeangebote notwendig, ist es sowohl für den betroffenen Menschen wie auch für die Angehörigen oft schwierig, sich im “Dschungel” der Gesetze, Richtlinien und Abrechnungsmöglichkeiten der vorhandenen Dienste und Angebote zurecht zu finden. Im Kreis Unna stehen Hilfemanager/-innen zur Verfügung, die Orientierung bieten. Gemeinsam mit allen Betroffenen werden bedarfsgerechte Maßnahmen organisiert und die Wege zwischen Bedarf und notwendiger Hilfe verkürzt. Dieses Angebot ist kostenlos und wird durch den Kreis Unna finanziert.

Im Nordkreis: Caritas Lünen
Werner Stickelbruck · Tel. 0 23 06 / 91 07 20

DDL Diakonischer Dienst Lünen und Selm
Evelyn Thies · Tel. 0 23 06 / 16 66

Im Mittelkreis: AWO im Kreis Unna
Gabriele Jordan · Tel. 0 23 83 / 92 04 50
Internet: www.awo-un.de · E-Mail: gajord@awoubunna.de

Im Südkreis: Ökumenische Zentrale
Iris Lehmann und Heike Messer · Tel. 0 23 04 / 93 93 90
Internet: www.oekumenische-zentrale.de
E-Mail: info@oekumenische-zentral.de

Psychosoziale Beratung

Diese spezielle Beratungsform richtet sich an alle, die von körperlichen, geistigen, psychischen Erkrankungen/ Behinderungen und Sinnesbehinderungen oder Suchtkrankheiten betroffen sind, aber auch an deren Angehörige. Sie erhalten Informationen, Beratung, Therapievermittlung und intensive Betreuung in Krisensituationen.

Sozialpsychiatrischer Dienst des Gesundheitsamtes im Kreis Unna
Gesundheitshaus
Massener Str. 35 · 59423 Unna
Ansprechpartner: Kreis Unna

Psychische Erkrankungen:
Gesine Spulak · Tel. 0 23 03 / 27 19 29
zuständig für Unna-Innenstadt, Massen und Königsborn
Termine nach Vereinbarung
E-Mail: gesine.spulak@kreis-unna.de

Unna - Süd, Ostgemeinden, Holzwickede und Fröndenberg
Wolfgang Suermann · Tel. 0 23 03 / 27 18 29
Sprechstunde in Holzwickede: 1. und 3. Mittwoch im Monat von 14-16 Uhr · Allee 10, (Seiteneingang)
E-Mail: wolfgang.suermann@kreis-unna.de

Suchtkrankheiten:
Angelika Helle · Tel. 0 23 03 / 27 17 29
Werner Wenzel · Tel. 0 23 03 / 27 16 29
Beratung für Betroffene und auch für Angehörige oder das Umfeld:
Di. 14-16 Uhr offene Sprechstunde (und nach Vereinbarung)
Gesundheitshaus an der Massener Str. 35 · 59423 Unna
E-Mail: angelika.helle@kreis-unna.de
E-Mail: werner.wenzel@kreis-unna.de

Behinderungen
Sibylle Strehlau-Kohnen · Tel. 0 23 03 / 27 15 29
Fax: 0 23 03 / 27 30 29 · Termine nach Vereinbarung
Kommunikationshilfen / Funkanlagen vorhanden.
Die Beratung kann auch Gebärdensprache erfolgen
E-Mail: sibylle.strehlau-kohnen@kreis-unna.de

Betreuungsgesetz

Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

In den letzten Jahren hat die Diskussion um die Feststellung des mutmaßlichen Willens von Schwerkranken, die sich nicht mehr selbst äußern können, zugenommen. Beratung hierzu, als auch dann, wenn eine Betreuung nach dem Betreuungsgesetz erforderlich wird, erhalten Sie bei der

Betreuungsbehörde der Kreisstadt Unna
Rathausplatz 1 · 59423 Unna
Engelbert Schulte · Tel. 0 23 03 / 103 - 568
Elisabeth Zschieschang · Tel. 0 23 03 / 103 – 592
Jenz Kaller · Tel. 02303 / 103-594
Weiteres zum Thema „Betreuung" finden Sie auf Seite 12.

Telefonseelsorge

Die Telefonseelsorge ist bundesweit Tag und Nacht für Menschen in Krisensituationen erreichbar. Die Arbeit wird von ausgebildeten Mitarbeitern/innen wahrgenommen, die als verschwiegene Ansprechpartner zur Verfügung stehen.

Telefonseelsorge (bundesweit) kostenfrei
Tel. 0 800 11 10 111 oder 0 800 11 10 222

Gleichstellungsbeauftragte der Kreisstadt Unna

Die Gleichstellungsbeauftragte ist Ansprechpartnerin für die Interessen und Forderungen der Frauen in Unna. Sie entwickelt und unterstützt Projekte zur Verbesserung der Situation von Mädchen und Frauen. Bürgerinnen und Bürger können sich mit ihren Anliegen jederzeit an sie wenden.
Josefa Redzepi · Rathausplatz 1 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 103 - 555 · Fax: 0 23 03 / 103 - 137
E-Mail: josefa.redzepi@stadt-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.
Geschäftsstelle:
Hansastr. 38 · 59425 Unna · Tel.: 0 23 03 / 77 891-0
Geschäftsführerin: Birgit Unger
Internet: www.frauenforum-unna.de
E-Mail: verwaltung@frauenforum-unna.de

FrauenÜbernachtungsstelle
Für Frauen ab 18 Jahren bei Wohnungslosigkeit
Angebot: Übernachtungsstelle mit Ganztagesaufenthalt sowie Hilfen zur Verbesserung der Lebenssituation wohnungsloser Frauen. · Christina Schulz · Tel.: 0 23 03 / 77 891-30
24 Std. täglich erreichbar · E-Mail: fues@frauenforum-unna.de

FrauenRäume
Für alleinlebende oder alleinerziehende 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.
Ingrid Scheibe, Elvira Sabe-Droste · Tel.: 0 23 03 / 77 891-40
E-Mail: frauenraeume@frauenforum-unna.de

Frauen- und Mädchenberatungsstelle
Allgemeine Beratungsstelle für Frauen und Mädchen, Fachberatungsstelle zu häuslicher Gewalt, Fachberatungsstelle zu sexualisierter Gewalt, Frauenkrisentelefon
Beratung für Frauen jeden Alters und Mädchen ab 14 Jahren, Begleitung zu Behörden, Polizei und Gerichten.
Telefonische Beratung und Terminvereinbarungen (auch Anrufbeantworter): Mo und Mi von 9.30 - 12.30 Uhr, Di und Do von 15.00 - 16.00 Uhr · Magdalena Warnsing, Isolde Pacho. Claudia Chmel, Sabine Boldt
Tel.: 0 23 03 / 82202 · Fax: 0 23 03 / 77 891-29
E-Mail: frauenberatungsstelle@frauenforum-unna.de

Frauenkrisentelefon
erreichbar an jedem Wochenende freitags ab 13.00 Uhr durchgehend bis montags 8.00 Uhr und vor Feiertagen bis zum darauffolgenden Morgen 8.00 Uhr. · Tel.: 0 23 03 / 82 202

Frauenhaus
Das Frauenhaus ist ein Schutzhaus für Frauen und deren Kinder, die Gewalt erleben oder von Gewalt bedroht sind. In Beratungsgesprächen kann die Frau neue Lebensperspektiven entwickeln, bei deren Umsetzung sie durch die Mitarbeiterinnen des Frauenhauses unterstützt wird. Bei Erstkontakten zu Ämtern, Behörden, Ärzten etc. wird die Frau begleitet.
(24 Std. täglich erreichbar)
Martina Ricks-Osei · Melanie Deschner-Kolodzey
Tel. 0 23 03 / 77 891-50
Fax 0 23 03 / 77 891-59
E-Mail: frauenhaus@frauenforum-unna.de

Ambulant Betreutes Wohnen
Hilfen für alleinstehende oder alleinerziehende Frauen von 21 bis 65 Jahren zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten mit dem Ziel der Sicherung des Wohnens, der finanziellen Lebensgrundlagen und der Teilhabe am Leben in der Gesellschaft.
Nicole Urbaniak (Elternzeitvertretung Nicole Höing)
Tel. 0 23 03 / 77891-14
E-Mail: frauenraeume3@frauenforum-unna.de

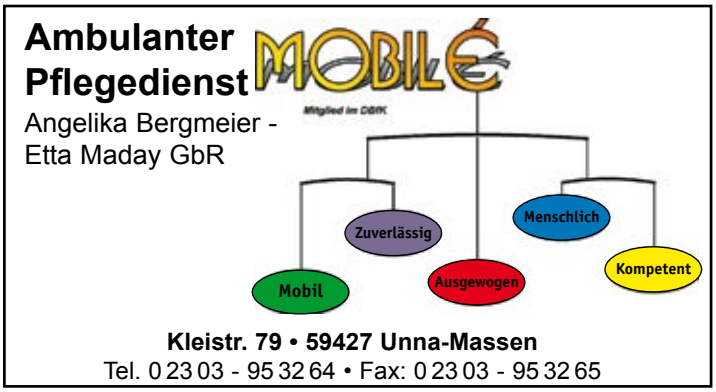
Rechtsberatung

Auch im Alter können rechtliche Probleme auftreten. Personen mit geringem Einkommen, die sich eine Beratung nicht leisten können, erhalten eine kostenlose Rechtsberatung. Sie können einen Rechtsanwalt ihres Vertrauens mit der Vertretung ihrer Interessen beauftragen. Hierzu werden die Unterlagen über Einkommensverhältnisse dem Anwalt oder dem Gericht zur Prüfung vorgelegt. Sind die erforderlichen Voraussetzungen erfüllt, stellt der Rechtspfleger einen Berechtigungsschein aus, mit dem man sich an einen selbstgewählten Rechtsanwalt wenden kann.
Informationen zur kostenlosen Rechtsberatung oder zur Prozesskostenhilfe erhalten Sie beim Amtsgericht Unna unter Tel. 0 23 03- 67 030.
Weitere Informationen können auch auf der unten genannten Internetadresse eingesehen werden. Dort kann man sich auch Vordrucke herunterladen.
Internet: www.justiz.nrw.de

Zentrale Schuldnerberatung der AWO

Die zentrale Schuldnerberatung der AWO bietet seit 1988 im Kreis Unna eine qualifizierte und spezialisierte Beratung bei Verschuldung, zu geringem Einkommen, unbezahlten Rechnungen usw. an.
Die Schuldner- und Insolvenzberatung ist kein Kreditinstitut und übernimmt daher auch 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 Str. 29a
59174 Kamen
Tel. 0 23 07 / 92 488 - 0
Bürozeiten:
Mo., Di. und Mi.: 8-12 Uhr und 14-16 Uhr
Dienstags: Sprechstunde im Rathaus Unna 15-18 Uhr
Frau Berents · Zimmer 221
Internet: www.awo-un.de
E-Mail: schuldbr@awoubunna.de



Soziale Beratungsstelle in Unna-Hemmerde (im Care-Kauf)
In der sozialen Beratungsstelle des Caritasverbandes für den Kreis Unna e.V. erhalten die Menschen aus dem Stadtteil die Möglichkeit einen kompetenten und wohnortnahen Ansprechpartner zu finden. Die Caritas-Beratungsstelle versteht sich als Dienstleister, der die Menschen bei allen sozialen Problemen kostenlos berät und unterstützt. Das Angebot richtet sich an alle Bewohner von Hemmerde und Umgebung. Hilfe und Unterstützung werden gewährleistet und gemeinsam wird nach Lösungen und Perspektiven bei jeglichen Problemlagen gesucht.

Caritasverband für den Kreis Unna e.V.
Beratungsbüro im „carekauf" Unna Hemmerde
Verena Fernandes dos Santos
Hemmerder Dorfstr. 61
59247 Unna
Tel.: 0 23 08 - 933 385
Fax: 0 23 08 - 933 421
E-Mail: sontos@caritas-unna.de
Sprechzeiten: Montag: 15-19 Uhr, Mittwoch: 9-12 Uhr, Freitag: 9-12 Uhr und nach Vereinbarung

Beratung Polizei / Senioren helfen Senioren

Das **Kommissariat Vorbeugung** 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 5-tägigen Seminar, intensiv in Themen der Kriminal- und Verkehrsprävention eingearbeitet. Die Senioren gehen nach diesem Seminar selbständig in Vereine, Seniorenkreise etc, um ihr Wissen weiterzugeben.

Unsere Seniorenberater werden mittlerweile als Redakteure in Seniorenzeitschriften, Moderatoren in Lokalsendern, als Theatergruppe, als Paten in Seniorenheimen, als auch als Referenten in Gruppen, tätig. Auf Wunsch kommen diese auch gerne zu Ihnen.

Weitere Informationen zu diesem Projekt können Sie sich im Internet unter www.senioren-helfen-senioren.eu anschauen.
Speziell für Senioren bietet das Kommissariat Vorbeugung Vorträge zur Thematik: „ Wie schütze ich mich im Alltag/Alter" an. In diesen Vorträgen beraten wir über die allgemeine Kriminalitätslage im Kreis Unna, über neue Tricks der Täter (Enkeltrick etc.), Schutz vor Trickdiebstahl, Handtaschenraub, Haustürgeschäften, sowie allgemeinen Präventionshinweisen. Weitere Tipps können Sie in der kostenlosen Broschüre der Polizei „Der goldene Herbst" nachlesen.
Unter www.polizei-beratung.de, kann diese auch im Internet herunter geladen werden.
Petra Landwehr, Tel.: 0 23 07 / 921 4512

Weiterhin bietet das Kommissariat Vorbeugung Einzelberatungen zum Einbruchschutz an. Rufen Sie an und vereinbaren Sie einen Termin. Es wird eine Schwachstellenanalyse für Ihr Haus erstellt.
Detlev Kratzke, Tel: 0 23 07 / 921 4510

Falls Sie Opfer eines Verkehrsunfalls oder einer Straftat geworden sind stehen Ihnen die zuständigen Opferschutzbeauftragten der Kreispolizeibehörde Unna mit Rat und Tat zur Seite.
Bettina Dresselhaus, Tel: 0 23 07 / 921 4568

Alle Angebote des Kommissariates Vorbeugung sind kostenlos.

Behindertenberatung

Das Leben mit Behinderungen kann auf verschiedene Weisen erleichtert werden. Kontakt zu den Unnaer Einrichtungen und Verbänden hat der
Behindertenbeirat in der Kreisstadt Unna
Rathausplatz 1 · 59423 Unna · Zimmer 137
Doris Tönnies (Geschäftsführung) · Tel. 0 23 03 / 103 - 605
E-Mail: doris.toennies@stadt-unna.de

Behindertenbeauftragte Kreis Unna
Die Behindertenbeauftragte der Kreisverwaltung Unna ist Ansprechpartnerin für die Bürgerinnen und Bürger des Kreises Unna in allen behinderungsrelevanten 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 Bürgerinnen und Bürger hergestellt werden.

Gabi Olbrich-Steiner
Stabsstelle Planung und Mobilität
Sozialplanung und Demographie
Friedrich-Ebert-Str. 17 · 59425 Unna
Tel. 0 23 03 / 27-33 61 · Fax 0 23 03 / 27-12 99
E-Mail: gabi.olbrich@kreis-unna.de
Internet: www.kreis-unna.de

Fachstelle für behinderte Menschen im Beruf
Die Fachstelle ist Ihr Ansprechpartner für Fragen zur Teilhabe behinderter Menschen am Arbeitsleben.

Für wen sind wir da?

Wir sind die ersten Ansprechpartner für:
· Schwerbehinderte Menschen im Arbeitsleben, denen vom Versorgungsamt ein Grad der Behinderung (GdB) von mindestens 50% zuerkannt wurde.
· Schwerbehinderte Menschen im Arbeitsleben mit einem GdB von 30 bis 40%, die auf Antrag durch die Agentur für Arbeit gleichgestellt wurden.
· Arbeitgeber, die schwerbehinderte Menschen und/oder Gleichgestellte beschäftigen oder beschäftigen wollen.
· Betriebs -/ Personalräte und Schwerbehindertenvertretung

Das sind unsere Aufgaben:

· Begleitende Hilfe · Finanzielle Hilfe · Für Arbeitgeber
· Für behinderte Menschen

Fachstelle für behinderte Menschen im Beruf im Kreishaus
Ute Maaß · Friedrich-Ebert-Str. 17 · 59425 Unna
Tel. 02303 / 27-34 57 · Fax: 02303 / 27-57 57
Internet: www.kreis-unna.de
E-Mail: ute.maaß@kreis-unna.de

Einzelfallhilfe für behinderte Menschen (sozialpsychiatrischer Dienst)
Sibylle Strehlau-Kohnen
Gesundheitshaus · Massener Str. 35 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 27 15 29 · Fax:0 23 03 / 27 30 29
Termine nach Vereinbarung
Kommunikationshilfen / Funkanlagen vorhanden
Die Beratung kann auch in Gebärdensprache erfolgen
E-Mail: sibylle.strehlau-kohnen@kreis-unna.de

Blindengeld / Gehörlosenhilfe

Kreisstadt Unna / Rathaus
Anja Winkelkötter · Tel. 0 23 03 / 103-598
Zimmer 221 · E-Mail: anja.winkelkoetter@stadt-unna.de
In weiteren Schwerbehindertenangelegenheiten, z.B. bei Beantragung/Verlängerung des Schwerbehindertenausweises etc. hilft Ihnen das Bürgeramt der Kreisstadt Unna, Rathausplatz 1 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 103 - 0 sowie die Außenstellen in Massen, Königsborn, Lünern und Hemmerde
E-Mail: buergerservice@stadt-unna.de
(andere E-Mail Adressen siehe Seite 5)

Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge

Der Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge e. V. ist eine humanitäre Organisation. Er widmet sich im Auftrag der Bundesregierung der Aufgabe, die Gräber der deutschen Kriegstoten im Ausland zu erfassen, zu erhalten und zu pflegen. Der Volksbund betreut Angehörige in Fragen der Kriegsgräberfürsorge, er berät öffentliche und private Stellen, er unterstützt die internationale Zusammenarbeit auf dem Gebiet der Kriegsgräberfürsorge und fördert die Begegnung junger Menschen an den Ruhestätten der Toten.
Weitere Informationen unter: www.volksbund.de

Ortsverband Unna
Vorsitzender: Bürgermeister Werner Kolter
Geschäftsführer: Andreas Weiß
Rathausplatz 1 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 103 -261 21

Öffentliche und behindertengerechte Toiletten in der Unnaer Innenstadt

Behindertentoiletten sind teilweise nur mit dem "Schlüssel für Behindertentoiletten (Euro – Schlüssel)" benutzbar. Der Wegweiser Unna – City "Öffentliche und behindertengerechte Toiletten in der Unnaer Innenstadt" ist bei der Kreisstadt Unna erhältlich.
Kreisstadt Unna · Rathausplatz 1 · 59423 Unna

Schlüssel für Behindertentoiletten

Die Gesellschaft für Nebenbetriebe der Bundesautobahnen hat sämtliche Behindertentoiletten an den Raststätten, Tankstellen und Kiosken aller Bundesautobahnen mit der bundeseinheitlichen "Behinderten-WC-Schließanlage" ausgerüstet. Diesem fortschrittlichen Beispiel folgend, haben inzwischen über 3000 Städte und Gemeinden, Hochschulen, Universitäten sowie Freizeitanlagen und Kaufhäuser diese gleiche Schließanlage in die Behinderten – Toiletten installiert. Somit sind alle Behinderten in der Lage, mit einem einzigen eigenen Schlüssel alle umgerüsteten Behindertentoiletten ohne Schwierigkeiten zu benutzen.
Dieser Schlüssel wird vom

"Club Behinderter und ihrer Freunde"

Pallaswiesenstr. 123a
64293 Darmstadt
Tel. 0 61 51 / 81 220

gegen Vorlage der Fotokopie des Schwerbehindertenausweises und einem Betrag in Höhe von 18,00 Euro verschickt. Für weitere 7 Euro kann ein Begleitheft, in dem alle Toiletten im Bundesgebiet aufgeführt sind, mit angefordert werden.

