Pflege- und Wohnberatung in Rünthe: Kostenfrei und neutral



Elke Möller. Foto: Max Rolke / Kreis Unna

Mit Eintritt eines Pflegefalles stehen Betroffene und Angehörige vor vielen Fragen. Hilfe gibt es vor Ort in den Sprechstunden der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna. In Bergkamen-Rünthe findet die nächste Sprechstunde der Pflege- und Wohnberatung am Donnerstag, 12. Dezember in der Zeit von 10 bis 12 Uhr statt. Die Pflegeberaterin Elke Möller ist im Gemeindebüro an der Christuskirche, Rünther Str. 42 zu erreichen und bietet eine individuelle und kostenfreie Beratung an. Ein Beratungstermin sollte vorher vereinbart werden.

In der Beratung geht es um alle Fragen rund um das Thema Pflege, wie zum Beispiel zu den verschiedenen Leistungen der Pflegeversicherung oder der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst. Ebenfalls informiert die Beraterin über ortsnahe Betreuungs- und Pflegeangebote und deren Finanzierung. Informationen gibt es auch zu Entlastungsangeboten für pflegende Angehörige. Die Beratung ist kostenlos und unabhängig.

Terminvereinbarung

Um eine vorherige Terminvereinbarung unter Fon 08 00 27 20 02 00 (kostenfrei) wird gebeten. Wer den Termin nicht wahrnehmen kann, erreicht die Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna im Severinshaus, Nordenmauer 18 in Kamen, unter Fon 0 23 07 2 89 90 60 oder Fon 08 00 27 20 02 00 (kostenfrei).

Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.kreis-unna.de (Suchbegriff Pflege- und Wohnberatung). PK | PKU

Gewinnnummern des Lions Club-Weihnachtskalenders für den 6. Dezember

Die Losnummern der Weihnachtskalender-Aktion des Lions Club BergKamen sind gezogen. Hier sind nun die Nummern für Freitag, 6. Dezember. Die Gewinne können bei den jeweiligen Geschäften und Unternehmen direkt abgeholt werden. Es ist dafür vom Lions Club keine Frist gesetzt worden. Die glücklichen Gewinner von Gutscheinen können sich also gründlich überlegen, wie sie ihn eintauschen wollen.

Dank zahlreicher Sponsoren war es möglich, die Herstellung des Kalenders außerhalb der Einnahmen aus dem Kalenderverkauf zu finanzieren. Der Lions Club wird also auch im kommenden Jahr wieder in der Lage sein, bei zahlreichen Projekten unterstützend mit dabei zu sein. "Unser Dank gilt deshalb den

vielen Sponsoren, die durch Preise und Geld geholfen haben", so der Lions Club BergKamen.

Hier sind die Gewinnnummern:

6. Dezember 2024	Gewinn	Los-Numr
Goldschmiede Telgmann	1 Schmuckgutscheine à 300,-	2052
Landbäckerei Braune	Frühstück f. 2 Pers. im Cafe	4018
Landbäckerei Braune	Frühstück f. 2 Pers. im Cafe	2927
Landbäckerei Braune	Frühstück f. 2 Pers. im Cafe	2488
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	3395
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	4077
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	2085
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	2628
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	318
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	959
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	2246
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	1439
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	1122
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	662
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	1906
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	449
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	2438
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	1034
POCO Einrichtungsmarkt	Einkaufsgutschein, Wert 25,- €	2258
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	4414
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	2047
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	3830
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	4343
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	3640
		1

Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	2783
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	2820
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	2610
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	762
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	4209
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	179
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	1684
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	3670
Kamener Orginale	Warengutschein, Wert 20,- €	1600
Sachpreis	1 ind. Handy-Aufladeschale à 25,- €	4293

Kostenfreie Veranstaltungen: "Wohnungssuche – wie bewerbe ich mich richtig" und "Briefing: Mut zum Briefe öffnen" In der kommenden Woche bietet das ChanGe Team Bergkamen folgende zwei kostenfreie Angebote für Interessierte an.



