Montag wieder Singen für Körper, Geist und Seele im Elisabeth-Haus

Nach langer Zeit freuen wir uns, gemeinsam mit der Gruppe „Namenlos“ wieder ein neues Live-Programm vorstellen zu dürfen. Unter dem Motto „Singen für Körper, Geist und Seele“ laden wir alle Musikfreunde herzlich zu einem geselligen und musikalischen Nachmittag ein. Die Veranstaltung findet am Montag, 9. November 2026, wie gewohnt im Haus St. Elisabeth, Parkstraße 2a, 59192 Bergkamen, statt.

Einlass: ab 15:00 Uhr

Beginn: 15:30 Uhr

Ende: gegen 18:30 Uhr

Alle freuen sich auf viele Besucherinnen und Besucher, schöne gemeinsame Stunden und einen Nachmittag voller Musik, Freude und guter Stimmung! Seien Sie herzlich willkommen!

Pflege- und Wohnberatung im Bergkamener Rathaus: 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 findet die nächste Sprechstunde der Pflege- und Wohnberatung am Donnerstag, 12. November in der Zeit von 10 bis 12 Uhr statt.
Die Pflegeberaterin Elke Möller ist im Rathaus, Rathausplatz 1, Raum 600 in Bergkamen 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
Bitte nehmen Sie den Termin in Ihren Veranstaltungs- bzw. Terminkalender auf.

Älter werden in Bergkamen – ein praktischer Wegweiser



Stellten den neuen Seniorenwegweiser der Stadt Bergkamen vor (v.l.): Fabian Prein , Tobias Laaß und Bürgermeister Thomas Heinzel.

Wo finde ich passende Pflege- und Beratungsangebote? Welche Kultur- und Freizeitangebote gibt es speziell für ältere Menschen in Bergkamen? An wen kann ich mich bei Fragen rund ums Thema Wohnen im Alter wenden? Zur Beantwortung solcher und weiterer Fragen veröffentlicht die Stadt Bergkamen den neuen Wegweiser „Älter werden in Bergkamen – ein praktischer Wegweiser“, der in Anlehnung an den früheren

„Seniorenwegweiser“ die Suche nach Antworten erleichtern soll.

Zur offiziellen Bekanntmachung trafen sich jetzt Bürgermeister Thomas Heinzel und Fabian Prein (Stabstelle „Soziale Inklusion und Seniorenarbeit“) mit dem Vorstandsvorsitzenden der Sparkasse Bergkamen-Bönen Tobias Laaß. Die Sparkasse Bergkamen-Bönen hatte die Druckkosten übernommen.

Zu finden ist der Wegweiser ab sofort in allen städtischen Gebäuden, bei den städtischen Partnerinnen und Partnern und der Sparkasse Bergkamen-Bönen. Auf Nachfrage stellt die Stadt gerne auch eine höhere Stückzahl zur Verfügung. Der Wegweiser ist zusätzlich dazu auch digital über die Homepage der Stadt Bergkamen abrufbar.

Die übersichtliche Broschüre bündelt hierbei auf 75 Seiten kompakt alle wichtigen Anlaufstellen, Beratungsangebote, Treffpunkte und Dienstleistungen auf einen Blick. Ziel ist es, älteren Bergkamenerinnen und Bergkamenern ein selbstbestimmtes und gut informiertes Leben in ihrer Stadt zu ermöglichen.

Bei weiteren Rückfragen bezüglich des Seniorenwegweiser melden Sie sich gerne bei Herrn Prein aus der Stabsstelle „Soziale Inklusion und Seniorenarbeit“ (Tel.: 02307 965 143).

---

21. Auflage des Weihnachtskalenders des Lions Club mit Kamener und

Bergkamener Motiven

Auch in diesem Jahr präsentiert der BergKamener Lions Club einen



Klaus-Dieter Schindler (re) und Stefan Milk vom Lionsclub BergKamen überreichen dem Bergkamener Bürgermeister Thomas Heinzel eines der ersten Exemplare. Foto: LC BergKamen

. Die 21. Auflage dieses inzwischen im heimischen Raum bekannten und beliebten Kalenders ist ab nächster Woche in vielen Bergkamener und Kamener Geschäften zu bekommen.