Lebensunterhalt

Renten- Versicherungsstelle

Hier erhalten Sie Beratung in allen Rentenangelegenheiten. Anträge auf Kontoklärung, Rehabilitation und Rentenanträge für die Deutsche Rentenversicherung werden hier angenommen.
Versicherungsstelle im Rathaus Unna
Rathausplatz 1 · 59423 Unna
Zimmer 131 / 132
Anke Dormann / Uwe Steinberg
Tel. 0 23 03 / 103 - 544 / - 596

Sozialhilfe

SGB XII Drittes Kapitel

Die **Hilfe zum Lebensunterhalt** können überwiegend in Privathaushalten lebende Personen beziehen, die nicht erwerbsfähig oder vorübergehend erwerbsunfähig sind.

Der notwendige Lebensunterhalt umfasst nach § 27 SGB XII "insbesondere die Ernährung, Unterkunft, Kleidung, Körperpflege, Hausrat, Heizung und andere persönliche Bedürfnisse des täglichen Lebens".

Weitere Informationen im Bereich Wohnen, Soziales und Senioren der Kreisstadt Unna, Rathausplatz 1, 59423 Unna
Sabine Steinhoff · Zimmer 217 · Tel. 0 23 03 / 103-534

Die Hilfe zum Lebensunterhalt wird auch für Bewohner von Einrichtungen geleistet. Sie umfasst dann neben den Sachleistungen der Einrichtung in der Regel Kleidung und einen Barbetrag zur persönlichen Verwendung, der für Erwachsene 26 % des Eckregelsatzes beträgt (§ 35 SGB XII).
Informationen erhalten Sie hierzu beim **Kreis Unna**.

SGB XII Viertes Kapitel

Grundsicherung im Alter und bei voller Erwerbsminderung
Nach dem Vierten Kapitel können Personen ab 65 Jahren sowie dauerhaft, allein aus medizinischen Gründen voll erwerbsgeminderte Personen ab 18 Jahren mit gewöhnlichem Aufenthalt in der Bundesrepublik Deutschland, wenn sie bedürftig sind, einen Anspruch auf Leistungen der Grundsicherung geltend machen.
Die Leistungen werden in gleicher Höhe bemessen wie bei der Hilfe zum Lebensunterhalt außerhalb von Einrichtungen (Drittes Kapitel), sind aber – im Unterschied zu diesen – zu beantragen.
Einkommen, wie z.B. Rentenbezüge oder Vermögen des Leistungsberechtigten, des nicht getrennt lebenden Ehegatten oder Lebenspartners sowie des Partners einer eheähnlichen Gemeinschaft werden wie in der Sozialhilfe angerechnet, jedoch wird gegenüber unterhaltsverpflichteten Kindern bzw. Eltern mit einem Jahreseinkommen unterhalb von 100.000 Euro kein Unterhaltsrückgriff vorgenommen.

Weitere Informationen im Bereich Wohnen, Soziales und Senioren der Kreisstadt Unna, Rathausplatz 1, 59423 Unna
Anja Drowe · Zimmer 217 · Tel. 0 23 03 / 103- 531
Heike Hoffmann · Zimmer 218 · Tel. 0 23 03 / 103-537
Nicole Wewer · Zimmer 218 · Tel. 0 23 03 / 103-526

SGB XII Siebtes Kapitel

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" (Stufe I nach § 15 SGB XI) 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 beim Kreis Unna.

Grundsicherung für Arbeitssuchende

Seit dem 01.01.2005 ist das neue Sozialgesetzbuch II im Rahmen der Arbeitsmarktreformen "Hartz IV" in Kraft.
Nach diesem Gesetz können Menschen zwischen dem vollendeten 15. Lebensjahr und dem vollendeten 65. Lebensjahr Leistungen zur Sicherung ihres Lebensunterhaltes bekommen, wenn sie nach den Bestimmungen der Rentenversicherung erwerbsfähig sind, das heißt mindestens 3 Stunden täglich arbeiten können. Personen, die bereits vor dem 65. Geburtstag eine Altersrente beziehen, sind nicht leistungsberechtigt. Personen unter 65, die nicht (mehr) erwerbsfähig sind, haben Anspruch auf Sozialgeld, wenn sie mit einem erwerbsfähigen Hilfebedürftigen in einer Bedarfsgemeinschaft leben (z.B. Ehepartner/in, Lebenspartner/in). Für eine Beratung und unter Umständen notwendige Leistungsgewährung ist die "Arbeitsgemeinschaft SGB II im Kreis Unna" zuständig. Ihr Leistungsteam für die Stadt Unna finden Sie im

Job-Center Unna
Bahnhofstr.63 · 59423 Unna · Tel. 02303 / 2538-0

Unnaer Tafel e. V.

Nicht alle Menschen haben ihr täglich Brot – und dennoch gibt es Lebensmittel im Überfluss.
Die "Tafeln" bemühen sich um einen Ausgleich – mit ehrenamtlichen Helfern, für die Bedürftigen ihrer Stadt.
Das Ziel der Tafel ist es, dass alle nach den gesetzlichen Bestimmungen und qualitativ einwandfreien Nahrungsmittel, die im Wirtschaftsprozess nicht mehr verwendet werden können, an die Bedürftigen verteilt werden.
Die "Tafeln" helfen so diesen Menschen eine schwierige Zeit zu überbrücken und geben ihnen dadurch Motivation für die Zukunft.
Tel. 0 23 03 / 25 33 82
Fax: 0 23 03 / 90 26 51
Internet: www.unnaer-tafel.de.ms
E-Mail: unnaer-tafel@web.de

Ausgabepunkte von Lebensmitteln in Unna sind:
Mitte: Hellweg 31-33 (ehem. Breitenbachgelände)
Donnerstag 13.30-15.00 Uhr
Königsborn: Fliederstr. 14 (Paul-Gerhardt-Gemeindehaus)
Freitag 13.30-15.00 Uhr
Massen: Kleistraße 8 (Ev. Kirche / Melanchtonhaus)
Montag 12.00-13.30 Uhr

Spendenkonto:
Volksbank Unna · BLZ: 44160014 · KTO: 6336093500

Kriegsopferfürsorge

Seit dem 01.Juli.2006 ist der Kreis Unna nicht mehr für die Kriegsopferfürsorge zuständig, sondern der Landschaftsverband Westfalen Lippe (LWL).
Bei weiteren Fragen versucht Ihnen das Projekt "Simsalabim" weiterzuhelfen:

Landschaftsverband Westfalen Lippe
Hauptfürsorgestelle · Alexandra Rümpel
Tel. 0 251 / 591-4327
Fax: 0 251 / 59 14 775
Warendorfer Str. 21 - 23
48133 Münster

Projekt "Simsalabim" (Hilfe für Senioren)
im Seniorentreff "Fässchen"
· Hausbesuchsdienst
· Vermittlung von Dienstleistungen
· Hilfe bei den Behörden
Dorothee Glaremin und Markus Niebios
Hertinger Str. 12
59423 Unna
Tel: 0 23 03 / 25 69 08
Di.: 10.00 - 12.00, Do.: 10.00-12.00 Uhr
Internet: www.unna.de
E-Mail: dorothee-glaremin@stadt-unna.de und
markus.niebios@stadt-unna.de

caritas
caritas für den Kreis Unna

Sozialstation
- medizinische und pflegerische Leistungen
- Hauswirtschaftliche und begleitende Hilfen
- Sterbebegleitung
- Hausnotruf und Essen auf Rädern
- Angehörigenberatung und Gemeindekontakte

Caritas-Sozialstation Unna - Fröndenberg
Höingstsr. 5 - 7
59425 Unna
Telefon 0 23 03 - 2 51 35 17
Telefax 0 23 03 - 2 51 35 35
Internet: www.caritas-unna.de
E-Mail: sozialstation-unna@caritas-unna.de

Kurzzeitpflege
- bei Urlaub, Kur oder Krankheit der Pflegeperson
- zur Stabilisierung der Gesundheit nach Krankenhausaufenthalt
- zum Probewohnen vor Heimaufnahme
- bei Wunsch nach Abwechslung (Tapetenwechsel)

Kostenbeteiligung durch Ihre Pflegekasse

St. Vinzenz Kurzzeitpflege
Mühlenstr. 7
59423 Unna
Telefon 0 23 03 254 50 611
Telefax 0 23 03 254 50 699
Internet: www.caritas-unna.de
E-Mail: vinzenz@caritas-unna.de

Rundfunk-, Fernseh- und Telefongebührenbefreiung

Sofern Sie Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch (SGB) II oder XII beziehen oder einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkmal “RF” besitzen, können Sie einen Antrag auf Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung stellen. Die erforderlichen Informationen und Anträge erhalten Sie sowohl im Bürgerservice der Kreisstadt Unna, als auch im Sozialbereich der Kreisstadt Unna (Rathaus). Die Befreiung von der Rundfunk- und Fernsehgebühr ist die Grundlage für die Ermäßigung der Telefongebühren. Wenden Sie sich an:

Die Bürgerservice der Kreisstadt Unna bzw.
den / die Sachbearbeiter / in der Sozialhilfe / ARGE

Unna- Ausweis

Personen (auch Bewohner / innen von Unnaer Alten – und Pflegeheimen), die laufende Leistungen zum Lebensunterhalt nach dem SGB II oder SGB XII erhalten, können den Unna-Ausweis beantragen. Er berechtigt zu ermäßigten Entgelten für städtische Einrichtungen und Veranstaltungen (z.B. Schwimmbäder, Volkshochschule, Stadtbibliothek,...) Voraussetzung ist die Vorlage des aktuellen Leistungsbescheides. Bitte wenden Sie sich an

Bereich Wohnen, Soziales und Senioren
Rathausplatz 1 · 59423 Unna · Zimmer 221
Kathrin Hilsmann · Te. 0 23 03 / 103 - 538

Wohngeld

Dieser einkommensabhängige Zuschuss zu Ihrer Miete kann **beantragt** werden beim Bürgerservice der Kreisstadt Unna im Rathaus, Massen, Königsborn, Lünern und Hemmerde
E-Mail: buergerservice@stadt-unna.de
(Andere E-Mail Adressen siehe Seite 6)

Beratung erhalten Sie beim
Bereich Wohnen, Soziales und Senioren
der Kreisstadt Unna
Rathausplatz 1 · 59423 Unna · Zimmer 156 / 157
Doris Weierke · Tel. 0 23 03 / 103 -547
E-Mail: doris.weierke@stadt-unna.de
Ulrich Stricker · Tel 0 23 03 / 103 – 643
E-Mail: ulrich.stricker@stadt-unna.de

Wohnraumsicherung

Hilfen im Rahmen der Wohnraumsicherung richten sich an von Wohnungslosigkeit bedrohte Haushalte, denen der Verlust der derzeitigen Wohnung unmittelbar bevorsteht,
· weil die Kündigung bevorsteht
· weil die Kündigung erfolgt ist
· weil eine Räumungsklage erhoben wurde
· weil eine Zwangsräumung anberaumt wurde
…und die dabei ohne Hilfe nicht in der Lage sind, ihre Wohnung zu erhalten oder sich eine neue Wohnung zu beschaffen.
In Fällen von Mietrückständen als Notfallgrund erfolgt die Beratung, Verhandlung mit Vermietern und ggf. Vermittlung eines Darlehens nach dem SGB XII.
In Fällen von Energiekostenrückständen können ebenso Beratung und Hilfestellung erfolgen.
Sollten vorgenannte Maßnahmen nicht mehr greifen oder andere Gründe für den Notfall vorliegen, erfolgt die Weitervermittlung zur Wohnungsvermittlung.

Weitere Informationen erhalten Sie im
Bereich Wohnen, Soziales und Senioren
Rathausplatz 1
59423 Unna
Zimmer 153
Rainer Viertmann
Tel. 0 23 03 / 103 -557

Wohnen im Alter

“Einen alten Baum verpflanzt man nicht“ besagt eine gebräuchliche Redensart. Genauso bevorzugen die meisten Menschen das Verbleiben in den eigenen vier Wänden vor jeder anderen Wohnform auch im Alter. Nicht immer ist das jedoch ohne Veränderungen und/oder Hilfe möglich.

Wohnberatung

Nicht das Alter, sondern eine nicht altersgerechte Wohnung gefährdet in vielen Fällen die selbständige Lebensführung. Individuelle gesundheitliche Einschränkungen können dazu führen, dass alltägliche Handgriffe und Bewegungsabläufe in der eigenen Wohnung zum Problem werden. Treppenstufen, ein hoher Badewannenrand oder ein enges Badezimmer lassen an einen Umzug in ein Alten- oder Pflegeheim denken. Das muss nicht sein!

Wohnberatung und Wohnungsanpassung helfen bei der Sicherung oder Wiederherstellung eines selbständigen Lebens im Alter oder bei Behinderung. Wohnungsanpassung bedeutet nichts anderes, als die eigene Wohnung an die veränderten Bedürfnisse, die das Älterwerden mit sich bringt, anzupassen.
Wohnberatung beinhaltet Beratung, Begleitung und Unterstützung bei der Beseitigung von Gefahrenquellen, Verbesserung der Raumnutzung, beim Einsatz von Hilfsmitteln bis hin zu baulichen Maßnahmen. Ziel der Wohnberatung ist es, dass Menschen solange wie möglich in ihrem gewohnten Umfeld wohnen können. Hier sollen sie ein möglichst selbständiges Leben führen können, so dass im Idealfall ein vorübergehender oder endgültiger Heimaufenthalt vermieden werden kann. Die Wohnberatungsstellen zeigen Ihnen, wie Wohnungen oft schon durch kleine Veränderungen alters- und behindertengerecht umgestaltet werden können.

Sie unterstützen Sie auch bei der Umsetzung, indem sie
· vor Ort klären, welche Veränderungen umsetzbar sind und mit Architekten, Handwerkern und anderen Beteiligten sprechen
· Gespräche mit Ihrem Vermieter führen, damit er gegebenenfalls notwendigen Veränderungen zustimmt
· über Förderungsmöglichkeiten informieren
und bei der Antragstellung helfen

Wohnberatung im Kreis Unna ist anbieterneutral und kostenlos und wird durch den Kreis Unna, das Land NRW und die Landesverbände der Pflegekassen finanziert.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Beratung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen.

Für Unna-Süd, Unna-Massen und die Ostgemeinden:

Ökumenische Zentrale Schwerte, Alten- und Wohnberatung
Iris Lehmann, Heike Messer
Schützenstr. 10 · 58239 Schwerte
Tel. 0 23 04/93 93 90
Sprechzeit: Montag - Freitag 9.00-10.00 Uhr
und nach Vereinbarung
Internet: www.oekumenische-zentrale.de
E-Mail: info@oekumenische-zentrale.de

Für Unna-Mitte und Königsborn:

Wohnberatungsagentur für Bürgerinnen und Bürger im Mittelkreis Unna
des Vereins Neues Wohnen im Alter e.V.
Hanne Fritsche und Katrin Wagner
Zimmer 116
Rathausplatz 1
59174 Kamen
Tel. 0 23 07 / 148 - 66 00 oder 0 23 07 / 148 - 66 01
Fax. 0 23 07 / 148 - 90 68
Internet: www.wohnberatung-kreis-unna.de
E-Mail: info@wohnberatung-kreis-unna.de
Sprechzeiten im Kamener Rathaus:
Montag und Mittwoch: 10.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag: 14.00 – 16.00 Uhr
und nach Vereinbarung
Beratung im „Seniorentreff „Fässchen“,
Hertinger Str. 12, 59423 Unna
und in Unnaer Stadtteilen nach Vereinbarung.
Auf Wunsch beraten wir Sie auch gern zu Hause.