- 1) Was ist bei der Wohnungssuche zu beachten, wie finde ich eine passende Wohnung und wie bewerbe ich mich richtig darauf? Das sind die Fragen, denen in einem Workshop am 09.12.2024 (14:00 bis 15:30 Uhr) in gemütlicher Atmosphäre mit Interessierten nachgegangen werden sollen. Dabei ist genügend Zeit für Rückfragen vorgesehen. Bei Bedarf können hierzu weitere kostenfreie und persönliche Beratungen vereinbart werden.
- 2) Viele Menschen fühlen sich von der Flut an Briefen überfordert. Ob Rechnungen, Behördenpost oder offizielle Schreiben oft bleibt die Post liegen und die Unsicherheit wächst. In der Veranstaltung "Briefing: Mut zum Briefe öffnen" am 11.12.2024 (10:00 bis 12:00 Uhr) wird in unterstützender und mutmachender Atmosphäre allen Interessierten Raum gegeben, die sich mit ihren Briefen überfordert fühlen sei es beim Öffnen, Verstehen oder Handeln. Das Angebot möchte eine erste Hilfe bieten. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, direkt vor Ort kostenfreie Folgeberatungen zu vereinbaren.

Beide Angebote finden in den Räumlichkeiten von ChanGe in Bergkamen in der Präsidentenstraße 42 (1.0G) statt. Organisiert werden die Workshops durch das Team ChanGe Bergkamen in Kooperation mit der Stadt Bergkamen. Die Platzzahl für die Kurse ist stark begrenzt. Um eine Anmeldung wird gebeten (Tel. 02307 910 2857 oder unter change.bergkamen@werkstatt-im-kreis-unna.de.

Ev.-Martin-LutherKirchengemeinde Bergkamen Gottesdienste am 2. Avent

Christuskirche: 9.30 Uhr , Pfarrerin Ihne, Adventsgottesdienst mit dem Kindergarten Arche Noah Martin-Luther-Kirche: 18.00 Uhr, Pfarrerin Ihne, Musikalischer Gottesdienst "Bereite dich Zion" mit Anja Osterkemper und Carola Nikodem .

Theaterspaß am Nachmittag: "Schnick und Schnack auf der Suche nach dem Glück" im studio theater



Das Kinder- und Jugendbüro der Stadt Bergkamen (kijub) lädt am Mittwoch, 11.12.2024 wieder zum Theaterspaß am Nachmittag ein. Dieses Mal machen sich "Schnick und Schnack auf die Suche nach dem Glück". Mit Zauberei, Witz, viel Musik und Bewegung nimmt das Theater Don Kidschote — next generation das junge Publikum auf eine abenteuerliche Reise mit. Das Stück ist für Kinder ab 4 Jahren geeignet. Beginn ist um 15:00 Uhr. Ab 14:30 Uhr öffnet die Tageskasse.

Eintrittskarten zum Preis von 3 € (Gruppen ab 10 Personen: 2,50 €) können für "Schnick und Schnack" im kijub telefonisch unter 02307/965475 oder per Mail unter info@kijub-bergkamen.de reserviert werden. Die Bezahlung erfolgt ausschließlich an der Tageskasse.

Das letzte Stück in der "Theaterspaß am Nachmittag"-Reihe in dieser Saison, ist das Puppentheaterstück "Pippi Langstrumpf" am 23.01.2025. Dafür gibt es leider keine Karte mehr. Das Stück ist restlos ausverkauft.

REWE Littau feiert Wiedereröffnung: Neues Einkaufserlebnis in Bergkamen



V. l.: Ugur Bayoglu (stellv. Marktleiter), Tochter Annika Littau, Ehefrau Mechthild Littau und Kaufmann Rainer Littau.

Das Warten hat sich gelohnt: Am Donnerstag, den 05. Dezember 2024, öffnete der modernisierte REWE-Markt Am Roggenkamp 3-5 in Bergkamen wieder seine Türen. Der offen gestaltete Eingangsbereich lässt den Blick über den gesamten renovierten Markt schweifen und lädt die Kunden ein, viele neue Produkte

zu entdecken. Kaufmann Rainer Littau, der den Markt seit 2005 führt, und sein jetzt 75-köpfiges Team — zwölf Mitarbeitende wurden neu eingestellt — sind sich sicher: "Die Kunden werden vom neuen Einkaufsgefühl begeistert sein."

Der Markt präsentiert sich jetzt heller und noch kundenfreundlicher. Auf der rund 1.750 Quadratmeter großen Verkaufsfläche, vorher waren es nur 1.425, wurden neue Akzente gesetzt. Das Sortiment wurde auf 25.000 Artikel erweitert und umfasst neben Markenprodukten auch Artikel der Qualitätsmarke REWE Beste Wahl, der preisgünstigen Marke ja!, der Premium-Marke REWE Feine Welt sowie Bioprodukte von REWE Bio.

