



Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



Böckmanns Laden

Diakonisches Werk Herford e.V.
Oetinghauser Weg 6
32051 Herford

Telefon: **05221/56034**

Unsere Internetseite: www.unser-quartier.de/boeckmanns-laden

E-Mail: boeckmanns.laden@teleos-web.de

In Kooperation mit der Stadt

HERFORD

Die Angebote von Böckmanns Laden sind offen für alle:

Zu den in diesem Faltblatt aufgeführten Veranstaltungen sind Sie herzlich eingeladen. Die Veranstaltungen sind offen für alle Interessierten. Wenn eine vorherige Anmeldung erforderlich ist, ist dies angegeben.

Bürozeiten:

Für Anfragen, Rückfragen, Anmeldungen und Anmerkungen, usw. ist unser Büro regelmäßig zu folgenden Zeiten für Sie geöffnet:

Montags 09.00 – 12.00 Uhr
Donnerstags 14.00 – 17.00 Uhr

Guter Rat rund ums Alter:

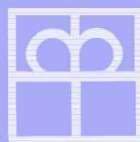
Ganz gleich ob Sie eine konkrete Information brauchen oder sich Kummer einfach mal „von der Seele reden“ wollen. Bei uns sind Sie auf jeden Fall richtig. Durch die Kontakte innerhalb des Netzwerkes der Diakonie können wir zu Fragen rund ums Alter Auskunft geben und die benötigten Hilfen vermitteln.

Kleine Hilfen im Alltag:

Die Freiwilligen-Agentur bietet kleine Alltagshilfen, wie Kleinstreparaturen oder Begleitung zu Einkauf oder Arztbesuchen an. Wer diese Hilfen in Anspruch nimmt, zahlt lediglich eine Pauschale von 2,00 €, sowie entstehende Auslagen, wie Fahrtkosten, Parkgebühren oder für Reparaturen benötigtes Material.

Anfragen können unter 05221/27 68 44 gestellt werden.

Die nächsten Treffen der Helferinnen und Helfer finden am 02.12.2013. und 06.01.2014 ab 15.30 Uhr statt.

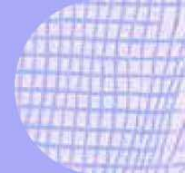
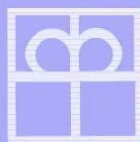
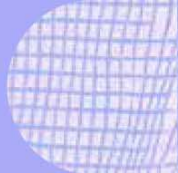


Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



Böckmanns Laden

Dezember 2013



Gesellig, unterhaltsam, informativ:

Frühstückstreff – Frühstück und mehr:

Frühstück in gemütlichen Tischgruppen. Kaffee, Tee und Brötchen satt, dazu gibt es Marmelade, Quark, Käse- und Wurstaufschnitt.

Alle 14 Tage montags um 09.00 Uhr. Die Termine im Dezember:

02.12.2013: Klönfrühstück

16.12.2013: Adventliche Geschichten.

Männergesprächskreis:

Männer sind in Böckmanns Laden natürlich immer willkommen, aber hier ganz ausdrücklich! Erst gibt es ein kleines gemeinsames Frühstück und dann geht es „zur Sache“: Diskussion oder ein Vortrag.

Alle 14 Tage montags um 10.00 Uhr. Die Termine im Dezember:

09.12.2013: Klönfrühstück

„Wo man singt, da lass dich ruhig nieder“:

Ein Nachmittag mit Kaffeetrinken, Singen, Geschichten

Termin: Mittwoch, 04.12.2013, 15.00 Uhr

Donnerstagscafé:

Ab 14.00 Uhr ist geöffnet. Zeit zum Ankommen und Klönen. Ab 14.30 Uhr gibt es Kaffee und Kuchen und dann wird gespielt – Mensch ärgere dich nicht, Rommé, Kniffel, ...

Jeden Donnerstag um 14.30 Uhr

Termine im Dezember: 05.12., 12.12. und 19.12.2013

Handarbeitsgruppe:

Handarbeiten in Gemeinschaft. Alle arbeiten an dem, was sie interessiert. Innerhalb der Gruppe ist ein Austausch von Tipps und Ideen möglich.

Alle 14 Tage mittwochs um 15.00 Uhr.

Die Termine im Dezember: 11.12. 2013

Gesundheit und Bewegung:

Gymnastik für Ältere:

Gymnastik trainiert Muskeln und Gelenke, die im Alltag vernachlässigt werden, die aber trotzdem für Beweglichkeit und Wohlbefinden wichtig sind. In unserer Gruppe werden vor allem Übungen im Sitzen gemacht und spezielle Sportkleidung ist nicht erforderlich.

Jeden Montag um 15.00 Uhr. Die Termine im Dezember:

02.12., 09.12. und 16.12.2013

Am 16.12. gibt es ab 14.30 Uhr ein adventliches Kaffeetrinken

Qi Gong-Gruppe:

Qi Gong steigert die Beweglichkeit und reguliert den Energiehaushalt des Körpers. Die Übungen können sowohl im Stehen als auch im Sitzen ausgeführt werden. Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich, da alle Bewegungen angesagt werden.