Seniorenfreundliche Produkte

Forum Gerontotechnik
Senioren- und damit benutzerfreundliche Produkte für das alltägliche Leben vom Kleingerät bis zu Technologien aus den Bereichen Elektroinstallation, Freizeit, Kommunikation und Sicherheit werden in einer Dauerausstellung gezeigt. Fachkundige Mitarbeiter stehen zur Verfügung, Einzel- und Gruppenführungen müssen jedoch angemeldet werden. Anmeldung und Auskunft unter:

GGT Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik mbH
Frau Brunnenberg
Max-Planck-Straße 5 · 58638 Iserlohn
Tel: 0 23 71 / 95 95 –44 Fax: 023 71 / 95 95 - 14
Internet: www.gerontotechnik.de
E-Mail: info@gerontotechnik.de

Gerotronik Unna
Wohnraumberatung und -anpassung,
anspruchsvolle Hilfsmittelversorgung

Mit neuem Standort in Unna-Königsborn bietet die Gerotronik Unna Ihren Kunden eine kleine aber feine Ausstellung mit sinnvollen Hilfsmitteln, die das Leben deutlich erleichtern. Neu ist eine moderne Treppenliftanlage, die über eine ganze Etage führt und unverbindlich erprobt werden kann. Die Gerotronik ist darüber hinaus seit über 15 Jahren ein kompetenter Partner im Bereich der Wohnraumanpassung, hier speziell für barrierefreie Bäder. Es wird ein mit den Kranken/Pflegekassen abrechnungsfähiger Rundum-Service angeboten. Zusammen mit Betroffenen und Angehörigen werden individuelle Lösungen entwickelt, die dann professionell umgesetzt werden, von einer kleinen Anpassung bis zum kompletten Umbau.
Gerotronik Unna · Industriestraße 7 ·
59425 Unna-Königsborn · Tel. 0 23 03 / 94 38 74
Ausstellung und Beratung:
Montag bis Freitag 9:00-13:00 und 15:00-17:00 Uhr,
oder nach individueller Vereinbarung

Altenwohnungen

Ist die eigene Wohnung zu groß und zu unpraktisch geworden, bietet sich der Umzug in eine Altenwohnung an. Im Bereich der Stadt Unna bestehen ca. 110 regelrechte Altenwohnungen, die mit öffentlichen Mitteln gefördert wurden und die daher unter Mitwirkung der Verwaltung vergeben werden können. Unter der Voraussetzung, dass Sie einen Wohnberechtigungsschein (Antrag beim Bürgeramt) erhalten und 60 Jahre alt sind, können Sie sich in die Bewerberliste aufnehmen lassen. Weiter gibt es sogenannte barrierefreie Wohnungen, die ebenfalls besonders für alte Menschen geeignet sind. Beratung, Information und Anmeldung beim:

Bereich Wohnen der Kreisstadt Unna
Ilona Jordan-Lehnert · Rathausplatz 1
1. Etage · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 103 - 552
Altengerechte Wohnungen des “freien Marktes“ können nicht vermittelt werden.

Neue Wohnformen

Koordinierungsstelle Kreisstadt Unna
· Mehrgenerationenwohnen
· Wohnen für Senioren

Sie möchten
· im Alter möglichst unabhängig und aktiv bleiben?
· in Gemeinschaft mit anderen Menschen wohnen?
· sich persönlich einbringen können?
· eine barrierefreie Wohnung, die Sie bis ins hohe Alter bewohnen können?
· Service- und Pflegedienste, die bei Bedarf helfend zur Seite stehen?

Viele Mitbürgerinnen und Mitbürger suchen nach neuen Wohnmöglichkeiten. Daher wurde eine Koordinierungsstelle für Neue Wohnformen im Bereich Wohnen der Stadt Unna eingerichtet. Hier können sich Wohninteressenten und Investoren melden.

Kreisstadt Unna · Bereich Wohnen · Rathausplatz 1
Ilona Jordan-Lehnert
Rathausplatz 1 · 59423 Unna
Zimmer 136
Tel. 0 23 03 / 103 - 552 · Fax: 0 23 03 / 103 - 600
E-Mail: ilona.jordan-lehnert@stadt-unna.de

Stefanie Nellesen · Rathausplatz 1 · 59423 Unna · Zimmer 137
Tel. 0 23 03 / 103 – 605 · Fax: 0 23 03 / 103 - 600
E-Mail: stefanie.nellesen@stadt-unna.de

Mehrgenerationenwohnen
Der Verein „Neue Wohnformen e. V.“ , gegründet im November 2008, stellt sich kurz vor:
Als sogenannter „Dachverein“ soll er Heimat, Anlaufstelle und Sprachrohr für die Entwicklung von nachbarschaftlichen und generationsübergreifenden Wohnprojekten an verschiedenen Standorten in Unna sein. Es werden dabei ausdrücklich junge und ältere Menschen angesprochen, damit in den Projekten einen nachhaltige und gegenseitige Unterstützung umgesetzt werden kann. Dabei sind verschiedene Baufinanzierungsformen vom frei finanzierten über öffentlich geförderten Mietwohnungsbau bis hin zu Eigentumsmaßnahmen denkbar.
Der Satzungszweck soll durch die Bildung einer Gemeinschaft erreicht werden, in der die Mitglieder sich gegenseitig unterstützen und offen und tolerant miteinander umgehen. Die Gemeinschaft will Ansprechpartner für Menschen jeden Alters, jeder Familienform sein, die einzeln oder bereits in kleinen Gruppen Gleichgesinnte oder Unterstützung bei der Umsetzung suchen. Die Mitgliedschaft im Verein „Neue Wohnformen Unna“ ist Voraussetzung für den Bezug einer Projektwohnung. Der Verein schließt mit dem jeweiligen Investor einen Kooperationsvertrag. In dieser Vereinbarung werden insbesondere Mitwirkungsmodalitäten bezüglich der Realisierung des Bauvorhabens, der Gestaltung und Pflege der Freianlagen sowie der Belegung der Wohnanlage geregelt.
Der Verein ist darüber hinaus auch Ansprechpartner für Eigentümer von Bestandsgebäuden oder Grundstücken, für

Verwaltung, Investoren im Wohnungsbau und Grundstücksentwicklern, die für ihre Immobilie der Idee einer „verlässlichen Nachbarschaft“ Raum bieten wollen.
Frau Sigrid Oberländer (Schatzmeisterin)
Tel.: 0 23 03/58 87 16

Erstes Wohnprojekt:
Standort: Effertzstraße in 59425 Unna-Königsborn
Anzahl Wohneinheiten: 20
Investor: Unnaer Kreis- Bau und Siedlungsgesellschaft mbH
Ansprechpartner: Herr Ingo Thiede, Friedrich-Ebert-Straße 32, 59425 Unna · Tel.: 0 23 03 / 28 27 50

Der Bereich Wohnen der Kreisstadt Unna, wie auch andere Fachleute, fördern den Verein und unterstützen bei Bedarf einzelne Projektentwicklungen.
Für Interessierte und Vereinsmitglieder findet regelmäßig ein **offener Stammtisch** statt. Hier lernen sich Gleichgesinnte kennen, finden intensiver Meinungsaustausch und Diskussionen mit Fachleuten statt.
Ort: Café im Zentrum für Information und Bildung (ZIB) · Lindenplatz 1 · 59423 Unna
Termin: Jeder letzte Donnerstag im Monat um 18.00 Uhr

Geplantes Wohnprojekt: 31 Wohnungen
Wohnhof Falkenhain (ehem. Falke-Gelände Unna-Massen, Bismarckstraße) · Investor: RUP-Fertigungstechnik, Dortmund · Frau Kmiciak · Tel. 0231/ 22606

Zu diesem Projekt findet bereits ein eigener Interessenten-Stammtisch statt:
Ort: AWO-Treff „Mühlrad“
Massener Hellweg 12
59427 Unna
Termin: Jeder 1. Dienstag im Monat ab 18.00 Uhr

Wohngemeinschaften im Alter

In dieser Wohnform kommen entweder nur ältere oder ältere und junge Menschen zusammen, um gemeinsam in einer Wohnung oder in einem Haus zu wohnen. Jeder Bewohner hat einen eigenen Wohnbereich, entweder ein Zimmer oder eine abgeschlossene Wohnung. Zudem gibt es einige Räume, die von den Bewohnern gemeinschaftlich genutzt werden. Die Bewohner organisieren das Gemeinschaftsleben in der Regel selbst.

Die erste in Unna bestehende **Seniorenwohngemeinschaft** ist eine bedarfsgerechte Alternative zur stationären Altenpflege. Hier können bis zu 6 Mieter gemeinsam wohnen. Jeder Mieter hat einen eigenen Wohnbereich mit Duschbad und teilt sich mit den Mitmietern die Gemeinschaftsflächen inklusive der beiden Wohnküchen und der Sonnenterrasse. Soweit notwendig, können Dienstleistungen, wie einen ambulanten Pflegedienst, hauswirtschaftliche Versorgung oder Reinigungsdienste hinzugezogen werden.

„Geselliges Wohnen im Kreise von Altersgenossen“
Mühlenstraße 7 · 59423 Unna
Verfügbarkeit: 5 Wohnbereiche (von 24-38 qm)
Ansprechpartner: St. Bonifatius Wohn- und Pflegeheim · Regina Palm-Fleegers / Charlotte Schmidt
Tel.: 0 23 03/ 2 56 94 0

Ambulant betreute Wohngemeinschaften

Diese Wohnform umfasst meist eine kleine Gruppe hilfebedürftiger Menschen, die zusammen in einer Wohnung oder in einem Haus leben.
Jeder Bewohner hat einen eigenen Wohn- Schlafbereich, zusätzlich steht ein Gemeinschaftsraum zur Verfügung. Die Betreuung wird je nach Bedarf stundenweise oder rund um die Uhr durch Betreuungspersonal sichergestellt, dass je nach Bedarf die Haushaltsführung und Organisation des Gruppenlebens unterstützt oder übernimmt.
Weitere individuelle Hilfe- und Pflegeleistungen werden durch ambulante Dienste erbracht.

Anschriften:

Wohngemeinschaft Ahornstraße
Ahornstr.20 · 59423 Unna
Herr Ingo Thiede
Tel. 0 23 03 / 282750
Internet: www.ukbs.de
E-Mail: i.tiede@ukbs.de

Wohngruppe für Pflegebedürftige:
Wohngruppe Bellevue
Massener Straße 130 · 59423 Unna · 10 Plätze
Frau Birte Schneider
Tel.: 0 23 03/1 55 43

Wohngruppe für pflegebedürftige Demenzkranke:
Wohngruppe Stadtfenster 1 · Käthe Kollwitz-Ring 28 · 59423 Unna · 10 Plätze
Wohngruppe Stadtfenster 2 · Käthe-Kollwitz-Ring 28 · 59423 Unna · 10 Plätze
Eigentümer Herr Gerhard Balster · Käthe-Kollwitz-Ring 28 – 30 · 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 77 03 74

Ansprechpartner für die o. g. Wohngruppen:
Pflegedienst Busch
Frau Busch · Käthe-Kollwitz-Ring 30a · 59423 Unna
Tel.: 0 23 03/ 77 24 70

In Planung: Seniorenwohngemeinschaft (8 Plätze)
Wohnhof Falkenhain (ehem. Falke-Gelände Unna-Massen)
Bismarckstraße
Investor: RUP-Fertigungstechnik, Dortmund
Frau Kmiciak
Tel. 0231/ 22606

Betreutes Wohnen / Service - Wohnen

Wenn Sie gleichzeitig mit einer altengerechten Wohnung auch die Option auf gesicherte Betreuung, Versorgung und Pflege haben möchten, bietet sich das “Betreute Wohnen“ an. Gleichzeitig mit dem Mietvertrag wird ein Betreuungsvertrag über Grundleistungen abgeschlossen, der aber bei Bedarf auch weitere Leistungen zusichert, so dass ein lebenslanger Verbleib in der Wohnung ermöglicht wird. Für Nordrhein-Westfalen wurde ein Qualitätssiegel „Betreutes Wohnen für ältere Menschen NRW“ entwickelt. Dieses soll in erster Linie eine Orientierungshilfe für Interessierte, Investoren und Planer sein. Mit diesem Siegel soll eine Qualitätssicherung dieser Wohnform erreicht werden.
Informationen zum „Qualitätssiegel Betreutes Wohnen für ältere Menschen in Nordrhein-Westfalen“ erhalten Sie im Internet unter: www.seniorenwirt.de
Sollte diese Art des Wohnens für Sie interessant wenden Sie sich an:

Seniorenwohnanlage „ Am Kurpark“
Träger: INDISO gGmbH
Friedrich-Ebert-Straße 57 · 59425 Unna
Gabriele Voß · Tel. 0 23 03 / 96 52 62 ·
Fax: 0 23 03 / 96 51 31
Internet: www.indiso.org
E-Mail: gabriele.voss@indiso.org

Seniorenwohnanlage „City-Residenz“
Träger : INDISOgGmbH
Massener Str. 20 · 59423 Unna
Gabriele Voß · Tel. 0 23 03 / 96 52 62 ·
Fax: 0 23 03 / 96 51 31
Internet: www.indiso.org
E-Mail: gabriele.voss@indiso.org

Stadtfenster GmbH- Wohnen mit Service
Käthe-Kollwitz- Ring 30 und Königsberger Straße
Alexandra Böhm und Christa Güse · Käthe-Kollwitz-Ring 30a · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 77 03 - 74 / –75 · Fax: 0 23 03 / 77 03 73
Internet: www.stadtfenster-unna.de
E-Mail: info@stadtfenster-unna.de

UKBS
Dahlienstraße 10 und 12 · 59425 Unna
Ingo Thiede · Tel 0 23 03 / 28 27 99
Internet: www.ukbs.de · E-Mail: i.thiede@ukbs.de

Wenn Sie einen **Wohnberechtigungsschein** haben oder erhalten können: *(erhältlich beim Bürgerservice der Kreisstadt Unna, siehe Seite 5)*

AWO – Service Wohnen
Vinckestr. 47 · 59423 Unna
Andreas Becker Tel. 0 23 07 / 91221-32
Internet: www.awo-un.de
E-Mail: becker@awo-un.de

UKBS
Dahlienstraße 10 und 12 · 59425 Unna
Ingo Thiede · Tel 0 23 03 / 28 27 99
Internet: www.ukbs.de · E-Mail: i.thiede@ukbs.de

In Planung: 22 Wohnungen
AWO-Wohnen mit Service
Grillostraße · 59425 Unna
Fertigstellung voraussichtlich 2012
In Planung: 10 Wohnungen mit Service
Wohnhof Falkenhain (ehem. Falke-Gelände Unna-Massen, Bismarckstraße) · Investor: RUP-Fertigungstechnik Dortmund Frau Kmiciak · Tel. 02 31 / 22 606 · Fertigstellung 3. Quartal 2012

Häusliche Hilfen – Hilfen für den Alltag

Um das Leben in der eigenen Wohnung zu erleichtern, gibt es diverse Hilfsdienste.

Essen auf Rädern

Mittagsmenüs bequem und einfach ins Haus gebracht
Das richtige Mittagessen gehört zum rundum gut fühlen dazu. Schnell und einfach ist es, sich ein Menü nach Hause bringen zu lassen. Dabei ist es wichtig, den Anbieter zu finden, der die eigenen Wünsche erfüllt und den richtigen Geschmack trifft. Einige Kriterien, die erfüllt sein sollten, sind

· nachweisbare Qualität des Essens
· abwechslungsreiches Angebot
· Auswahl an verschiedenen Diäten
· zuverlässiger Bringservice
· Kunden- und Ernährungsberatung

Bei einigen Anbietern gibt es auch die Möglichkeit, ein Menü unverbindlich zu bestellen – ganz ohne Vertragsbindung. Wer darüber nachdenkt, sein Essen von einem Menüdienst bringen zu lassen statt selbst zu kochen, sollte sich über die verschiedenen Möglichkeiten informieren. Es gibt mehrere Anbieter dieser Dienstleistung – öffentliche und private.

Einen fahrbaren Mittagstisch (frisch oder tiefgekühlt) bieten an:

Menueservice · DasDies Service GmbH–ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna · Mobiler Menüservice
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen · Patrick Hey
Tel. 0 23 07 / 79 71 85 · Fax: 0 23 07 / 2 61 77 71
E-Mail: hey@dasdies.de · www.dasdies.de

Caritas-Verband für den Kreis Unna
Höingstr. 5-7 · 59425 Unna
Wolfgang Smolén · Tel. 0 23 03 / 25 135 - 0
Internet: www.caritas-unna.de/essen.htm
E-Mail: essen@caritas-unna.de

Deutsches Rotes Kreuz
Märkische Str. 9-11 · 59423 Unna
Bettina Braun · Tel. 0 23 03 / 25 45 318

Diakoniestation EK Unna ambulant
Holbeinstr. 10 a · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 98 60 40
www.diakoniestation.org

Landhausküche von apetito
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen · Tel. 02303-690000
www.landhaus-kueche.de · info@landhaus-kueche.de

Mittagstische

Wenn Sie ungern für sich allein kochen und lieber in Gesellschaft essen möchten, besuchen Sie doch einen Mittagstisch.

Voranmeldung am Vortag erforderlich
Mittagstisch im "Fässchen"
Hertinger Str. 12 · 59423 Unna · Markus Niebios
Tel. 0 23 03 / 25 69 00 · Internet: www.unna.de
E-Mail: markus.niebios@stadt-unna.de

Voranmeldung am Vortag erforderlich
Mittagstisch im "Mühlrad"
AWO Kontakt- und Kommunikationszentrum für Seniorinnen und Senioren in Unna-Massen
Massener Hellweg 12 · 59427 Unna
Margret Bülow · Tel. 0 23 03 / 16 301

Mittagstisch im Evangelischen Krankenhaus Unna
von 11.30-13.00 Uhr · Holbeinstr. 10 · 59423 Unna
Charlotte Kunert · Tel: 0 23 03 / 106 – 438

Gartenarbeiten

Neben vielen privaten Anbietern gibt es hier auch Hilfe durch die **Werkstatt Unna, Dienstleistungsagentur**
Tel. 0 23 03 / 33 06 05

Fahr- und Begleitdienste

Oftmals können ältere Menschen nicht mehr allein die Wohnung verlassen, weil sie sich beim Gehen unsicher fühlen oder im Rollstuhl sitzen. Damit sie trotzdem an Veranstaltungen teilnehmen oder notwendige Besorgungen erledigen können, wurde der Fahr- und Begleitdienst eingerichtet. Dort werden spezielle Fahrzeuge vorgehalten und ausreichend Begleitpersonal gestellt. Voraussetzung für die Nutzung ist ein Vermerk im Schwerbehindertenausweis, dass man außergewöhnlich gehbehindert (aG) oder hilfsbedürftig ist (H). Die Berechnung der Fahrtkosten erfolgt je nach Wegstrecke und Personalaufwand. Für Arztbesuche werden die Kosten evtl. von der Krankenkasse übernommen. Wichtig: Rufen Sie möglichst mindestens eine Woche vor Fahrtantritt an! Dies gilt insbesondere für Feiertage.