Regional, vielfältig und nachhaltig

Sofort beim Eintritt in den Frischebereich mit dem umfassenden Obst- und Gemüsesortiment wird klar, auf was es dem Marktleiter ankommt: Frische, Vielfalt, Regionalität und Nachhaltigkeit. Die war auch bei den Renovierungsarbeiten ein wichtiger Faktor. So wurde beim Umbau auch an die Zukunft gedacht, um Licht, Energie und Wasser zu sparen. Die Verkaufsfläche wird je nach Tageszeit mit natürlichem Licht beleuchtet. Energiesparende LEDs erhellen den Markt nach Bedarf. Die Komplettverglasung der Kühltechnik spart Energie. Wärme, die beim Kühlen entsteht, wird für die Beheizung der Räume genutzt. Zertifizierter Grünstrom, also Strom aus Wasserkraft, Wind und Biomasse, stellt die Energieversorgung des Marktes sicher.

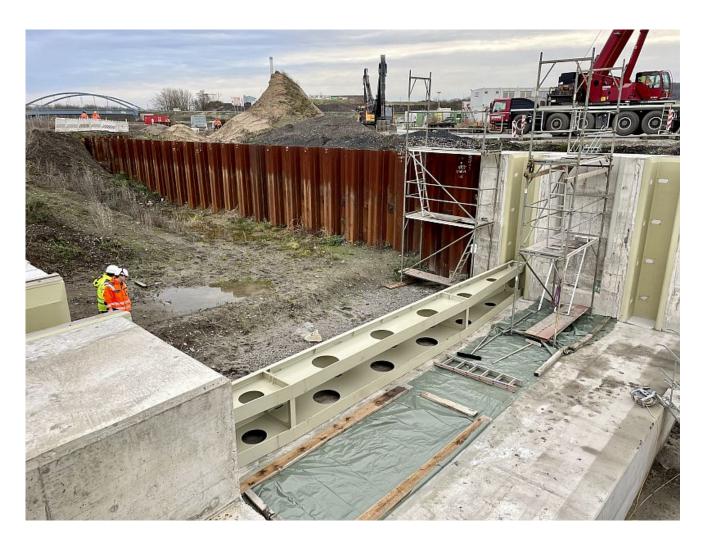
Schwerpunkt Regionalität

Quer durchs Sortiment werden 200 Artikel und Spezialitäten aus der Region angeboten. Dieser erkennt der Kunde schnell am NRW-Heimatlogo. Wer Wert auf eine garantiert ökologische Herkunft der Lebensmittel legt, findet im neuen REWE-Markt eine umfangreiche Auswahl von über 1500 Bio-Artikeln.

Darf's noch etwas mehr sein?

Beim Umbau wurde die Metzgereiabteilung deutlich vergrößert. Entsprechend vielfältig ist ab sofort die Auswahl. Geschulte Mitarbeitende bieten nicht nur Fleisch-, Käse- und Wurstspezialitäten an, sondern auch frischen Fisch. Sie beraten kompetent bei der Auswahl. Für den schnellen Hunger zwischendurch bietet der neue REWE Littau heiße Snacks am hauseigenen REWE-Grill an. Ob Frikadelle im Brötchen oder verzehrfertige Salate, hier wird jeder fündig. Wer seinen Einkauf in Ruhe abschließen möchte, kann dies in der Vorkassenzone bei der Bäckerei Beckmann aus Dortmund tun. Der regionale Bäcker bietet Montag bis Samstag zwischen 6 und 21 Uhr und sonntags zwischen 7 und 14 Uhr Backwaren und Snacks in gemütlicher Atmosphäre mit Sitzgelegenheiten an. Nach dem Einkauf ist der PKW, wie zuvor, auf einem der Einstellplätze vor dem Markt schnell erreichbar.