Die „Löwen“ werden am Freitag, dem 6.November, mit einem Stand auf dem Kamener Wochenrmarkt den Verkauf starten. Am Sonntag (8.11.) wird der Club auf einem Stand des Bergkamener Wintermarktes auf dem Nordberg den Kalender verkaufen.

„Helfen und Gewinnen“ ist das Motto dieser Kalender-Aktion. Mit dem Reinerlös werden Projekte der Kinder- und Jugendarbeit

in Kamen und Bergkamen gefördert.
Hinter den 24 Türchen verbergen sich Gewinne im Gesamtwert von rund 15.000 Euro. Allesamt gestiftet von großzügigen Handel- und Gewerbetreibenden, Sparkassen und Großunternehmen aus beiden Städten, dafür bedankt sich der Club bei allen Unterstützern.

Zu den über 400 attraktiven Gewinnen zählen Einkaufs- und Warengutscheine bis zu 300 Euro und wertvolle Sachpreise. Der Hauptpreis am 24. Dezember ist ein Reisegutschein im Wert von 1000 Euro. Auch ein hochwertiges E-Auto für ein Wochenende gibt es zu gewinnen.

Ein Kalender kostet, wie in allen Jahren zuvor, 5,00 €. Jeder Weihnachtskalender hat auf der Rückseite eine Gewinnnummer. Die hinter den Türchen versteckten Gewinne und die entsprechenden Gewinnnummern werden vom 1. -24. Dezember auf den Lokalseiten der heimischen Zeitungen und im Internet veröffentlicht.

Zu haben sind die Kalender auch in den Geschäften der Sponsoren und unterstützenden Unternehmen in Kamen und Bergkamen. Plakate weisen auf dieses Angebot hin.
Da die Herstellungskosten des Kalenders und sämtliche Preise von Spendern und Sponsoren finanziert werden, ist gewährleistet, dass der gesamte Erlös der Aktion Projekten für Kinder und Jugend-liche in Bergkamen und Kamen zukommt.

Brunch in HausFRIEDEN beim Wintermarkt auf dem Nordberg

Im Rahmen des Wintermarkts am 8. November auf dem Nordberg bietet HausFRIEDEN einen Brunch an. Ab 11 Uhr gibt es neben

Waffeln, Brötchen und Suppe auch wieder viele internationale Speisen und die Gelegenheit zu Austausch und Gespräch. Es können auch wieder Kerzenspenden für die Ukraine abgegeben werden.

Nächstes Treffen der „Pflegenden Angehörigen“ mit Margarethe Krabbe

Die Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige in Bergkamen lädt zum nächsten regelmäßigen Treffen ein. Die Veranstaltung findet am Montag, 26. Oktober, im Haus St. Elisabeth, Parkstraße 2a, 59192 Bergkamen, statt. Beginn ist wie immer um 15.00 Uhr, das Ende ist für etwa 17.00 Uhr geplant.

Erneut als Gast vor Ort ist Frau Margarethe Krabbe. Sie begleitet das Treffen und steht den Teilnehmenden für Gespräche, Fragen und den persönlichen Austausch zur Verfügung.

Das Treffen bietet Gelegenheit, Erfahrungen zu teilen, miteinander ins Gespräch zu kommen und sich gegenseitig zu unterstützen. Der Austausch mit anderen Betroffenen kann entlasten, Mut machen und dabei helfen, neue Sichtweisen und Lösungsansätze zu entwickeln.

Alle pflegenden Angehörigen sind herzlich willkommen, um miteinander ins Gespräch zu kommen und neue Kraft für den Pflegealltag zu schöpfen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Selbsthilfegruppe freut sich auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher sowie auf einen informativen und angenehmen Nachmittag mit Margarethe Krabbe.

IG BCE-Ortsgruppe Weddinghofen lädt zum beliebten Klönabend ein

Am Samstag, den 07.11.2026 findet der beliebte Klönabend der IG BCE Ortsgruppe Weddinghofen statt. Wie üblich, trifft man sich dazu um 18.00 Uhr im Vereinsheim des Kleingartenvereins „Im Krähenwinkel“.

Bei Grünkohl mit Kassler, Kohlwurst, Bauchfleisch und kühlen Getränken möchte man wieder einen gemütlichen Abend verbringen und ordentlich klönen.

Die Anmeldungen erfolgen über die Hauskassierer oder über

den Vorsitzenden: Mario Unger 02307- 261698 Mail: m.unger@helimail.de

den Hauptkassierer: Horst Wolgast 01795019296 Mail: horstwolgast23@gmail.com

Anmeldeschluss ist der 25. Oktober 2026.