Behindertenfahrdienst DRK Kreisverband Unna e.V.
Märkische Str. 9-11 · 59423 Unna
Bettina Braun · Tel. 0 23 03 /25 45 318

Behindertenfahrdienst der Johanniter-Unfall-Hilfe/Medizinisches Transport-Management
Otto-Hahn-Str.4 · 59425 Unna · Tel. 0 23 03 / 25 08 80

Bildung & Lernen gGmbH – ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen
Tel. 0 23 07/ 20 07 – 26 · Fax: 0 23 07 / 20 07 - 465
Internet: www.awoubunna.de
E-Mail: behindertenfahrdienst@awo-un.de
Ansprechpartnerin : Kornelia Geißler

Radstation

Standorte:
Hauptbahnhof Unna, Bahnhofsvorplatz, 59423 Unna · Öffnungszeiten: 6:00 Uhr - 20:00 Uhr, Tel. (0 23 03) 30 40 72
und **Parkhaus Massener Straße**, 59423 Unna · Öffnungszeiten: 0:00 Uhr - 24:00 Uhr · Tel. (0 23 03) 2 00 13 14

Verleih von Rickschen, Fahrradanhängern, Fahrräder, Spülmobil, Geschirrmobil, Service für Fahrräder, Radkarten für den Kreis Unna, Radmuseum in Kamen.

DasDies Service GmbH ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna · Unnaer Str. 29 A · 59174 Kamen
Tel. (0 23 07) 20 07 – 2 48 · Fax: (0 23 07) 20 07 – 4 57
Internet: www.dasdies.de · E- Mail radprojekte@awo-un.de
Ansprechpartner: Peter Nitsch

Öffentlicher Personennahverkehr

Bus & Bahn
In Unna sind Sie sowohl mit Bussen und Bahnen mobil, Taxi-Busse und Anrufsammeltaxen vervollkommnen das Angebot. Von den Bahnhöfen Unna Hauptbahnhof, Königsborn, West, Lünern und Hemmerde erreichen Sie mit verschiedenen Regionalzügen z.B. die Städte Dortmund, Hamm, Soest oder auch Hagen und Schwerte ganz einfach. Auch Direktfahrten nach Venlo, Köln, Düsseldorf oder Münster sind möglich.
Viele VKU-Busse garantieren einen unmittelbaren Anschluss zu oder von den Zügen. Busse erschließen in verschiedenen Takten sowohl die Unnaer Stadtteile als auch die Nachbarstädte.

VKU-Tandem – Kostenloser Begleitservice in allen Bussen und Bahnen im Kreis Unna
Wenn Sie sich unsicher fühlen oder in Ihrer Mobilität eingeschränkt sind und Schwierigkeiten in Bus- und Bahnfahren oder beim Ticketkauf haben, dann können Sie ganz einfach als Tandem fahren: Zuverlässige VKU-Mitarbeiter/innen holen Sie auf Ihren Wunsch daheim ab, begleiten Sie zur Haltestelle, beim Umsteigen und bis zum Ziel. Das VKU-Tandem funktioniert im gesamten Kreisgebiet und bis zur nächsten Haltestelle außerhalb. Bitte rufen Sie mit Ihrem Fahrtwunsch einen Werktag vorher bei der Servicezentrale *fahrt*wind an:

Telefon 0 180 3 / 50 40 30 (0,09 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunkpreise max. 0,42 €/Min.) Für behinderte Einwohnerinnen und Einwohner unserer Stadt, die über einen Schwerbehindertenausweis des Versorgungsamtes mit dem Merkzeichen G, aG, H, BL, B und ein Streckenverzeichnis verfügen, besteht die Möglichkeit der unentgeltlichen Beförderung. Liegt ein Ausweis mit dem Merkzeichen B = Begleitperson vor, kann auch die Begleitperson kostenlos mitfahren. Weitere Auskünfte erhalten Sie beim Bürgerservice oder beim Versorgungsamt.
Das **Sozialticket** ist ab 1. April 2010 als Monatsticket im Jahresabonnement in folgenden Preisstufen erhältlich: Preisstufe A, gültig in Ihrer Stadt/Gemeinde zum Preis von 16,45 Euro (Stand 01.08.2010) und Preisstufe B, gültig für das gesamte Kreisgebiet Unna, zum Preis von 26,65 Euro (Stand 01.08.2010). Das Sozialticket ist ein personengebundenes Ticket und bietet freie Fahrt in allen Bussen und Bahnen im gesamten Kreis Unna. Anspruchsberechtigt sind zum Beispiel alle Bürger, die Hilfe zum Lebensunterhalt oder Grundsicherung im Alter erhalten. Bitte wenden Sie sich dazu an Ihr zuständiges Sozialamt. Sämtliche Tickets gelten grundsätzlich sowohl in Bussen als auch in Bahnen, d.h. Sie benötigen keine zwei Tickets, wenn Sie beispielsweise mit dem Bus zum Bahnhof und von dort aus weiter mit dem Zug nach Dortmund fahren. Einzige Ausnahme ist hierbei das AnrufSammelTaxi (AST). Hierfür wird im Taxi ein besonderer Fahrschein gelöst. In Unna, im Kreisgebiet, in Hamm sowie im Kreis Soest und im Märkischen Kreis gilt der Tarif der Verkehrsgemeinschaft Ruhr-Lippe. Durch die Gültigkeit des VRR-Fahrpreises bis Hemmerde ist z.B. eine Fahrt nach Dortmund oder Hagen sehr einfach und kostengünstig. Einen Ausflug nach Münster oder NRW-weit unternehmen Sie am Besten mit einem NRW-Ticket. Ihnen stehen grundsätzlich für jeden Fahrtzweck optimal abgestimmte Ticketangebote zur Verfügung – angefangen vom Einzel-, über Gruppentickets bis hin zu Monatskarten. Nähere Informationen erhalten Sie zu **sämtlichen Fragen rund um Bus und Bahn** bei der Servicezentrale *fahrt*wind der Verkehrsgesellschaft Kreis Unna – angefangen, bei Fahrplanauskünften oder Ticketpreisen. Hier können Sie auch Anregungen oder Hinweise loswerden:
Vor Ort in der Lünener Straße 13 in Kamen, einfach per Telefon 0 180 3 / 50 40 30 (9ct pro Minute aus dem dt. Festnetz, Mobilfunkpreise max. 0,42 € pro Minute) oder im Internet unter www.fahrtwind-online.de
Ihr AnrufSammelTaxi (AST) bestellen Sie unter 0 2 303 / 25 15 50 Ihren TaxiBus bestellen Sie unter 0 180 3 / 50 40 31

Senioren-Ticket 60 plus

Das Senioren-Ticket „60 plus-Abo“ der Verkehrsgemeinschaft Ruhr-Lippe gilt werktags ab 8.00 Uhr in allen Bussen und Bahnen der 2. Klasse im Kreis Unna und im Netz Ruhr-Lippe (einschließlich Dortmund/ Hagen) oder im Netz Übergang Münsterland /Ruhr-Lippe (einschließlich Münster). Das Ticket ist besonders günstig und nur im Abo erhältlich. Es kostet im Kreisgebiet 34,90 € pro Monat und in den Übergangsnetzen 44,90 € pro Monat.

Mobilität

Viele Fragen zu Ihrer Mobilität beantwortet Ihnen die Internetseite www.mobil-in.unna.de.
Hier finden Sie beispielsweise auch alles über das Fahrradfahren in Unna. Kartenmaterial und alles andere erhalten Sie aber natürlich auch weiterhin z.B. vor Ort beim zib, im Bürgerservice oder im Umweltberatungszentrum.
Sollten doch noch Fragen offen bleiben oder Sie Anregungen zur Verbesserung Ihrer Mobilität haben:
Kreisstadt Unna · Rathausplatz 1 · Wilfried Appel · Zimmer 341 · Tel. 0 23 03 / 103-628

Haushaltshilfen / Hausbesuchsdienst

Oft genügt die Inanspruchnahme von Hilfsdiensten für die Haushaltführung, um das Leben zu erleichtern und weiter in der eigenen Wohnung zu verbleiben. Ob Sie die Einhaltung der "Flurwoche" sichern wollen oder Unterstützung beim täglichen Einkauf wünschen - die Palette der Möglichkeiten ist groß. Erkundigen Sie sich bei:

Arbeit und Lernen gGmbH der Diakonie
Nettwerker Dienstleistungsagentur
Hellweg 31-33 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 024 - 524 · Fax: 0 23 03 / 25 024 - 509
Martina Fuchs
E-Mail: M.Fuchs@Diakonie-Ruhr-Hellweg.d

DasDies Service GmbH ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna
Vermittlung von Haushaltshilfen
Unnaer Str. 29a
59174 Kamen
Info-Tel. (0 23 07) 20 07 - 0
Fax: (0 23 07) 20 07 - 64
Internet: www.dasdies.de
E-Mailadresse: servicetelefon@dasdies.de

Haushaltshilfe für ältere Menschen beim Caritasverband für den Kreis Unna
Erna Wiesner
Medicalcenter Unna · Nordring 35
Tel. 0 23 03 / 25 135 –0
Internet: www.sozialstation-unna@caritas.de

Tölke GmbH Dienstleistungen für den Sozialbereich
Annette Tölke · Käthe - Kollwitz - Ring 44
59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 14 115
E-Mail : a.toelke@toelke-web.de
Internet: www.toelke-web.de

Private mobile Senioren- und Familienbetreuung
Hannelore Hubschmid
Hammer Str. 35a · 59425 Unna
Tel. 0 23 03 / 12 822 · Mobil: 0 151 / 18 41 28 22

Private, individuelle Senioren- & Familienbetreuung
Christa Krieger · Tel: 0 23 07 / 38 202

Dienstleistungen für Senioren und Familien
Sellmann und Eimer Personal GmbH
Käthe-Kollwitz-Ring 42 · 59423 Unna
Internet: www.sellmann-eimer.de

Projekt "Simsalabim" (Hausbesuchsdienst)
im Seniorentreff "Fässchen" / Kreisstadt Unna
Dorothee Glaremin und Markus Niebios
Hertinger Str. 12 · 59425 Unna · Tel: 0 23 03 / 25 69 08
Mit diesem Projekt soll älteren Menschen geholfen werden, in ihrer eigenen Wohnung zu verbleiben. Das Projekt "Simsalabim" vermittelt Dienstleistungen. Die Angebotspalette von „Simsalabim" reicht von Gesprächen sowie Begleitung beim Spazieren gehen bis zu Hilfe bei Behördenangelegenheiten.
Internet: www.unna.de

Häusliche Hilfen, Hilfe bei Haus- und Wohnungsräumung – Möbellager

Arbeit und Lernen gGmbH der Diakonie
Nettwerker Dienstleistungsagentur · Bahnhofstr. 48 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 024 - 300 · Fax: 0 23 03 / 25 024 – 309

Die **Diakonie-Kaufhäuser** sind inzwischen eine beliebte Adresse für alle Menschen, die "Erste Wahl aus zweiter Hand" suchen. In unseren Geschäften finden die Kunden auch die Zentrale für die **Service-Dienste**:
· Kostenfreie Abholung von Mobiliar
· Wohnungs -und Haushaltsauflösungen
Gebrauchte Möbel und Hausrat werden abgeholt, aufgearbeitet und in den Kaufhäusern zur Projektfinanzierung an alle frei verkauft.

DasDies Service GmbH ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna
Secondhand-Kaufhaus
Unnaer Str. 29 · 59174 Kamen
Tel: 0 23 07 / 9 12 21 – 61 · Fax: (0 23 07) 9 12 21 – 25
Internet: www.dasdies.de
E-Mail: servicetelefon@dasdies.de
Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr
Samstag von 10 - 14 Uhr

Einkaufsservice für die ganze Familie
Service wird bei uns groß geschrieben!
Und das alles gehört für uns dazu:
· Wir bringen Ihnen gegen einen geringen Kostenbeitrag die Möbel bis zur Haustür.
· Wir rufen sogar in unseren anderen Secondhand - Kaufhäusern (Selm, Lünen, Bergkamen, Bönen), wenn Sie einen bestimmten Artikel in einem Haus mal nicht finden.

· Wir beraten Sie in unseren Secondhand - Kaufhäusern ganz persönlich und individuell- egal, ob es um ein Elektrogerät oder den schicken Wintermater geht!
· Sie bekommen bei uns stets Waren, die zwar gebraucht, aber einwandfrei in Ordnung sind.

Der Haus Service für Jedermann:
· schnell, günstig und zuverlässig
· wir übernehmen Arbeiten rund ums Haus
· Haushaltsauflösungen

DasDies Service GmbH ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna
Hausmeister-Dienst bis Haushaltsauflösungen
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen
Alexander Klewno · Tel: 0 23 07 / 26 05 56
Internet: www.dasdies.de
E-Mail: servicetelefon@dasdies.de

Zeittauschbörse für praktische und kreative Nachbarschaftshilfe in Unna und Umgebung

Tauschring Gartenvorstadt
Zur Entwicklung einer erweiterten Nachbarschaftshilfe wurde der Tauschring Gartenvorstadt in Form einer Zeittauschbörse gegründet. Der Tauschring soll der Förderung des sozialen, generationen- und kulturübergreifenden Miteinanders dienen. Tauschideen reichen von Kinderbetreuung, Haushalt; Garten, Tier, Mobilität bis Gesundheit, Literatur, Musik, Sport, Computer und vieles mehr. Eigene Talente und Fähigkeiten sollen angeboten werden und gegen nachbarschaftliche Leistungen eingetauscht werden. Der Tausch dieser Dienstleistungen erfolgt unentgeltlich zwischen den Mitgliedern des Tauschrings. Getauscht werden also lediglich die geleisteten Arbeitszeiten, die durch die Mitglieder in die Zeittauschbörse eingebracht werden.
Durch Einrichtung eines „Sozialkontos“ will der Tauschring zusätzlich hilfsbedürftige Mitbürger (Senioren) unterstützen, die selber keine Leistungen auf Dauer in den Verein einbringen können.

Die „Schaltzentrale“ des Tauschrings befindet sich im Stadtteilzentrum Süd · Erlenweg 10 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 98 69 117. · Tauschringtreffen sind in der Regel mittwochs von 15.30 – 17.30 Uhr (bitte vorherige telefonische Kontaktaufnahme). · **Ansprechpartner:** Volker Manthei · Am Kastanienhof 48 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 592180 oder 0170 / 20 45 306 · Internet: www.tauschring-gartenvorstadt.de
E-Mail: tauschring-gartenvorstadt@web.de

Hilfe per Telefon / Funk-Hausnotruf

Eine moderne Möglichkeit, jederzeit sofort Hilfe herbeizurufen, bietet der Hausnotruf. Er ist technisch über Ihr Telefon mit einer Zentrale verbunden. Egal, wo Sie sich gerade aufhalten, tragen Sie immer den sogenannten “Funkfinger“ bei sich. Im Notfall drücken Sie auf den Knopf und lösen damit umgehend Hilfsmaßnahmen aus – und das rund um die Uhr.

Servicetelefon / 24 Stunden-Hausnotruf
DasDies Service GmbH – ein Unternehmen der AWO Unterbezirk Unna
Hausnotruf · Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen
Tel. 0 23 07 / 2007-1 · Fax 02307 – 2007-64
E-Mail: servicetelefon@dasdies.de

Hausnotruf-Dienst DRK Kreisverband Unna e.V.
Märkische Str. 9-11 · 59423 Unna
Bettina Braun · Tel. 0 23 03 2545318

Hausnotruf der Johanniter-Unfall-Hilfe
Beate Fröde · Wittbräucker Str. 26 · 44287 Dortmund
Tel. 0231 / 44232348

Hausnotruf-Dienst des Caritasverbandes für den Kreis Unna
Frau Andrzejewski · Höingstr. 5 –7 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 135 -15

Klara Röhrscheid-Haus - Ambulanter Haus-Notruf
auch kurzzeitig z.B. für eine Urlaubsabwesenheit
Ostberger Str. 20 · 58239 Schwerte · Yasmin Isnaz
Tel. 0 23 04 / 20 29 · Fax: 0 23 04 / 20 22 99

NettWerker
Diakonie Dienstleistungsagentur
Hilfe im Haushalt, Garten, bei der Grabpflege, usw.
Unterstützungen bei Einkäufen oder Familienfesten
Begleitungen bei Arztbesuchen, Spaziergängen, usw.

Hilfe bei Alltagsproblemen
Arbeit und Lernen gGmbH
der Diakonie · Martina Fuchs
Holbeinstrasse 10 a · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 25024-5234
mfuchs@diakonie-ruhr-hellweg.de
www.diakoniestation.org

Diakoniestation
Ambulante Pflege für Jung und Alt
Pflegeberatung
Essen auf Rädern
Betreuungsleistungen
24 h Betreuung
Haushaltshilfe

Stark für andere
EK Unna ambulant gGmbH
Holbeinstrasse 10 a
59423 Unna
Tel. 0 23 03 - 98 60 40
agroemmer@diakonie-ruhr-hellweg.de
www.diakoniestation.org

Hausnotrufsystem Malteser Hilfsdienst
Franziusstr. 95 · 44147 Dortmund · Herr Schöbel
Tel 0231 / 98 23 20-0
Internet. www.malteser-dortmund.de
E-Mail:info@malteser-dortmund.de

Telefonketten

Eine weitere Möglichkeit, die häusliche Sicherheit zu verbessern, ist die Bildung einer Telefonkette, die sich in eigener Initiative aufbauen lässt. Die Telefonkette ist ein Zusammenschluss von mehreren älteren Menschen mit einer "verantwortlichen Person". Zu festgesetzten Zeiten rufen sich die Teilnehmer der Telefonkette gegenseitig an, um sich so zu überzeugen, dass es allen gut geht. Bei einer Unterbrechung der Kette sollte die verantwortliche Person sofort informiert werden. Bei weiteren Fragen zur Organisation einer Telefonkette wenden Sie sich bitte an die Seniorenbeauftragte der Kreisstadt Unna, Dorothee Glaremin, unter Tel. 0 23 03 / 25 69 03.