Jeden Montag um 16.30 Uhr. Die Termine im Dezember:

02.12., 09.12. und 16.12.2013

Am Montag, 02.12.2013 findet nach dem Qi Gong das alljährliche gemeinsame Abendessen von Qi Gong und Tai Chi Gruppe statt.

Nordic Walking:

Die Nordic Walking Gruppe trifft sich dienstags und donnerstags, um gemeinsam etwa eine Stunde lang zu laufen. Treffpunkt ist der Parkplatz am Diebrocker Friedhof an der Hausheider Straße.

Seit November ist der Beginn wieder um 09.30 Uhr.

Jeden Dienstag und Donnerstag um 09.30 Uhr.

Die nächsten Termine: 03.12., 05.12., 10.12.*, 12.12., 17.12., 19.12.

Für Dienstag, 10.12.2013 ist ein gemeinsames Frühstück im Lutherhaus geplant. Beginn ist um 09.00 Uhr.

Selbsthilfegruppe Migräne

Die Selbsthilfegruppe Migräne trifft sich an jedem dritten Montag des Monats im Lutherhaus. Interessierte sind herzlich willkommen.

Termin im November: Montag, 16.12.2013, 18.00 Uhr



Fahrt zum Weihnachtsmarkt in Osnabrück:

Der Weihnachtsmarkt in Osnabrück ist zweigeteilt. Ein Teil befindet sich am Dom, der andere am wunderschönen Rathausplatz. Für den Weihnachtsmarkt und einen Einkaufsbummel haben Sie bis 18.30 Uhr Zeit.

Kosten: 12,00 Euro

Termin: Mittwoch, 11.12.2013

Abfahrt:	Bushaltestelle Gänsemarkt:	13.00 Uhr
	Bushaltestelle Ballerstraße:	13.05 Uhr
	Bushaltestelle Am Knie:	13.10 Uhr
	Bushaltestelle Herringhausen Schule:	13.15 Uhr

Vorherige Anmeldung erforderlich

Adventsfeier in Böckmanns Laden

Unsere Adventsfeier mit den gewohnten und bewährten Zutaten wie in den vorherigen Jahren: weihnachtlichen Geschichten und Liedern, gemeinsamen Kaffeetrinken, usw.. Herzliche Einladung an alle! Wir bitten allerdings wieder um eine vorherige Anmeldung, um planen zu können.

Dienstag, 17.12.2013, 14.30 bis 17.00 Uhr

Verlängertes Frühstück

Herzliche Einladung zu einem gemütlichen und ausgiebigen Frühstück bis in die Mittagszeit hinein.

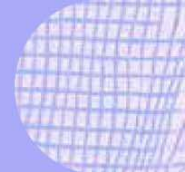
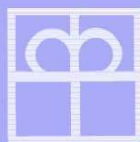
Wir bitten um Anmeldung bis Donnerstag, 19.12.2013

Freitag, 03.01.2014, ab 09.30 Uhr

Lebendiger Adventskalender der Kirchengemeinde Herford-Mitte

An den Abenden der Adventszeit (Ausnahme sind die Sonntage) gibt jeweils ab 18.00 Uhr die Möglichkeit sich zu einem wärmenden Getränk, einer Geschichte und zu netten Gesprächen zu treffen.

Die wechselnden Orte, die über die gesamte Gemeinde verteilt sind, kann man den blauen Prospekten entnehmen, die in allen Gemeindehäusern, also auch im Lutherhaus, ausliegen.



Kurse:

Gedächtnistraining:

Die Gedächtnistrainingskurse haben Ende September, Anfang Oktober wieder begonnen. Die Termine sind wie gewohnt am Mittwoch und Donnerstag ab 10.00 Uhr. Die Kurse laufen über 10 Termine.

Die Termine im Dezember:

Mittwuchsgruppe: 11.12., und 18.12.2013 (Kursende)

Donnerstagsgruppe: 05.12., 12.12. und 19.12.2013

Gemeinsam ins Herforder Theater:

Alle Karten sind bis zum 11.12.2013 reserviert!!!

Musical Night (Show Enterprises Törber GmbH)

Termin: Sonntag, 12.01.2014, 19.00 Uhr

„Die Zirkusprinzessin“ Operette von Emmerich Kálmán,
Operettenbühne Wien

Termin: Samstag, 18.01.2014, 19.00 Uhr

„Die Muschelsucher“ Schauspiel nach dem Roman von
Rosamunde Pilcher

Termin: Sonntag, 09.03.2014, 19.00 Uhr

„Der Wind hat mir ein Lied erzählt...“ Zarah Leander Revue

Termin: Samstag, 05.04.2014, 19.00 Uhr