Mit Mut durchs Leben: Kinder entdecken auf der

Ökologiestation ihr Heldenherz

Wie können Kinder lernen, für sich einzustehen, mit Konflikten umzugehen und auch in schwierigen Situationen an sich selbst zu glauben? Beim Workshop „Entdecke dein Heldenherz – Mit Mut und Selbstbehauptung durch den Alltag“ lernen Kinder im Alter von sechs bis neun Jahren spielerisch, ihre eigenen Stärken zu entdecken und Herausforderungen selbstbewusster zu begegnen. Das Umweltzentrum Westfalen bietet das Training gemeinsam mit HeldenHerzen im November in der Ökologiestation des Kreises Unna an.

Am Samstag, 14. November 2026, erwartet die Kinder von 10 bis 15 Uhr ein abwechslungsreiches Selbstbehauptungs- und Resilienztraining unter der Leitung von Catherine Filies, Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin bei HeldenHerzen. Mit Bewegung, praktischen Übungen und viel Freude lernen die Teilnehmenden, auf ihre Gefühle zu hören, eigene Grenzen wahrzunehmen und in Konfliktsituationen angemessen zu reagieren.

Im Mittelpunkt steht ein Werkzeugkoffer voller einfacher Strategien, die sich auch im Alltag anwenden lassen. Die Kinder üben, ihren Blick auf positive Dinge zu richten, mit Frust und schwierigen Situationen umzugehen und sich Unterstützung zu holen, wenn sie diese benötigen. Durch die Verbindung von Bewegung und Lerninhalten werden wichtige Fähigkeiten gestärkt, die ihnen helfen können, Herausforderungen mit mehr Selbstvertrauen zu meistern.

Doch nicht nur die Kinder profitieren von den erlernten Strategien. Auch Eltern und andere Bezugspersonen können dazu beitragen, dass sich die neuen Fähigkeiten im Alltag festigen. Deshalb gehört zum Workshop ein ergänzender Online-Termin für Erwachsene am Dienstag, 17. November 2026, von 19 bis 20 Uhr.

Dabei werden die Inhalte des Kindertrainings aufgegriffen und Möglichkeiten vermittelt, wie die Kinder auch über den Workshop hinaus in ihrer Selbstbehauptung und Widerstandskraft unterstützt werden können.

Der Kinderworkshop findet in der Ökologiestation des Kreises Unna, Dr.-Detlef-Timpe-Weg 1 in 59192 Bergkamen, statt. Der begleitende Termin für Erwachsene wird online durchgeführt. Die Teilnahmegebühr beträgt 45 Euro. Anmeldungen sind bis Freitag, 30. Oktober 2026, beim Umweltzentrum Westfalen möglich. Ansprechpartnerin ist Sandra Bille, telefonisch unter 02389 9809 17 oder per E-Mail an sandra.bille@uwz-westfalen.de.

Die Kinder sollten bequeme Kleidung sowie Getränke und einen Snack für die Pause mitbringen.

IG BCE Ortsgruppe Oberaden ehrte Ihre langjährigen Mitglieder



Foto: IG BCE Ortsgruppe Oberaden

Die IG BCE Ortsgruppe Oberaden ehrte Ihre langjährigen Mitglieder am Samstag im Stadtmuseum Bergkamen-Oberaden im Rahmen einer Jubilarfeier. Festredner war Oliver Kaczmarek MdB SPD



Dieter Graumann (m.) ist seit 75 Jahren IG BCE-Mitglied.

Kaczmarek würdigt die die langjährige Mitgliedschaft und die Verbundenheit der Jubilare zur ihrer Gewerkschaft er unterstrich in seiner Rede den außerordentlichen Einsatz der Generation für das Allgemeinwohl. Ohne Gewerkschaften wäre das

Land viel ärmer. In seinen Grußworten sprach auch der Bürgermeister Thomas Heinzel den Jubilaren seine Wertschätzung aus und wies auf die Wichtigkeit und Vorbilds Funktion in unserer Gesellschaft hin.

IG BCE Mitglied Dieter Grauman, langjähriger Funktionär des Betriebsrates der ehemaligen Zeche Haus Aden, blickt an diesem Tag stolz auf 75 Jahre Mitgliedschaft zurück.