Häusliche Alten- und Krankenpflege

Die Sozialstationen der Verbände - und inzwischen auch zahlreiche private Dienste - halten Krankenschwestern und Altenpfleger/innen bereit, die bei Ihnen zu Hause die erforderliche Pflege durchführen. Alle Stationen informieren Sie auch über die Finanzierungsmöglichkeiten.
Die Höhe der Kosten richtet sich nach dem jeweiligen Leistungsumfang.
Versicherte können die entstehenden Kosten bei Vorliegen einer Pflegestufe für eine Grundversorgung (auf Antrag) mit ihrer Pflegekasse abrechnen. Voraussetzung ist die Begutachtung durch den medizinischen Dienst der Krankenkassen.
Darüber hinaus können Sie gegebenenfalls beim Sozialamt ergänzende Hilfe beantragen. Die Leistungen der entsprechenden Dienste liegen im Bereich Grundpflege (Waschen, An- und Auskleiden, Betten und Lagern, Hilfe beim Essen, Körperpflege, Gehübungen usw.), Behandlungs- und Krankenpflege (Verbände wechseln, Spritzen verabreichen, Katheter anlegen, Medikamentenversorgung usw.), hauswirtschaftliche Tätigkeiten (Kochen, Putzen, Wäsche reinigen, Einkaufen usw.), Verleih von Pflegemitteln (Rollstühle, Krankenbetten usw.), Pflegekurse und Gesprächskreise für pflegende Angehörige.

Pflegedienste

Ambulanter Pflegedienst "Mobilé"
Angelika Bergmeier / Etta Maday
Kleistr. 79 · 59427 Unna · Tel. 0 23 03 / 95 32 64

Ambulantes Pflegeteam Unna
Thomas Müller · Pappelweg 50 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 87 00 21
Fax: 0 23 03 / 14 088

AWO im Kreis Unna / Pflegedienst
Unnaer Str. 29 a, 59174 Kamen und
Vinckestr. 47 · 59423 Unna
Kostenfreies Servictelefon: (0 800) 4 80 00 60
Internet: www.awo-un.de
E-Mail: thiele@awo-un.de

pro sanitate
Marita Miks · Hertingerstr. 14 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 94 30 00

Caritas-Sozialstation Unna - Fröndenberg
Erna Wiesner · Mecicalcenter Nordring 35 · 59423 Unna
Tel.0 23 03 / 25 135 - 0

Diakoniestation EK Unna ambulant
Angelika Grömmer · Holbeinstr. 10 a · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 98 60 40
www.diakoniestation.org

MAK – Mobile Alten- und Krankenpflege
Pflegedienst Ludger Tölke · Käthe-Kollwitz-Ring 44
59423 Unna · Tel. 0 23 03 / 23 254

Pflegebüro Pflug
Afferder Weg 181 · 59425 Unna · Tel. 0 23 03 / 95 25 30
Internet: www.pflegebuero.com
E-Mail: info@pflegebuero-pflug.de

Pflegedienst Busch
Häusliche Kranken- und Altenpflege
Käthe-Kollwitz-Ring 30a · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 77 24 70 Notruf: 0 171 / 62 84 153
Internet: www.pflegedienst-busch.com

Die mobile Krankenschwester
Elke Korten · Schütterweg 5 · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 82 779

Indiso gGmbH
Friedrich-Ebert-Str. 57 · 59425 Unna · Carmen Simsir
Tel. 0 23 03 / 96 52 61 · Fax: 0 23 03 / 96 51 31
Internet: www.indiso.org
E-Mail: kontakt@indiso.org

Pflegekurse

Einen Angehörigen zu pflegen, erfordert besondere Kenntnisse. Informationen über Pflegekurse für häusliche Krankenpflege erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

Pflegekurs Demenz
Informationen hierzu erhalten Sie über die
Ökumenische Zentrale · Schützenstr. 10 ·58239 Schwerte
Tel. 0 23 04 / 93 93 90

Pflegekurse für die Angehörigen psychisch Erkrankter älterer Menschen:
Wenn ein pflegebedürftiger Mensch auch an psychischen Erkrankungen leidet, etwa einer Depression, einer Psychose

oder an Demenz, stellen sich für die Angehörigen besondere Herausforderungen. Viele Erkrankte leiden unter nächtlicher Unruhe oder Antriebsarmut am Tag.
In der LWL-Klinik werden deshalb spezielle Pflegekurse angeboten, in denen es neben pflegerischen Grundlagen u.a. auch um Mobilisation und Motivation und das Erkennen von Krisensituationen geht. Eine Kursgebühr wird nicht erhoben.

LWL-Klinik Dortmund
Susanne Häckel und Peggy Menschner (Pflegetrainerinnen) ·
Tel.: 0 231 / 45 03 - 22 22 (Anrufbeantworter. Rückruf erfolgt!)
Marsbruchstr. 179 · 44287 Dortmund

Angebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

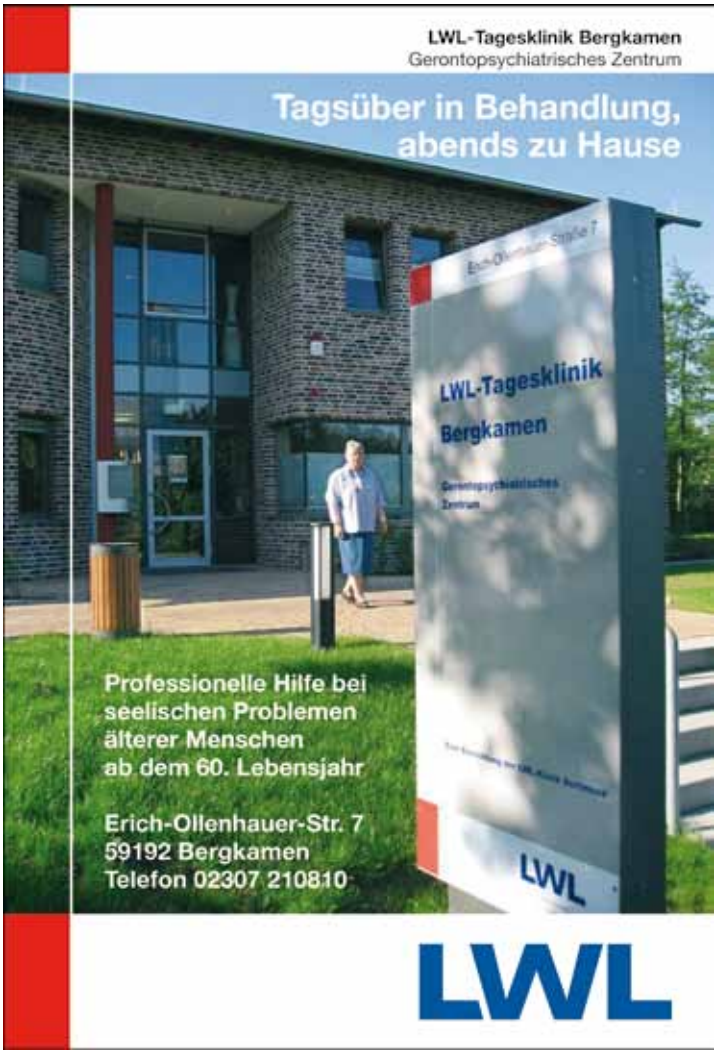
Es gibt eine ganz normale Vergesslichkeit, bei einigen Menschen mehr, bei anderen weniger stark. Dies ist kein Grund zur Beunruhigung.
Treten häufig und über längere Zeit Störungen des Kurzzeitgedächtnisses und der Orientierung auf (jemand findet den Weg vom Bäcker nach Hause nicht mehr), so ist dies ein Grund einen Arzt aufzusuchen.

In manchen Fällen wird der Arzt feststellen, dass es sich um eine Demenz, d.h. um ein typisches Muster von geistigen Leistungseinschränkungen und Verhaltensänderungen handelt.

In einem weiteren Schritt gilt es zu klären: welches ist die Ursache der Demenz? Die häufigste Ursache ist die nach dem Arzt Alois Alzheimer benannte Alzheimer-Krankheit.
Es gibt aber auch eine Reihe anderer Demenzformen. Einige Demenzen haben gut behandelbare Ursachen.
Die Erkrankungszahlen steigen mit dem Lebensalter: Die Zahl der Erkrankten wird deshalb künftig ansteigen, weil immer mehr Menschen ein hohes Alter erreichen.

Fachkundige Beratung kann pflegenden Angehörigen Hinweise liefern, wie die Verhaltensweisen und Äußerungen eines verwirrten Menschen in seiner Welt zu verstehen sind. Sie kann individuelle Hilfestellungen im Umgang mit dem demenziell erkrankten Familienmitglied geben und die Selbsthilfefähigkeit des Angehörigen fördern. Oft erhalten die Angehörigen viel zu spät Informationen über die bestehenden Hilfe- und Entlastungsangebote. Beratungsangebote richten sich sowohl an Menschen mit Demenz als auch an betreuende Angehörige und professionell sowie ehrenamtlich Tätige.

ARZNEIMITTELVERKAUF MIT BERATUNG & HAUSSERVICE
1958 - 2008
BURG-APOTHEKE
Zertifiziert nach DIN ISO 9001
Michael Steinforth
Bahnhofstraße 26
59423 Unna
Tel.: 02303 14927
Fax: 02303 255216
E-Mail: michaelsteinforth@yahoo.de
www.burgapotheke-unna.de



Demenz-Servicezentrum Nordrhein-Westfalen Region Dortmund

Das Demenz-Servicezentrum NRW Region Dortmund ist eines von 13 Zentren dieser Art in Nordrhein-Westfalen und Teil der Landesinitiative Demenz-Service Nordrhein-Westfalen. Alle Zentren werden vom Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen sowie den Landespflegekassen gefördert.
Ziel der Arbeit ist es, die häusliche Situation demenziell Erkrankter und der sie unterstützenden Angehörigen zu verbessern. Dazu entwickeln die Zentren wohnortnahe Informations- und Unterstützungsangebote, damit die Menschen mit einer Demenz möglichst lange in ihrem vertrauten Umfeld leben können.
Das Demenz-Servicezentrum NRW Region Dortmund ist eine Kooperation der Stadt Dortmund, Fachabteilung für Seniorenarbeit und der LWL-Klinik Dortmund, Abteilung Gerontopsychiatrie.
Zum Expertenteam gehören u.a. ein Arzt für Neurologie, Psychiatrie und Geriatrie, ein Pflegeexperte und Diplom-Pädagoge sowie eine Diplom Pädagogin.
Der Einzugsbereich umfasst neben der Stadt Dortmund den Landkreis Unna, die Stadt Hagen und den Märkischen Kreis.
Dabei arbeitet das Demenz-Servicezentrum eng mit den Trägern der Altenhilfe vor Ort zusammen.
In Kooperation mit vorhandenen Einrichtungen, Diensten und kommunalen Dienststellen initiiert das Demenz-Servicezentrum wohnortnahe Informations- Beratungs- und Schulungsangebote fördert das Demenz-Servicezentrum ehrenamtliche, nachbarschaftliche und hauptamtliche Unterstützungsideen arbeitet das Demenz-Servicezentrum an der Verbesserung der Zusammenarbeit von Hausärzten, Krankenhäusern und Pflegeheimen.
Das Dortmunder Demenz-Servicezentrum führt zudem Vorträge und spezielle Schulungen für betroffene Angehörige, Interessierte und Ehrenamtliche durch und initiiert Fortbildungen für Fachpersonal aus dem Gesundheits- und Pflegebereich.
Abgerundet wird das Angebot durch persönliche Sprechstunden. Ratsuchende erhalten Informationen über:

· **das Krankheitsbild Demenz**
· **die Diagnostik und Therapie (Früherkennung)**
· **Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige**
· **den Umgang mit Demenzkranken**

Unsere telefonische oder persönliche Beratung ist kostenfrei. Die Gespräche werden vertraulich behandelt.

Stadt Dortmund
Demenzservicezentrum NRW Region Dortmund
Kleppingstraße 26 · 44122 Dortmund
Telefon: 0231 /50- 2 56 94 · Fax: 0231 50- 2 60 16
E-Mail: demenzservicezentrum@dortmund.de
Internet: www.demenzservicezentrum.dortmund.de
Sprechzeiten: Di. 13.00 bis 17.00 Uhr ·
Do. 09.00 bis 13.00 Uhr

Gerontopsychiatrische Beratung

Dieses Beratungsangebot richtet sich an:
· demenziell erkrankte Menschen,
· psychisch beeinträchtigte Menschen
· pflegende und betreuende Angehörige
· rechtliche Betreuer
· soziales Umfeld
· Mitarbeiter der Altenhilfe

Die Gerontopsychiatrische Beratung bietet umfassende Informationen zum Krankheitsbild Demenz, zum Umgang mit psychisch kranken alten Menschen, zur Klärung und Erschließung der Pflegesituation, zur Bereitstellung und Weitervermittlung über regionale Möglichkeiten der Diagnostik. Information und Vermittlung von Entlastungsangeboten.

Ökumenische Zentrale
Iris Lehmann, Heike Messer
Schützenstr.10
58239 Schwerte
Tel. 0 23 04 / 93 93 90
Beratungszeiten:
Mo. – Fr. von 9-10 Uhr und nach Vereinbarung
Internet: www.oekumenische-zentrale.de
E-Mail: messer@oekumenische-zentrale.de

Die LWL-Tagesklinik Bergkamen und die gerontopsychiatrische Ambulanz in Dortmund

Beratung für Patienten und Angehörige
Mit der gerontopsychiatrischen Tagesklinik des LWL in Bergkamen, sowie mit der gerontopsychiatrischen Ambulanz des LWL in Dortmund können Sie bei schwerwiegenden seelischen Problemen einen Termin vereinbaren. Ein Arzt bespricht mit Ihnen und ggf. mit Ihrer Familie die aktuelle Situation und überlegt, ob eine Aufnahme in die Klinik oder eine Tages-Klinik sinnvoll wäre. Eine Tagesklinik ist eine „Klinik ohne Bett“, in die man im Krankheitsfall aufgenommen werden kann, aber zuhause übernachtet. Wir bieten Ihnen das ganze Spektrum der multiprofessionellen Behandlung und Therapie, d.h. neben der medikamentösen Einstellung auch eine spezielle Alterspsychotherapie, sowie Entspannungsverfahren, Kontakttraining u.v.m.
Wir beraten auch die Familien der Patienten, denn der tägliche Umgang mit seelisch kranken, älteren Menschen bringt viele Angehörige an die Grenzen ihrer Belastbarkeit.

LWL-Tagesklinik Bergkamen ·
Gerontopsychiatrisches Zentrum
Erich-Ollenhauer-Str. 7 · 59192 Bergkamen
Tel.: 0 23 07 / 21081 - 0

Gerontopsychiatrische Ambulanz
der LWL-Klinik Dortmund
Marsbruchstr. 179 · 44287Dortmund
Tel.: 0231 / 4503-2641

Pflege-Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz

Als Alternative zum Heimaufenthalt sind im Bundesgebiet bereits vor längerer Zeit neue Konzepte entwickelt und umgesetzt worden – Wohngemeinschaften für an Demenz erkrankte Menschen. In diesen Wohngemeinschaften, die zumeist für 8-10 Mieter konzipiert werden, hat jede Bewohnerin und jeder Bewohner sein eigenes Zimmer, das selbstverständlich wie bei einer Mietwohnung mit eigenen Möbeln ausgestattet wird. Daneben gibt es gemeinschaftlich genutzte Räume wie die Küche und einen Gemeinschaftsraum. Die Wohnungen sind barrierefrei erreichbar und ausgestattet.

Ziel der Wohngemeinschaften ist es, bei den Mietern einerseits ein Leben und Wohnen in Selbständigkeit zu fördern und zu erhalten, andererseits aber die notwendigen fachlichen Hilfen und Betreuungsmöglichkeiten, zum Beispiel durch

Pflegeleistungen, Einsatz einer Betreuungskraft in der Wohnung etc. vorzuhalten. Die Hilfeleistungen werden auf das individuelle Krankheitsbild der Mieter gemeinsam mit den Angehörigen abgestimmt. Insbesondere soll durch die Konzepte der Erhalt von Alltagskompetenzen gefördert werden, wie zum Beispiel durch das gemeinsame Kochen.

Eine aktuelle Liste von bestehenden Pflege-Wohngemeinschaften ist bei den Pflegestützpunkten des Kreises Unna erhältlich *(Adressen siehe Seite 46)*

Wegweiser Demenz

Der Pflegestützpunkt Kamen (errichtet vom Kreis Unna in Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW) hat einen „Wegweiser Demenz“ erstellt. Neben grundsätzlichen Informationen zum Krankheitsbild, Tipps zur Gestaltung der Wohnung, Hinweisen auf überregionale Anlauf- und Beratungsstellen und Literaturhinweisen enthält der Wegweiser Adressen von Pflege- und Betreuungsangeboten im Kreis Unna, die speziell für Menschen mit Demenz zugeschnitten sind.

Der Wegweiser ersetzt kein persönliches Beratungsgespräch. Dafür stehen die Mitarbeiterinnen im Pflegestützpunkt und am Infotelefon Demenz zu den bekannten Zeiten zur Verfügung. Der Wegweiser wird fortlaufend aktualisiert und ist als gedrucktes Exemplar gegen eine geringe Spende für die Materialkosten im Pflegestützpunkt Kamen *(siehe Seite 46)* erhältlich. Er ist auch im Internet auf den Seiten des Kreises Unna (www.kreis-unna.de) im Bereich „Gesundheit und Soziales“ unter dem Stichwort Senioren/Sozialplanung zu finden).