Wasserstadt Aden: Einsetzen der Dammbalken in das Verschlussbauwerk – Adensee erreicht nächste Bauphase



Die Wasserstadt Aden — das aktuell größte städtebauliche Projekt der Stadt Bergkamen — hat einen weiteren bedeutenden Meilenstein erreicht: Am Donnerstag, 5. Dezember, starten die Arbeiten am sogenannten Verschlussbauwerk. Diese Konstruktion ist ein zentrales Sicherheits- und Funktionselement, welches es ermöglicht, den in Bau befindlichen Adensee im Ernstfall — beispielsweise bei einer Havarie oder einem Leck — schnell und sicher vom Datteln-Hamm-Kanal zu trennen.



Das Verschlussbauwerk ist als Uförmige Betonkonstruktion mit
seitlichen Führungsschienen
gestaltet, in das die stählernen
Dammbalken, mit einem Mobilkran von
oben eingesetzt und
aufeinandergestapelt werden. Dieser
Arbeitsschritt markiert den Beginn
der letzten Bauphase an der Ein- und
Ausfahrt des Adensees. Nach dessen
Fertigstellung wird dieser Bereich
geflutet und später mit dem Kanal
verbunden.

"Mit der Wasserstadt Aden schaffen wir nicht nur ein nachhaltiges Wohn- und Gewerbegebiet, sondern verleihen Bergkamen ein neues, lebendiges Gesicht. Der Einbau der Dammbalken ist ein weiterer Beweis dafür, dass dieses Projekt planmäßig voranschreitet", betont Bürgermeister Bernd Schäfer, der davon überzeugt ist, dass der Adensee neue Maßstäbe im Städtebau setzt und sich zu einem zentralen Anziehungspunkt für die gesamte Region entwickelt.

Das Großprojekt Wasserstadt Aden, eine Kooperation der Stadt Bergkamen und der RAG Montan Immobilien, maßgeblich mit Mitteln der Städtebauförderung unterstützt. Es verbindet modernes Wohnen mit innovativen Energie-Mobilitätslösungen. Neben dem Adensee umfasst das Projekt eine Gracht, die das gesamte



neue Quartier durchzieht, sowie großzügige Grünflächen und Freizeitmöglichkeiten.

Ehrenamtliche aus Bergkamen besuchen das politische Berlin



Foto: Bundesregierung / StadtLandMensch-Fotografie

Auf Einladung des SPD-Bundestagsabgeordneten Oliver Kaczmarek besuchten Mitglieder des THW Kamen-Bergkamen, des SoVD Bergkamen, des VdK Kreisverbandes Unna und der SPD Bergkamen in der vergangenen Woche die Bundeshauptstadt. Während der dreitägigen Reise erlebten die Gäste das politische Treiben in Berlin hautnah mit. Das umfangreiche Programm umfasste ein Informationsgespräch im Bundesministerium des Innern und für Heimat (BMI) sowie eine Stadtrundfahrt. Weitere Höhepunkte waren der Besuch des Bundestags sowie ein Gespräch der Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Oliver Kaczmarek. Eine

Führung durch die Gedenkstätte Berlin-Hohenschönhausen rundete den Hauptstadtbesuch ab. Oliver Kaczmarek ist es ein besonderes Anliegen, ehrenamtlich engagierten Bürgerinnen und Bürgern mit der Teilnahme an einer politischen Informationsfahrt für deren Einsatz zu danken.

Pflanzen stehen lassen: Winterquartiere für Insekten



Wildstauden, wie die Goldrute, können wichtige Winterquartiere für Insekten bieten. Foto: TGP/NABU

Mehrjährige Blühstreifen, aber auch Staudenbeete im Garten, können wertvolle Schutzgebiete für die bedrohte Insektenvielfalt sein – wenn man sie im Winter stehen lässt. Der NABU im Kreis Unna weist daraufhin, dass Blühflächen nicht nur Nektarquellen sind, sondern auch dringend als

Überwintersorte für Insekten gebraucht werden. Deshalb sollen sie nicht komplett im Herbst oder Winter gemäht werden.

"Während einige Tiere den Winter in wärmeren Gebieten verbringen, oder sich Vorräte anlegen, fahren die meisten Insekten bei Frost und Kälte ihren Stoffwechsel herunter", erklärt Thomas Griesohn-Pflieger vom NABU im Kreis Unna. An und in vertrockneten Pflanzenstängeln, auf Blattunterseiten, in Höhlungen im Boden oder in Laubhaufen verbringen sie als Ei, Puppe oder ausgewachsenem Insekt den Winter. "Aber das funktioniert natürlich nur, wenn die Pflanzen nicht gemäht werden! Das gilt auch für Blühflächen in der Agrarlandschaft!" Der NABU rät deshalb dazu, auf mehrjährige Blühflächen zu setzen und bei Pflegeschnitten Flächenabschnitte über den Winter stehen zu lassen.