Volker Wagner Vorsitzender der IGBCE Oberaden erklärte: „Wir sollten die Leistungen der älteren Generation in unserer Gesellschaft würdigen und nicht mit einer Gleichgültigkeit begegnen. Sie waren es die in unserer Demokratie die Säulen für Frieden und Freiheit gesetzt haben und für gerechte Arbeit und gerechten Lohn ihr Leben lang gestritten und in schwierigen Zeiten ihre demokratische Haltung nie aufgegeben haben.“

Selbsthilfegruppe lädt zum gemeinsamen Singen ein!

Die Selbsthilfegruppe „Singen für Körper, Geist und Seele“ lädt am Montag, den 12. Oktober, wieder zu einem gemeinsamen Singnachmittag ein. Das Treffen findet im Haus St. Elisabeth, Parkstraße 2a, in Bergkamen-Mitte statt. Einlass ist ab 15.00 Uhr; Beginn 15.30 Uhr und Ende gegen 17.30 Uhr.

Eingeladen sind alle, die Freude am Singen haben – unabhängig von Alter oder Gesangserfahrung. Im Mittelpunkt stehen das gemeinsame Singen, das Erleben von Gemeinschaft und die positiven Auswirkungen der Musik auf Körper, Geist und Seele. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Selbsthilfegruppe freut sich sowohl über bekannte Gesichter als auch über neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Wer gerne singt oder die Gemeinschaft in entspannter Atmosphäre erleben möchte, ist herzlich willkommen.

Podiumsdiskussion: Tabu-Thema Sterben – Wenn die Seele Halt braucht

Sterben, Abschied und Trauer gehören zum Leben – und dennoch fällt es vielen Menschen schwer, darüber zu sprechen. Was geschieht, wenn Menschen mit dem Tod konfrontiert werden? Welche seelischen Belastungen können entstehen und was hilft in schweren Momenten? Mit diesen Fragen beschäftigt sich die Podiumsdiskussion **„Tabu-Thema: Sterben – Wenn die Seele Halt braucht“** am Montag, 19. Oktober 2026, in der Ökologiestation des Kreises Unna in Bergkamen.

Im Rahmen der **Woche der Seelischen Gesundheit** lädt das Umweltzentrum Westfalen als Mitglied des Aktionsbündnisses dazu ein, gemeinsam einen offenen Blick auf ein Thema zu werfen, das häufig aus dem Alltag verdrängt wird. Von 18 bis 21 Uhr berichten Mitarbeitende aus der Notfallseelsorge und der Hospizarbeit von ihren Erfahrungen in der Begleitung von Menschen in schweren Lebenssituationen.

Dabei geht es nicht nur um den Umgang mit dem Tod selbst. Die Gesprächsrunde nimmt auch die Trauer und die damit verbundenen seelischen Belastungen in den Blick. Gemeinsam soll darüber gesprochen werden, was Menschen in Situationen des Abschieds brauchen und welche Rolle Unterstützung, Mitgefühl und menschliche Nähe dabei spielen können.

Auf dem Podium nehmen **Oliver Wendenkampf, Geschäftsführer des Umweltzentrums Westfalen und Notfallseelsorger**, und **Sebastian Roth, Hospizleitung des Hospizes am Wallgang in Lünen**, Platz. Sie bringen unterschiedliche Erfahrungen aus der Begleitung von Menschen in schwierigen und belastenden Situationen mit und geben Einblicke in ihre Arbeit.

Die Veranstaltung möchte dazu beitragen, Berührungsängste abzubauen und einen offenen Austausch über Sterben, Tod und Trauer zu ermöglichen. Denn auch wenn der Tod häufig ein Tabuthema ist, gehört die Auseinandersetzung damit zum Leben – und kann helfen, Betroffene und Angehörige in schweren Zeiten besser zu verstehen und zu unterstützen.

Die Podiumsdiskussion findet am **Montag, 19. Oktober 2026, von 18 bis 21 Uhr** in der **Ökologiestation des Kreises Unna, Dr.-Detlef-Timpe-Weg 1, 59192 Bergkamen**, statt. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist bis Donnerstag, 15. Oktober, beim Umweltzentrum Westfalen erforderlich. Ansprechpartnerin ist **Sandrine Seth**, Telefon 02389 980911, E-Mail: sandrine.seth@uwz-westfalen.de.