Infotelefon Demenz im Pflegestützpunkt Kamen

Eine Demenz- oder Alzheimererkrankung verändert das Leben der Erkrankten und auch ihrer Angehörigen. Menschen mit Demenz benötigen mehr Hilfe im Alltag, im Laufe der Erkrankung verändern sie sich in ihrer Persönlichkeit. Sowohl die Erkrankten als auch ihr persönliches Umfeld, insbesondere Freunde und Angehörige, fühlen sich dadurch verunsichert und wünschen sich Beratung und Unterstützung. Beim Infotelefon erhalten Angehörige, Erkrankte und Interessierte Informationen und individuelle Beratung z. B. zu folgenden Fragen:

· Wie äußert sich eine demenzielle Erkrankung?
· An wen wende ich mich zwecks Diagnose und Behandlung?
· Welche Angebote an Pflege und Betreuung gibt es in meiner Nähe?
· Welche finanziellen Hilfen bietet die Pflegeversicherung?
· Wo erhalten Angehörige Entlastung?

Das Infotelefon Demenz ist ein kreisweites Angebot des Kreises Unna in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale NRW.

Zu erreichen ist es unter Tel. 02307 / 28 99 062 zu folgenden Zeiten: montags – freitags 9 – 12.30 Uhr, zusätzlich donnerstags 14 – 17 Uhr.

Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz

Viele Angehörige wünschen sich ein verlässliches Betreuungsangebot für Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind. Schon regelmäßig ein freier Vormittag pro Woche zum Einkaufen, für den Frisörbesuch oder einfach zum Ausruhen kann für pflegende Angehörige eine echte Entlastung darstellen.
Je nach Wunsch und Bedarf betreuen geschulte Kräfte den Erkrankten stundenweise im eigenen Haushalt, aber auch die Teilnahme an einem Gruppenangebot in einer speziellen Einrichtungen ist möglich.
Die Kosten der folgenden Angebote können im Rahmen des Budgets für zusätzliche Betreuungsleistungen von der Pflegekasse erstattet werden: bis zu 100 Euro pro Monat bei erheblicher Einschränkung der Alltagskompetenz, bis zu 200 Euro, wenn die Alltagskompetenz in erhöhtem Maße eingeschränkt ist.

Individuelle stundenweise Betreuung in der häuslichen Umgebung

AWO-Sozialstation für Unna, Holzwickede und Fröndenberg
Kontakt über: AWO Kreisverband Unna · Unnaer Str. 29 a · 59174 Kamen · Telefon: 0800 / 48 00 060
Kosten: 20 EUR pro Std. (durch ehrenamtliche Helfer)

Ambulantes Pflegeteam Unna
Pappelweg 50 · 59423 Unna · Telefon: 02303 / 87 00 21
Kosten: auf Anfrage

Caritas-Sozialstation
Höingstr. 5-7 · 59425 Unna · Telefon: 02303 / 2 51 35–17
Kosten: 28 EUR pro Std.

Diakonie Ruhr-Hellweg
Hellweg 31-33 · 59423 Unna
Ansprechpartner: Herr Laible, Telefon: 02303 / 250 24 522
Kosten: 9,50 EUR pro Std.
Die Betreuung erfolgt durch geschulte ehrenamtliche MitarbeiterInnen.

Mobile Alten- und Krankenpflege
Käthe-Kollwitz-Ring 44
59423 Unna
Telefon: 02303 / 2 32 54
Kosten: 20 EUR pro Std.
Betreuung durch Fachkraft: 35 EUR pro Std.

Pflegedienst Busch
Käthe-Kollwitz-Ring 30a
59423 Unna
Telefon: 02303 / 77 24 70
Kosten: 13,50 EUR pro Std.

Die mobile Krankenschwester Elke Korten
Schütterweg 5
59423 Unna
Telefon: 02303 / 8 27 79
Kosten: 17 EUR pro Std.

Pflegebüro Pflug
Afferder Weg 181
59425 Unna
Telefon: 02303 / 2 32 54
Kosten: 18 EUR pro Std.

Pro Sanitate
Gesundheitsdienste Kreis Unna
Hertinger Str. 14
59423 Unna
Telefon: 02303 / 94 30 00
Kosten: 14,80 EUR pro Std.

Betreuungsangebote in Gruppen
AWO-Tagespflege Unna
Vinckestr. 47
59423 Unna
Telefon: 02303 / 2 26 06
Ansprechpartnerin: Frau Pulvermacher
Zeit: Montag bis Freitag stundenweise (3-4 Stunden)
Betreuung durch MitarbeiterInnen der Tagespflege
Kosten: 20 EUR zzgl. 3 EUR für Verbrauchsmaterial

Betreutes Wohnen für Menschen mit psychischen Behinderungen Individuelle Schwerbehindertenbetreuung

Tagesstätte und Betreutes Wohnen AWO
Ralf Purat · Vinckestr. 47 · 59423 Unna
Te. 0 23 03 / 30 34 30
www.awo-un.de
E-Mail:rapura@awoubunna.de

Wohnen, Tages- und Kurzzeitpflege
LWL-Pflegezentrum Dortmund
„Am Apfelbach“
im LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen

Das Angebot ist zugeschnitten auf
· geistig behinderte Erwachsene
· Menschen mit einer langjährigen psychischen Erkrankung
· demenziell Erkrankte mit einem hohen Bewegungsdrang
· Suchtkranke.

LWL-Pflegezentrum Dortmund
Allerstraße 24 · 44287 Dortmund
Tel: 0231 / 45 03 - 01
E-Mail: lwl-pflegezentrum-dortmund@wkp-lwl.org
Internet: www.lwl-pflegezentrum-dortmund.de

Palliativzentrum am Katharinen-Hospital Unna

Im Palliativzentrum am Katharinen-Hospital in Unna werden Patienten betreut, die von einer nicht heilbaren, fortgeschrittenen Erkrankung betroffen sind. Im Vordergrund der Betreuung steht der Erhalt einer möglichst hohen Lebensqualität für die verbleibende, oft stark begrenzte Lebenszeit der Patienten.
In der Palliativmedizin wird insbesondere die Linderung von Schmerzen und anderer belastender Symptome angestrebt.
Die Patienten des Palliativzentrums werden dazu umfassend von einem multiprofessionellen Team betreut. Im Palliativzentrum werden verschiedene Möglichkeiten der Betreuung angeboten:

Die stationäre Betreuung auf der Palliativstation.

Das Team der Palliativstation besteht aus Gesundheits-und Krankenpflegepersonal mit spezieller fachlicher Weiterbildung und einem Palliativmediziner. Des weiteren gehören zum multiprofessionellen Team eine Fachkraft für Pflegeüberleitung, die sich um die Organisation einer Entlassung kümmert, eine Psychologin, ein Physiotherapeut, eine Seelsorgerin und ehrenamtliche Mitarbeiter.
Ziel ist es, die Lebensqualität unserer Patienten zu verbessern. Um das zu erreichen, wird die Pflege und Therapie den individuellen Bedürfnissen unserer Patienten angepasst. Ressourcen und Wünsche der Patienten werden ermittelt und gefördert und der Patient in seiner Autonomie wahrgenommen. Die Palliativstation arbeitet im Sinne einer fachübergreifenden Therapie mit den anderen medizinischen Abteilungen des Katharinen-Hospitals und deren Fachärzten zusammen.
Die Palliativstation verfügt über 7 wohnlich eingerichtete Einzelzimmer, Küche, Wohnzimmer und Wintergarten. Außerdem steht für Angehörige ein Gästezimmer zur Verfügung.
Die Palliativstation ist jederzeit unter Tel. 02303 100-3800 zu erreichen.

Die ambulante Betreuung durch den palliativmedizinischen Konsiliardienst PKD Unna, die Palliativtagesklinik am Katharinen-Hospital und die palliativmedizinische Sprechstunde.

Das Anliegen des PKD ist es, den Wunsch des Patienten und der Angehörigen zu verwirklichen, den letzten Teil seines Lebens zu Hause im Kreis der Familie zu verbringen.
Der PKD ist eine Struktur, in der Palliativmediziner tätig sind, das sind palliativmedizinisch erfahrene, niedergelassene Ärzte im Kreis Unna. Zum Team gehören auch Gesundheits-und Krankenpflegern/innen mit palliativ-pflegerischer Ausbildung und Erfahrung, sowie spezieller Fortbildung in der Sterbe- und Trauerbegleitung, Kinästhetik, basale Stimulation, Aromatherapie u.a.
Sie agieren hier als Koordinatoren und als Schnittstelle zwischen dem ambulanten Team, das den Patienten zu Hause betreut, den Hausärzten und der Palliativstation am Krankenhaus.
Der PKD ist tagsüber von 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr zu erreichen. Ab 16.00 Uhr und am Wochenende übernimmt die Palliativstation die Rufbereitschaft. Über die Rufbereitschaft kann der zuständige PKD-Arzt im Bereitschaftsdienst informiert werden.

LWL-Pflegezentrum Dortmund - *Am Apfelbach*

im LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen

Unsere Bewohner leben in hell gestalteten und gemütlich eingerichteten kleinen Hausgemeinschaften zusammen. Jede Hausgemeinschaft kann mit unserer multiprofessionellen Unterstützung ihren Alltag selbst gestalten und z.B. gemeinsam Mahlzeiten zubereiten. Unser Angebot ist zugeschnitten auf Menschen mit hohem psychosozialem Hilfebedarf und daher für

- Menschen mit einer langjährigen psychischen Erkrankung
- geistig behinderte Erwachsene
- demenziell Erkrankte (z.B. mit einem hohen Bewegungsdrang)
- Suchtkranke.

Auch Gäste, die zur Tages- oder Kurzzeitpflege kommen, begrüßen wir gerne!!!

Und so erreichen Sie uns:

LWL-Pflegezentrum Dortmund - *Am Apfelbach*
im LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen

Postfach 410345

Hausanschrift:
Allerstraße 24, 44287 Dortmund
Tel.: 0231 / 45 03-01
E-Mail: lwl-pflegezentrum-dortmund@wkp-lwl.org
Web: www.lwl-pflegezentrum-dortmund.de

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

Das Team arbeitet eng mit der Palliativstation, den Palliativmedizinern, der Schmerzambulanz, der onkologischen Abteilung, den Fachärzten aller Abteilungen des Katharinen-Hospitals und den zuständigen Hausärzten zusammen.
Eine palliativmedizinische Sprechstunde findet nach Vereinbarung statt.
Ansprechpartner: Heidrun Fröhlich (Koordinatorin)
Stefan Schröer (Koordinator)
Tel. 0 23 03 / 100-3803 (werktags von 8.00-16.00 Uhr)

Gesprächskreise für pflegende Angehörige

Diese Kreise bieten die Möglichkeit, sich unter Leitung einer erfahrenen Fachkraft untereinander auszutauschen und Wege zur Bewältigung des "Pflegealltags" zu entwickeln. Die Teilnahme ist für jedermann frei. Wenden Sie sich an:

Diakoniestation EK Unna ambulant
Heidrun Herchenröder · Holbeinstr. 10 a ·59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 98 60 40
E-Mail:hherchenroeder@diakonie-ruhr-hellweg.de

Ambulanter Pflegedienst "Mobilé"
Angelika Bergmeier · Tel. 01726055743
jeden 1. Mo. im Monat im Melanchton-Haus der Friedensgemeinde Massen

Alzheimer Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige
Pflegende Angehörige sind in vielfacher Weise von einer Demenzerkrankung mitbetroffen. Niemand kann und muss diese schweren Aufgaben auf Dauer und ganz alleine erfüllen. Oft fehlt es in solchen Situationen an Gesprächspartnern. In der Alzheimer Selbsthilfegruppe Unna besteht die Möglichkeit, sich gegenseitig auszutauschen, einander zu stützen oder einfach nur miteinander zu reden.

Haus Gadum
Gadumer Str. 9 · 59425 Unna-Königsborn
Leitung: Erika Skalski · Tel. 0 23 03 / 92 07 01
Jeden 1. Do. im Monat ab 17.30 Uhr

Todesfall

Die persönliche Trauer macht es schwer genug, bei einem Todesfall klare Gedanken über alle zu erledigenden Formalitäten zu fassen. 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
· Todesanzeige aufgeben, Kündigung laufender Verträge, ggf. Benachrichtigung von Vereinen, Verbänden und Organisationen, denen die verstorbene Person angehört hat.

Sie können natürlich auch ein **Bestattungsinstitut** mit den zuvor genannten Formalitäten komplett beauftragen.

Weitere Informationen zu allen Bestattungsfragen enthält der **Ratgeber "Was tun, wenn jemand stirbt?"** der Verbraucher-Zentrale. Er ist für Selbstabholer für 7,80 Euro in allen Beratungsstellen, u.a. im **Umweltberatungsbüro im Unnaer Rathaus** · Rathausplatz 1 · 59423 Unna, Öffnungszeiten Mo-Fr. 8.00 – 12.00 Uhr, erhältlich.

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, Versicherungspolicen, Sparbücher oder auch ein Testament.

Patientenschutztelefon

Das bundesweite Patientenschutztelefon bietet unter der Nummer 0231 / 7380730 folgende Service-Leistungen an:

· Anschriften von Hospizdiensten
· Informationen zur Patientenverfügung
· Versand von Infomaterial zur Hospizarbeit
· Anschriften von Schmerztherapeuten
· Persönliche Information und Krisenintervention

Weitere Informationen:

Deutsche Patientenschutzorganisation
Europaplatz 7 · 44269 Dortmund
Tel. 0231 / 73 80 73-0
Internet: www.patientenschutzorganisation.de

Sterbebegleitung

Damit Menschen in ihren letzten Tagen nicht allein sein müssen, sondern liebevoll begleitet werden, haben sich Vereinigungen gebildet, die die Sterbenden zu Hause, im Krankenhaus oder auch in eigenen Häusern (Hospizen) betreuen.

Für Informationen wenden Sie sich an:

Ambulanter Hospizdienst Unna
OMEGA – mit dem Sterben leben e.V.
Klaus Koppenberg
Morgenstr. 80
59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 25 51 47 oder 0170 / 9341303
www.hospize-unna-kamen.de

Trauergesprächskreise

Trauergesprächskreis Bönen-Hamm-Unna

Die Trauer um einen geliebten Menschen kann Menschen vereinsamen lassen, sie isolieren, lähmen, ihnen jede Energie rauben, Schuldgefühle auslösen, Ängste, Schlaflosigkeit bis hin zu Depressionen und großer Mutlosigkeit bewirken. Im Gespräch und im Austausch mit anderen können Trauernde sich gegenseitig stützen, Mut machen, trösten und helfen. Solche Gesprächskreise gibt es seit dem Frühjahr 2000 in der Altentagesstätte der Gemeinde Bönen in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule. Die Gesprächskreise sind offen und kostenlos für alle Trauernden. So finden jeweils in der Regel am 2. Montag im Monat der Lebensgesprächskreis "Lust am Leben" von 18.00 - 20.00 Uhr sowie an dem darauf folgenden Donnerstag der Trauergesprächskreis von 18.00 - 20.00 Uhr in der Altentagesstätte der Gemeinde Bönen statt.
Ansprechpartner:
Trauergesprächskreis:
Martin Schulte und Ulrich Kamp · Tel. 0 23 03 / 77 03 61
Lebensgesprächskreis:
Frau Christel Schulte Tel. 0 23 83 / 911 7 333

Teilstationäres und stationäres Leben und Wohnen

Tagespflege

Die Tagespflege ist eine Einrichtung für Menschen, die tagsüber Hilfe und Betreuung benötigen, aber in ihrer eigenen Wohnung bleiben möchten. Von Montag bis Freitag wird in der Einrichtung jeweils der gesamte Tagesablauf vom Frühstück bis zum Kaffeetrinken am Nachmittag angeboten. Dazu gehören auch medizinisch-pflegerische Betreuung, Körperpflege, Gruppenaktivitäten, Veranstaltungen und Ausflüge.
Hol– und Bringdienste sorgen für sichere und bequeme Wege. Ein Umzug in ein Heim kann so oft vermieden oder hinausgezögert werden und Angehörige werden entlastet.

Informieren Sie sich am besten vor Ort, nehmen Sie kostenlose "Schnuppertage" in Anspruch und lassen Sie sich über die Finanzierung beraten. Ein wichtiger Hinweis: Pflegende Angehörige sind nicht unterhaltspflichtig und müssen nicht befürchten, ggfls. vom Sozialamt Rückforderungen zu erhalten.

AWO Tagespflege
Vinckestr. 47 · 59423 Unna · Roswita Pulvermacher
Tel. 0 23 03 / 22 606 · Fax: 0 23 03 / 22 981
Internet: www.awo-un.de
E-Mail: ropulv@awoubunna.de

Tagespflege „Haus Gadum"
Gadumer Str. 9-11 · 59425 Unna · Martin Reininghaus
Tel. 0 23 03 / 77 70 · Fax: 0 23 03 / 77 75 55
Internet: www.haus-gadum.de
E-Mail: haus-gadum@unitybox.de

Begegnungstreff Busch
„Verkürzte Tagespflege von 11-16 Uhr"
Dahlienstr. 10 -12 · 59425 Unna ·Pflegedienst Busch
Tel. 0 23 03 / 77 24 70
Internet: www.pflegedienst-busch.com
nowak@pflegedienst-busch.com

Armonat
Bestattungen
Inh. Frank Armonat

* Erd-, Feuer- und Seebestattungen
* Überführungen im In- und Ausland
* Erledigung aller Formalitäten
* Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten
* Eigener Trauerdruck
* Eigener Abschiednahmeraum

24-Stunden-Sammelruf:
02307 - 280505

Bestattungshaus Göttker
Robert-Koch-Straße 71
59174 Kamen

Bestattungen Grundmann
Husener Straße 80
44319 Dortmund

Bestattungen Armonat
Friedrich-Ebert-Straße 106
59425 Unna

www.armonat.de

Kurzzeitpflege

Aus vielen Gründen kann es einmal erforderlich oder wünschenswert sein, pflegebedürftige Menschen für begrenzte Zeit anderweitig unterzubringen. Sei es nach einem Krankenhausaufenthalt zur vollständigen Genesung oder während des Urlaubs von Angehörigen. Die Kosten der Kurzzeitpflege werden in vielen Fällen von der Pflegekasse übernommen.