Im Artenreichtum der Insekten gibt es eine Vielzahl an Überwinterungsstrategien. "Manche Arten überwintern nicht als voll entwickeltes Insekt, wie es etwa Marienkäfer oder Zitronenfalter tun, sondern verbleiben in einem früheren Entwicklungsstadium. Der Schwalbenschwanz zum Beispiel verbringt den Winter gut getarnt als Puppe an trockenen Pflanzenstielen. Andere Schmetterlingsarten überwintern sogar als Ei und können so von Fressfeinden schwerer entdeckt werden. Manche Bienenarten überwintern als Larve Pflanzenstängeln, bis im Frühjahr die Temperaturen wieder steigen." Diesen Strategien ist gemeinsam, dass die Insekten ruhig und versteckt bleiben und keine Nahrung aufnehmen müssen. Aber sie sind während der Überwinterung sehr empfindlich gegenüber Störungen. Werden Flächen in dieser Zeit gemäht, der Boden umgebrochen oder vertrocknete Pflanzenreste abgeschnitten ist das ein Todesurteil für überwinternde Insekten", so Thomas Griesohn-Pflieger. Um Insekten auch im Winter einen Lebensraum zu bieten, sollte auf einjährige Blühflächen verzichtet werden. Mehrjährige Blühflächen sollten auch nicht komplett, sondern nur teilweise gemäht werden. "Wer Flächenteile über den Winter - im Idealfall sogar für mehrere Jahre - stehen lässt, leistet einen direkten Beitrag für die Insektenvielfalt in unserer Landschaft", so der NABU.

Ohne diese Vielfalt wären kostenlose Leistungen, wie die Bestäubung von Nutzpflanzen und das Recycling von totem Pflanzenmaterial durch die Insekten nicht mehr möglich. Ökosysteme und damit auch die Lebensgrundlage des Menschen sind auf Insekten und ihre intakten Lebensräume angewiesen.

VKU-Linie R11 fährt wegen Barbaralauf eine Umleitung

Aufgrund des diesjährigen Barbaralaufs in Oberaden können die VKU-Busse der Linie R11 nicht so fahren wie gewohnt.

Die Haltestellen "Sugambrerstraße", "Am Römerberg" und "Realschule" entfallen. Als Ersatz steht für die Fahrgäste die Haltestelle "Nielinger" zur Verfügung.

Diese Regelung gilt am 08.12.24 von 10:30Uhr bis 14:00Uhr

Gewinnnummern des Lions Club-Weihnachtskalenders für den 5. Dezember

Die Losnummern der Weihnachtskalender-Aktion des Lions Club BergKamen sind gezogen. Hier sind nun die Nummern für Donnerstag, 5. Dezember. Die Gewinne können bei den jeweiligen Geschäften und Unternehmen direkt abgeholt werden. Es ist dafür vom Lions Club keine Frist gesetzt worden. Die glücklichen Gewinner von Gutscheinen können sich also gründlich überlegen, wie sie ihn eintauschen wollen.

Dank zahlreicher Sponsoren war es möglich, die Herstellung des

Kalenders außerhalb der Einnahmen aus dem Kalenderverkauf zu finanzieren. Der Lions Club wird also auch im kommenden Jahr wieder in der Lage sein, bei zahlreichen Projekten unterstützend mit dabei zu sein. "Unser Dank gilt deshalb den vielen Sponsoren, die durch Preise und Geld geholfen haben", so der Lions Club BergKamen.

Hier sind die Gewinnnummern:

5. Dezember 2024	Gewinn
Brillen Spanuth GmbH	Einkaufsgutschein, Wert 30,- €
Brillen Spanuth GmbH	Einkaufsgutschein, Wert 30,- €
Brillen Spanuth GmbH	Einkaufsgutschein, Wert 30,- €
Foto + Video Bisdorf	Gutschein für ein Fotoshooting mit 1-2 Perso
Juwelier Becher	Einkaufsgutschein, Wert 40,- € ,
Juwelier Becher	Einkaufsgutschein, Wert 40,- € ,
Reiselädchen	Einkaufsgutscheine: 1x à 30,- €