Kurzzeitpflegestation des Caritasverbandes für den Kreis Unna
St. Vinzenz Kurzzeitpflege
Mühlenstr. 7 / Mozartstr. · 59423 Unna
Tel. 0 23 03 / 25 45 00
Heim- und Pflegleitung: Heike Mace
Tel. 0 23 03 / 25 450 - 710
Aufnahme und Beratung: Paulo Dias
Tel. 0 23 03 / 25 450 - 611 · Fax: 0 23 03 / 25 450 - 699
Internet: www.caritas-unna.de
E-Mail: vinzenz@caritas-unna.de

Alle in der nächsten Rubrik aufgeführten **Senioren-/ Altenpflegeheime** in der Kreisstadt Unna bieten auch Kurzzeitpflege in ihren Häusern an. Erkundigen Sie sich bitte auch dort.

Senioren-/ Altenpflegeheime

Wird trotz aller Hilfestellungen doch eine Heimaufnahme notwendig oder wünschenswert, stehen Ihnen in Unna verschiedene Senioren- und Pflegeheime zur Auswahl:

AWO-Seniorenzentrum Marie-Juchacz
Nordring 37 · 59423 Unna
Michael Haustein · Tel. 0 23 03 / 20 70
Internet: www.awo-ww.de/seniorenzentren/sz_un_un.htm
E-Mail: sz-unna@awo-ww.de

Wohn- und Pflegeheim St. Bonifatius
Mühlenstr. 7 · 59423 Unna · Burkhard Keseberg
Tel. 0 23 03 / 25 69 40· Fax: 0 23 03 / 25 69 45 9
Internet: www.boniunna.de · E-Mail: info@boniunna.de

Seniorenpflegeheim Haus Renate
Türkenstr. 2a · 59427 Unna · Dorothea Tölke
Tel. 0 23 03 / 87 05 90 · Fax: 0 23 03 / 87 05 91
Internet: www.toelke-web.de

Senioren-Pflegeheim Obermassen
Untere Roonstr. 2· 59427 Unna · Elke und Alice Kurpas
Tel. 0 23 03 / 98 63 00 · Fax: 0 23 03 / 98 63 020
Internet: www.spho.de
E-Mail: Info@spho.de

Haus Husemann
Untere Husemannstr. 34-36 · 59425 Unna
Stefan Spies
Tel. 0 23 03 / 28 50 · Fax: 0 23 03 / 28 51 61
Internet: www.haus-husemann.de
E-Mail: pflege@haus-husemann.de

Seniorenzentrum "Haus Gadum"
Gadumer Str.9 · 59425 Unna · Martin Reininghaus
Tel. 0 23 03 / 77 70 · Fax: 0 23 03 / 77 75 55
Internet: www.haus-gadum.de
E-Mail: haus-gadum@unitybox.de

Agaplesion Bethesda Seniorenzentrum Unna "Haus Kissenkamp"
Hammer Str. 102 k· 59425 Unna · Holger Bursian
Tel. 0 23 03 / 77 87 70 · Fax: 0 23 03 / 77 87 80
Internet: www.bethesda-unna.de
E-Mail: seniorenzentrum@bethesda-unna.de

Die Wohnbedingungen, Leistungen und Pflegesätze in den einzelnen Häusern können unterschiedlich sein. Erkundigen Sie sich vor Ort. Zur Finanzierung durch Pflegeversicherung, Pflegewohngeld und Sozialhilfe erhalten Sie dort ebenfalls Auskunft. Detaillierte Angaben finden Sie auf den Internetseiten des Kreises Unna (www.kreis-unna.de) im Bereich „Gesundheit und Soziales" unter dem Stichwort Senioren/ Sozialplanung.

Heimaufsicht

Die Grundlage für die Arbeit der Heimaufsicht ist das Wohn- und Teilhabegesetz (WTG) und die dazu ergangenen Durchführungsverordnungen. Diese gesetzlichen Vorschriften dienen dem Schutz der Bewohnerinnen und Bewohner von Einrichtungen. Danach hat die Heimaufsicht ihre Interessen und Bedürfnisse vor Beeinträchtigungen zu schützen. Die Heimaufsicht ist zuständig für alle Betreuungseinrichtungen im Kreis Unna, die ältere Menschen sowie pflegebedürftige oder behinderte Volljährige aufnehmen. Dazu gehören Alten- und Pflegeheime (unabhängig von Trägerschaften und Platzzahl), Kurzzeitpflegeheime, Pflegeheime für Behinderte. Die Heimaufsicht hat im wesentlichen zwei Aufgabenbereiche:

· **Beratung und Information**
· **Aufsicht und Überwachung**

Fragen, Anregungen und Beschwerden nimmt die Heimaufsicht entgegen und verfolgt sie.

Kreisverwaltung Unna
Fachbereich Arbeit und Soziales im Kreishaus
Friedrich-Ebert-Str. 17 · 59425 Unna

Ihre Ansprechpartner:

Hartmut Dahlhaus
Für die Bereiche Bergkamen, Schwerte, Selm, Werne
Behinderteneinrichtung in Lünen
Tel. 0 23 03 / 27 24 50
E-Mail: hartmut.dahlhaus@kreis-unna.de

Heidi Kopelke
Für die Bereiche Fröndenberg, Lünen
Tel. 0 23 03 / 27 32 50
E-Mail: heidi.kopelke@kreis-unna.de

Annette Schlüter
Für die Bereiche Bönen, Holzwickede, Kamen, Unna
Tel. 0 23 03 / 27 33 50
E-Mail: annette.schlueter@kreis-unna.de

Pflegeversicherung / neutrale Pflegeberatung

Die Pflegeversicherung wurde geschaffen, um das Risiko der Pflegebedürftigkeit abzusichern. Träger der Pflegeversicherung sind die Pflegekassen, die bei den Krankenkassen angesiedelt sind. Es werden hier drei Stufen von Pflegebedürftigkeit unterschieden:

I. Erhebliche Pflegebedürftigkeit
Personen, die bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität für wenigstens zwei Verrichtungen aus einem oder mehreren Bereichen mindestens einmal täglich der Hilfe bedürfen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfen bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen.

II. Schwerpflegebedürftigkeit
Personen, die bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität mindestens dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten der Hilfe bedürfen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfen bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen.

III. Schwerstpflegebedürftigkeit
Personen, die bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität täglich rund um die Uhr, auch nachts, der Hilfe bedürfen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfen bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen.

Um Leistungen aus der Pflegeversicherung zu erhalten, muss ein Antrag an die Pflegekasse gestellt werden. Sie erhalten bei Ihrer Pflegekasse u.a. Auskunft über:
· die verschiedenen Leistungen der Pflegeversicherung
· Adressen von Pflegeanbietern in Ihrer Nähe
· Pflegehilfsmittel

Mit der Reform der Pflegeversicherung sind seit Juli 2008 verschiedene Verbesserungen für pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige in Kraft getreten.

Unter anderem wurden die Beträge des Pflegegeldes und der Sachleistung, sowie der Kurzzeitpflege und der Verhinderungspflege angehoben. Weitere Anhebungen erfolgen zum 01.01.2012. Leistungen zur Tagespflege können in größerem Umfang als bisher in Anspruch genommen werden und auch die zusätzlichen Betreuungsleistungen, z. B. für Menschen mit Demenz, wurden spürbar ausgeweitet.

Berufstätige pflegende Angehörige haben nun die Möglichkeit, sich zur Organisation der Pflege kurzfristig freistellen zu lassen oder darüber hinaus eine bis zu sechsmonatige Pflegezeit in Anspruch zu nehmen. Seit Januar 2009 haben pflegebedürftige Menschen einen Anspruch auf eine Einzellfallhilfe durch die Pflegekasse.

Zu diesen und weiteren Änderungen der Leistungen im Detail können sich Bürgerinnen und Bürger bei den Pflegestützpunkten im Kreis Unna beraten lassen.

Praxis für Physiotherapie
Dr. rer. nat. Gerhard Schwabe
Physiotherapeut / Manualtherapeut
Kiefergelenktherapie
Krankengymnastik
Schlaganfall - Rehabilitation nach Bobath
www.gschwabe.de
geb.schwabe@gmx.de
Ostring 37 • 59423 Unna • Tel. (02303) 2 19 01

Die wichtigsten Leistungen der Pflegeversicherung ab 01.01.2010

Stand: 01/2010	Pflegestufe I		Pflegestufe II		Pflegestufe III	
Pflegegeld § 37	225 €		430 €		685 €	
Pflegesachleistung § 36	440 €		1.040 €		1.510 € / 1.918 € (Härtefall)	
Kombinationsleistung § 38	prozentuale Verteilung z.B.:					
	Sachl. 220 € (50 %)	Pflegegeld 112,50 € (50 %)	Sachl. 416 € (40 %)	Pflegegeld 258 € (60 %)	Sachl. 1.057 € (70 %)	Pflegegeld 205,50 € (30 %)
Tagespflege § 41	440 €		1.040 €		1.510 €	
Verhinderungspflege § 39	bis zu 1.510 € pro Jahr, höchstens 28 Tage pro Jahr (Vorpflegezeit: 6 Monate)					
Kurzzeitpflege § 42	bis zu 1.510 € pro Jahr, höchstens 28 Tage pro Jahr					
zusätzliche Betreuungsleistung, § 45a, 45b	Grundbetrag: bis zu 100 € monatlich; erhöhter Betrag: bis zu 200 € monatlich					
stationäre Pflege § 43	1.023 €		1.279 €		1.510 € / 1.825 € (Härtefall)	
Pflegehilfsmittel § 40	technische Pflegehilfsmittel: vorrangig leihweise Verbrauchsmittel (z.B. Betteinlagen): 31 € pro Monat Wohnumfeldverbesserung: bis 2.557 € je Maßnahme					
Soziale Sicherung der Pflegeperson § 44	Für Pflegepersonen werden Beiträge in die Rentenversicherung eingezahlt, wenn: · die Pflegeperson mind. 2 Stunden täglich pflegt · die Pflegeperson nicht mehr als 30 Std./Woche erwerbstätig ist · die Pflegeperson selbst noch keine Altersrente erhält Die Höhe der Rentenbeiträge ist gestaffelt nach dem zeitlichen Umfang der Pflegetätigkeit und nach der Pflegestufe.					

Weitere Informationen erhalten Sie in den **Pflegestützpunkten im Kreis Unna**.

Pflegestützpunkte im Kreis Unna
(Neutrale Pflegeberatung)
Ratgeber und Wegweiser bei Pflegebedürftigkeit

Pflegefall – was tun? Dem Grundbedürfnis der meisten Menschen entspricht es, so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden zu führen. Bei eintretender Pflegebedürftigkeit stößt die eigene Kraft oder die Hilfe durch pflegende Angehörige jedoch schnell an ihre Grenzen. Eine professionelle Information und Beratung zu allen Fragen rund um die Pflege kann dann Unterstützung bieten.

Für alle Ratsuchenden sind ab Beginn des Jahres 2010 die drei Pflegestützpunkte im Kreis Unna die zentralen Anlaufstellen. Sie bilden das gemeinsame Dach von Pflege- und Krankenkassen sowie Sozialhilfeträgern für die Beratung aus einer Hand.

Ratsuchende erhalten hier u. a.:
· Informationen zu sozialrechtlichen Leistungen und Fragestellungen
· Hilfe bei der Wahl eines geeigneten Pflege- und Unterstützungsangebotes
· Hilfe bei der Antragstellung
· schriftliches Informationsmaterial rund um das Thema Pflege

Die Beratung in den Pflegestützpunkten ist kostenfrei und wettbewerbsneutral. Sie steht allen Ratsuchenden offen, unabhängig davon, bei welcher Kasse sie versichert sind. Jeder Bürger kann sich an den Pflegestützpunkt seiner Wahl wenden.

Pflegestützpunkte im Kreis Unna:

Pflegestützpunkt Kamen (errichtet vom Kreis Unna in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale NRW)
Bahnhofstraße 26, ab voraussichtlich Mai 2011: Nordenmauer 18 · 59174 Kamen
E-Mail: psp.kamen@kreis-unna.de
Tel: 0 23 07 / 28 99 060 · Fax: 0 23 07 / 28 99 066
Öffnungszeiten: Mo-Fr. 09.00 – 12.30 Uhr
Do. 14.00 – 17.00 Uhr

Pflegestützpunkt Lünen
(errichtet von der Knappschaft im Haus der Knappschaft)
Arndtstraße 4 · 44534 Lünen
E-Mail: luenen@kbs.de
Tel: 0 23 06 / 7003-91 oder -92 · Fax: 0 23 06 / 7003-93
Öffnungszeiten:
Mo.-Mi. 07.30 – 16.00 Uhr · Do. 07.30 – 17.00 Uhr
Fr. 07.30 – 13.00 Uhr

Pflegestützpunkt Unna
(errichtet von der AOK Westfalen-Lippe im Haus der AOK)
Märkische Straße 2 · 59423 Unna
E-Mail: katharina.engel@nwl.aok.de
Tel: 0 23 03 / 201-135 · Fax: 0 23 03 / 201-247
Öffnungszeiten: Mo.-Mi. 07.30 – 16.00 Uhr ·
Do. 07.30 – 17.00 Uhr · Fr. 07.30 – 13.00 Uhr

Private Pflegeberatung

COMPASS Private Pflegeberatung GmbH
Gustav-Heinemann-Ufer 74 c · 50968 Köln
Servicenummer 0800 101 88 00 (bundesweit gebührenfrei)
Internet: www.compass-pflegeberatung.de
E-Mail: info@compass-pflegeberatung.de

Die COMPASS Private Pflegeberatung GmbH, ein Tochterunternehmen des Verbandes der Privaten Krankenversicherung, bietet – kostenfrei und unabhängig – Pflegeberatung auf zwei Wegen für privat Pflegeversicherte:
· Die telefonische Pflegeberatung steht allen Ratsuchenden offen und ist unter der gebührenfreien Sevicenummer 0800 101 88 00 bundesweit zu erreichen.
· Auf Wunsche vermitteln Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine Pflegeberatung vor Ort.
Die aufsuchende Pflegeberatung reicht von einem einmaligen Gespräch bis hin zu einer umfassenden Begleitung.

Interessenvertretungen für Senioren

Kreisseniorenkonferenz

Der Kreisseniorenkonferenz gehören ältere Menschen an, die beim jeweils letzten Kreisseniorentag als Vertreter von im Kreis Unna tätigen Seniorenorganisationen und Selbsthilfegruppen benannt wurden. Diesen Angeboten für den kreisweiten Informations- und Erfahrungsaustausch ist durch den Kreistag in Form der Kreisseniorenkonferenz eine eigene Struktur gegeben worden, d.h. der Kontakt zwischen den einzelnen Seniorengruppen wurde gestärkt sowie älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern gleichzeitig ein kreisweites „Sprachrohr“ gegeben. Voraussetzung für die Mitgliedschaft ist ein Alter von mehr als 55 Jahren und der berufliche Ruhestand. Die Delegierten sollen jeweils aktiv in mindestens einer Seniorengruppierung mitarbeiten, wie etwa bei einem Wohlfahrtsverband oder in einem Seniorenarbeitskreis. Sie haben eine wichtige Funktion als Multiplikatorin oder Multiplikator. Die Arbeit der im Kreis Unna tätigen zur Zeit rund 385 Seniorenorganisationen und etwa 100 seniorenrelevante Selbsthilfegruppen wird durch die Kreisseniorenkonferenz nicht ersetzt, sondern vielmehr ergänzt. Unterstützt wird sie durch die auch als Geschäftsstelle fungierende Koordinierungsstelle Altenarbeit.

Die Ziele und Aufgaben der Kreisseniorenkonferenz sind
· Stärkung der Seniorenbeteiligung und des Ehrenamtes kreisweit
· Beteiligung bei seniorenrelevanten Tätigkeitsfeldern des Kreises (z.B. Gesundheit, Pflege, Wohnen, ÖPNV)
· Mitwirkung bei der Umsetzung konkreter Projekte und Initiierung von Arbeitsfeldern
· Beratung des Kreises bezüglich der Altenarbeit
· Mitwirkung beim Kreisseniorentag
· Regelmäßige Treffen
· Erfahrungsaustausch
· Öffentlichkeitsarbeit

Hans Zakel · Tel.0 23 03 / 27-22 50 · Fax 0 23 03 / 27-35 50 · E-Mail: hans.zakel@kreis-unna.de

Jochen Preising · Tel 0 23 03 / 27-13 50 · Fax 0 23 03 / 27-35 50 · E-Mail: jochen.preising@kreis-unna.de

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen BAGSO

Wer ist die BAGSO?
Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) e.V. tritt als Interessenvertretung der älteren Generationen in Deutschland vor allem dafür ein, dass jedem Menschen ein selbstbestimmtes Leben im Alter möglich ist und die dafür notwendigen Rahmenbedingungen geschaffen werden. Sie setzt sich dafür ein, dass auch alte Menschen die Chance haben, sich aktiv am gesellschaftlichen Leben zu beteiligen und sich das im öffentlichen Meinungsbild über „die Alten“ widerspiegelt.

Ihre Ziele sind:
· das Bild und die Stellung älterer Menschen in Gesellschaft und Familie zu verbessern,
· ein selbst bestimmtes Leben im Alter zu ermöglichen,
· Ältere darin zu bestärken, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen,
· das solidarische Miteinander und den Dialog der Generationen voranzubringen,
· die Gesunderhaltung zu fördern, Behinderungen auszugleichen und die pflegerische Versorgung zu verbessern sowie
· die Interessen älterer Verbraucher zu stärken.

Unter dem Dach der BAGSO arbeiten zurzeit (März 2011) 104 Verbände, Organisationen und Initiativen der freien Altenarbeit zusammen. Über ihre Mitglieder vertritt die BAGSO etwa 13 Millionen ältere Menschen in Deutschland.

Die vielschichtigen Interessen der älteren Generationen können von den einzelnen Mitgliedsorganisationen der BAGSO oft nur in spezifischen, sie betreffenden Teilgebieten aufgegriffen werden. Die Bundesarbeitsgemeinschaft versteht sich daher als Forum verschiedener Ansätze der Arbeit mit älteren Menschen. Sie macht die gemeinsamen Anliegen in der Öffentlichkeit bekannt und vertritt sie gegenüber den politisch Verantwortlichen, um so in der Altenarbeit und Altenpolitik auf allen Ebenen beratend und verbessernd zu wirken.

Die BAGSO vergibt ihre Verbraucherempfehlung seit 2007 an Sparkassen und Volksbanken. Auch die Sparkasse Unna ist seit 2008 ausgezeichnet.

Dieses Gütesiegel soll älteren Kunden Orientierung geben und weist auf gute Beratung und Service vor Ort hin. Basis für die Verbraucherempfehlung „Banken und Sparkassen – BAGSO empfohlen“ ist eine Untersuchung, bei der rund 1.600 ältere Menschen zu ihren Erwartungen und Erfahrungen mit ihrer Bank oder Sparkasse befragt wurden. Die Ergebnisse waren Ausgangspunkt für die Formulierung der Qualitätskriterien, die gemeinsam mit BAGSO-Verbänden entwickelt wurden. Die BAGSO Verbraucherempfehlung ist ein Weg zur Stärkung der Interessen der 50plus Kunden.

Karşılıksız Sorular

Yaşlanmaya yönelik oluşan, Belirli Yaşta evde Yaşamak, Yardım ve Bakım, Bakım Parası gibi konulardaki Sorular için, Sizlere özel ve gönüllü Danışmanlarımız yardımcı olacaktır.
Bir Yardım veya Bilgi arıyorsanız, ama tam olarak kime danışacağınızı bilmiyorsanız, ulaşabileceğiniz yer:

il ve ilçe Unna'da ki Genel Konular

Unna ilçesi Yaşlılar temsilcisi
Dorothee Glaremin
Belediye Ofisi, Rathausplatz 1, 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 103-515
Yaşlılar Derneği „Fässchen"
Danışma Saatleri:
Salı ve Perşembe 10.00 – 12.00 arası
Hertinger Str. 12 · 59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 25 69 03 · Fax 0 23 03 / 25 69 05
Internet: www.unna.de
E-Mail: dorothee.glaremin@stadt-unna.de

Belediyedeki Vatandaş ofisindeki Vatandaş Konuları
Burada idari prosedürlere yönelik yardım ve tavsiye bulabilirsiniz. Özel veya telefonla sormak istediğiniz Sorular ve Şikayetler için Vatandaşlar Ofisindeki çalışanlarımıza 0 23 03 / 103-301 no'lu numaradan ulaşabilirsiniz.
24 saat aktif olan Vatandaş telesekreterine 0 23 03 / 103-333 no'lu numaradan ulaşabilirsiniz.
E-Mail: buergerservice@stadt-unna.de

Unna ilçesi bulunan eşya Ofisi
Rathausplatz 1 · 59423 Unna · Tel.: 0 23 03 / 103-301
Açılış Saatleri: Pazartesi, Salı, Çarşamba: 7.30 – 16.00 arası
Perşembe: 7.30 – 18.00 arası
Cuma: 7.30 – 12.30 arası
Her ayın 1. ve 3. Cumartesi Günü 9.00 – 12.00 arası

Unna ilçesi genel Sosyal Hizmet ekibi tarafından yardım
Genel Sosyal Hizmetleri şu Problemlerde yardımda bulunur:
- Sağlık (hem psikolojik Problemler, hem Bağımlılık Problemleri)
- Çiftlerde (Evlilik sorunları ve Ayrılık)
- Hayat Akışı (Komşularla sorunlar veya Yalnızlık)
- Devlet Dairesine Ulaşım (mesela Istek formu)

Rathausplatz 1 · 59423 Unna
Yetkili: Thomas Köster · Tel.: 0 23 03 / 103-586
E-Mail: thomas.koester@stadt-unna.de

Gençlik ve Sosyal Bölümü
Dış Nokta Şehirmerkezi Güney
Birgit Hannibal · Tel.: 0 23 03 / 98 69 113 · Erlenweg 10 · 59423 Unna
E-Mail: birgit.hannibal@stadt-unna.de

Önemli Internet ve E-Mail adresleri

Internet: www.unna.de · www.kreis-unna.de

E-Mail:
Genel Şehir Yönetimi: info@stadt-unna.de

Vatandaş Servisi:
buergerservice@stadt-unna.de

Vatandaş Servisi – Dış Nokta Hemmerde:
Buergerservice-hemmerde@stadt-unna.de

Vatandaş Servisi – Dış Nokta Könıgsborn:
Buergerservice-koenigsborn@stadt-unna.de

Vatandaş Servisi – Dış Nokta Lünern:
Buergerservice-luenern@stadt-unna.de

Vatandaş Servisi – Dış Nokta Massen:
Buergerservice-massen@stadt-unna.de

Unna il'i genel: info@kreis-unna.de

Refah Dernekleri Genel Konular

Unna ilinde AWO
Unnaer Str. 29a · 59174 Kamen · Tel.: 0 23 07 / 91 221 – 0 · Internet: www.awo-un.de
E-Mail: awounna@awo-un.de

Unna ili için Caritas Derneği
Höingstr. 5-7 · 59425 Unna · Tel.: 0 23 03 / 25 135 – 0 · Internet: www.caritas-unna.de
E-Mail: info@caritas-unna.de

Alman Eşit Refah Derneği (DPWV)
Peter Sylvester · Friedrich-Ebert-Str. 16 · 59425 Unna · Tel.: 0 23 03 / 23 98 45 · E-Mail: kgunna@paritaet-nrw.org

Alman Kızıl Haç
Monika Hansen
Märkische Str. 9-11 · 59423 Unna · Tel.: 0 23 03 / 25 45 313 · Internet: drk-kv-unna.de
E-Mail: info@drk-kv-unna.de

Diakonia Ruhr-Hellweg e.V.
Unna Hizmet Noktası
Mozartstr. 18-20 · 59423 Unna · Tel.: 0 23 03 / 250 24 222 · Fax: 0 23 03 / 250 24 209
E-Mail: rsterzik@diakonie-ruhr-hellweg.de
www.diakonie-ruhr-hellweg.de

Unna Kilise Grubu Yaşlılar Birimi
Papaz Hartmut Rosenstengel
Mozartstr. 18-20 · 59423 Unna · Tel.: 0 23 03 / 288-154
E-Mail: hartmutrosenstengel@kk-ekvw.de

Unna'daki Yaşlı Yabancılar

Entegrasyon Kurulu

Yıllar önce Ülkemize çağırdığımız yabancı konuk işçilerin birçoğu bugün emekli yaşına ulaşmıştır. Birçoğu ülkelerine dönmek istemiyorlar veya dönemiyorlar. Onların Ilgi danışmanı Unna'nin Entegrasyon Kuruludur.
Rathausplatz 1 · Oda 219 · 59423 Unna
Ksenija Sakelsek – Başkan
Tel.: 0 23 03 / 103-239 veya 0170 / 74 02 918
Danışma Saatleri: Her ayın 1. Perşembesi 9-11 arası
Her ayın 2. ve 4. Salısı 10-12 arası veya anlaşmalı
E-Mail: integrationsrat@stadt-unna.de

Göçmen ilk danışma

AWO alt il Unna
Präsidentenstr. 67 · 59192 Bergkamen · Tel.: 0 23 07 / 83 320 · Internet: www.awo-un.de · E-Mail: rohaus@awoubunna.de · Konuştuğumuz Diller: ingilizce, rus, türkçe, lehçe, fransızca

Unna ili için Caritas Derneği
Höingstr. 5-7 · 59425 Unna · Tel.: 0 23 03 / 25 13 535
Internet: www.caritaskreisunna.de · E-Mail: migration@caritas-unna.de · Konuştuğumuz Diller: ingilizce, rus, lehçe, ermeni

Multikültürel Forum Lünen
Münsterstr. 46b · 44534 Lünen · Tel.: 0 23 06 / 30 63 012 · Fax: 0 23 06 / 30 63 029 · Internet: www.multikulti-forum.de · E-Mail: niluefer@multikulti-forum.de

Diakonia Ruhr-Hellweg e.V.
Mozartstr. 18-20 · 59423 Unna · Tel.: 0 23 03 / 288 - 24 223 · Bayan Senning · Pazartesi 8.00 – 12.00 arası

Unna ili Kadın Forumu

Fiziki ve cinsel şiddete maruz kalmış, kendi evinin Korumasını hissedemeyen ve diğer farklı Kriz durumlarında bulunan Kızlara ve Kadınlara özel yardım, destek ve korumalı barınaklar.
Şube: · Hansastr. 38 · 59425 Unna · Tel.: 0 23 03 / 77 891-0 · Şube Müdürü: Birgit Unger
Internet: www.frauenforum-unna.de · E-Mail: verwaltung@frauenforum-unna.de

Уважаемые дамы и господа!

На этой странице нашего журнала представлена информация для русскоговорящих жителей Унны. Помощь и консультации на русском языке окажут Вам следующие организации:

AWO Unterbezirk Unna
Praesidentstr. 67, 59192 Bergkamen
тел.: 02307 / 83 320
Internet: www.awo-un.de
E.Mail: rohaus@awobunna.de

Caritasverband fuer den Kreis Unna e.V.
Отдел интеграции и миграции, тел.: 02303 / 25 13 527,
Hoeingstr. 5-7, 59425 Unna
Internet: www.caritaskreisunna.de
E-Mail: migration@caritas-unna.de

Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.
Госпожа Ирма Сеннинг проводит прием на русском языке :
в помещении „Haus der Kirche“, Mozartstr.18-20, Zi.14,
тел.: 02303 / 288024 223
по понедельникам с 8.00 до 12.00

Интеграционный совет города Унны
Первый четверг месяца с 9.00 до 11.00 , а также второй и четвертый вторник месяца с 10.00 до 12.00 или по предварительной договоренности – прием на немецком языке. Rathaus, Rathausplatz 1, Zi. 219.
Если Вы нуждаетесь в консультации на русском языке, договоритесь о приеме по тел.: 02303 / 103 - 607.
E-Mail: integrationsrat@stadt-unna.de

Также мы хотим обратить внимание женщин на следующие предложения:
Плавание для женщин в басссейне католической больницы – по средам с 16.00 до 17.30.
Информация по тел.: 02303 / 98 612 -12 в „IN VIA“ - у госпожи Ана да Сильва.

Интернациональные встречи для женщин – Interkultureller Gespraechskreis fuer Frauen:

2 раза в месяц, по понедельникам с 16.00 до 18.30 в помещении „Die Bruecke“, Berliner Allee 16, Unna-Koenigsborn.
Информация по тел.: 02303 / 98 612 –17 в „IN VIA“ - у госпожи Гертруд Кюнцель.

Экстренная помощь для женщин / Frauen- und Maedchenberatungsstelle

Консультации по телефону:
пон., ср. с 9.30 до 12.30, вт., четв. с 15.00 до16.00
02303 / 77 891- 0
Круглосуточная экстренная помощь в выходные дни
02303 / 82 202

Frauenhaus – женский дом - круглосуточно
02303/ 77 891-50

Русскоговорящий врач-терапевт Александр Ран ведет прием в собственном праксисе по адресу: Friedrich-Ebert-Strasse 46, 59425 Unna, тел.: 0 23 03 / 15 186. Дополнительная квалификация – лечение с помощью природных средств – акупунктура, хиротерапия.

Impressum

Herausgeber:
Medienverlag am Friedrichsborn GmbH & Co. KG
Friedrich-Ebert-Str. 114 · 59425 Unna
Tel. 0 23 03 - 9880 · Fax 0 23 03 - 98830

Redaktion:
Seniorenbeauftragte der Kreisstadt Unna
Bereich Wohnen, Soziales und Senioren
Dorothee Glaremin
Rathausplatz 1 · 59423 Unna · Tel. 103-515
8. Auflage · Stand: März 2011

Layout und Gestaltung:
Dipl. Kommunikations- und Mediendesigner T. Karczewski
Tel. 0 23 03 - 25 77 75 · *www.werbunK.com*

Fotos: Fotolia

Diese Zusammenstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Sollten Sie Änderungswünsche, Anregungen oder Ergänzungen haben, nehmen wir diese gerne für die nächste Ausgabe entgegen.

Stichwortverzeichnis

Allgemeine Beratung für Senioren ... 3
Altenpflegeheime ... 44
Altenwohnungen ... 28
Ältere Ausländer in Unna ... 16
Ambulante Pflegedienste ... 36

BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen) ... 47
Behindertenberatung ... 22
Beratung für demenziell erkrankte o. psychisch beeinträchtigte Menschen ... 38
Betreutes Wohnen / Service-Wohnen ... 30
Betreuung ... 12
Betreuungsgesetz ... 20
Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung ... 20
Bibliothek ... 14
Bildung - Lernen im Alter ... 15
Blindengeld / Gehörlosenhilfe ... 23

Demenz (Beratung und Information) ... 37

Ehe- und Altersjubiläum ... 6
Ernährungsberatung ... 18
Essen auf Rädern ... 31

Fahr- und Begleitdienste ... 32
Forum Generationen Unna ... 16
Frauenforum - Beratung und Hilfe für Frauen in Notlagen ... 20
Freiwilliges soziales Engagement / Ehrenamt ... 10

Gartenarbeiten ... 32
Gesprächskreis für Trauernde ... 43
Gesprächskreise für pflegende Angehörige ... 42
Gesundheit und Gesundheitsvorsorge ... 17
Gesundheitstelefon ... 18
Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Unna ... 20
Gerontopsychiatrische Beratung ... 38
Grundsicherung ... 25
Gruppen, Clubs, Vereinigungen ... 8

Haushaltshilfen ... 34
Häusliche Alten- und Krankenpflege ... 36
Häusliche Hilfen – Hilfen für den Alltag ... 31
Hausnotruf ... 35
Heimaufsicht ... 44
Hilfe bei Haus- und Wohnungsräumung / Möbellager ... 34
Hilfe per Telefon und Funk ... 34

Integrationsrat ... 16

Kreatives ... 13
Kreisseniorenkonferenz ... 47
Kriegsgräberfürsorge ... 23
Kriegsopferfürsorge ... 25
Kurzzeitpflege ... 44

Literatur und Geschichte ... 14

Migrationserstberatung ... 16
Mittagstische ... 32
Mobilität ... 34

Neue Wohnformen ... 28

Öffentlicher Personennahverkehr ... 32
Öffentliche und behindertengerechte Toiletten in der Unnaer Innenstadt ... 24

Palliativzentrum ... 41
Patientenschutztelefon ... 42
Pflegeberatung ... 45
Pflegedienste ... 36
Pflegekurse ... 36
Pflegestufen ... 45
Pflegeversicherung ... 45
Pflege-Wohngemeinschaften für Demenzerkrankte ... 39
Polizei-Beratung / Projekt „Senioren helfen Senioren“ ... 22
Psychosoziale Begleitung (PSB) ... 19
Psychosoziale Beratung ... 19

Radstation Unna ... 32
Rechtsberatung ... 21
Renten-Versicherung ... 24
Rundfunk-, Fernseh- und Telefongebührenbefreiung ... 26

Schuldnerberatung ... 21
Selbsthilfegruppen ... 18
Seniorenbeauftragte der Kreisstadt Unna ... 3
Seniorenreisen und -ausflüge ... 12
Senioren-Ticket 60 plus ... 33
Seniorenzeitungen ... 14
Sozialhilfe ... 24
Sozialticket ... 33
Spezielle Beratung ... 19
Sport ... 17
Sterbebegleitung ... 42

Tagespflege ... 43
Telefonketten ... 36
Telefonseelsorge ... 20
Theater spielen, Tanzen ... 13
Todesfall ... 42
Trauergesprächskreis ... 43
Treffpunkte ... 8

Unna-Ausweis (Ermäßigung von Eintrittsgeldern etc.) ... 26

Volkshochschule ... 15

Wohnberatung ... 26
Wohnen im Alter ... 26
Wohngeld ... 26
Wohngemeinschaften ... 29
Wohnraumberatung und -anpassung ... 28

Zentrale Anlaufstellen bei den Wohlfahrtsverbänden ... 6
Zentrale Anlaufstellen bei der Kreisstadt Unna ... 3
Zentrale Anlaufstellen beim Kreis Unna ... 6

Betreuen, Planen, Regeln und Lenken

Raum für Ihre Gedanken!

- Eigene klimatisierte Trauerhalle und Abschiednahmeräume
- Auf Wunsch ermöglichen wir eine Hausaufbahrung
- Erd-, Feuer-, See-, Baum-, Berg-, Diamant- und Anonym-Bestattungen, Heißluftballon und Aschenverstreuung
- Überführungen und Bestattungen auf allen Friedhöfen im In- und Ausland
- Erledigung aller Formalitäten
- Trauerdrucksachen an Sonn- und Feiertagen
- Thanatologie und Embalming
- Unfallrekonstruktionen und Totenmaske
- Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten
- Trauerseminare und kostenlose Trauergesprächskreise

das bestattungshaus

Schulte
59199 Bönen
Bahnhofstr. 263
☏ 02383 - **911733**

Schulte
59065 Hamm
Antonistr. 18
☏ 02381 - **914598**

Schulte
59423 Unna
Friedrich-Ebert-Str. 89
☏ 02303 - **770361**

Pehl
59065 Hamm
Bockumer Weg 88
☏ 02381 - **671000**

Sitzkarek-Schulte
59423 Unna
Obere-Husemann-Str. 13
☏ 02303 - **592722**

Im Trauerfall bei Tag und Nacht 365 Tage im Jahr erreichbar!

Wir sind zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

BESTATTER VOM HANDWERK GEPRÜFT
Bestattermeisterbetrieb

Inh. Martin Schulte GmbH

0411

Egal, ob Unfall oder Krankheit, nach einem stationären Krankenhausaufenthalt sind viele Menschen für eine bestimmte Zeit auf Unterstützung angewiesen. Mit der Unfallversicherung Aktiv 50Plus können Sie sich in Ihrer gewohnten Umgebung ganz Ihrer Genesung widmen. Mehr Informationen unter www.sparkasse-unna.de.