



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:

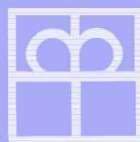
Ganz gleich ob Sie eine konkrete Information brauchen oder sich Kummer einfach mal „von der Seele reden“ wollen. Bei uns sind Sie auf jeden Fall richtig. Durch die Kontakte innerhalb des Netzwerkes der Diakonie können wir zu Fragen rund ums Alter Auskunft geben und die benötigten Hilfen vermitteln.

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 07.04.2014 und am 05.05.2014 ab 15.30 Uhr statt.

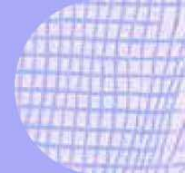
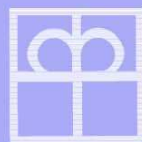
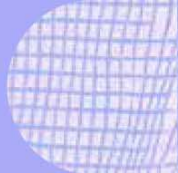


Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



Böckmanns Laden

April 2014



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 April:

07.04.2014: Klönfrühstück

28.04.2014: SOS-Kinderdörfer mit Frau Ilse Wolf

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 nächsten Termine:

10.04.2014: Klönfrühstück

04.05.2014: Klönfrühstück

Mittagessen:

In diesem Monat gibt es: Wachsbrechbohnsensalat, Gulasch mit Kartoffelklößen oder Kartoffeln und Rotkohl, als Nachtisch Quarkcremespeise mit Obst
Anmeldung bis: Montag, 14.04.2014

Termin: Mittwoch, 16.04.2014, 12.00 Uhr

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

Ein Nachmittag mit Kaffeetrinken, Singen, Geschichten

Termin: Mittwoch, 23.04.2014, 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 April: 03.04., 10.04., 17.04. und 24.04.2014

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 April: 02.04., 16.04. und 30.04.2014

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 April:

07.04., 14.04. und 28.04.2014

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 April:

07.04., 14.04. und 28.04.2014

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.

Ab April ist der Beginn wieder um 09.00 Uhr.

Jeden Dienstag und Donnerstag um 09.00 Uhr.

Die nächsten Termine: 01.04., 03.04., 08.04., 10.04., 15.04., 17.04., 22.04., 24.04. und 29.04.2014

Kurse:

Gedächtnistraining:

Die Termine im April:

Mittwochsgruppe: 02.04., 16.04. und 23.04.2014

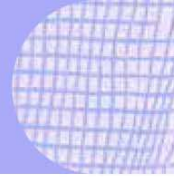
Donnerstagsgruppe: 03.04., 10.04., 17.04. und 24.04.2014

VHS-Kurs Seiden- und Acrylmalerei:

Seiden- und Acrylmalerei für Neueinsteiger/-innen und Fortgeschrittene (insgesamt 10 Termine)

Jeden Dienstag ab 09.30 Uhr. Die Termine im April:

01.04., 08.04. und 29.04.2014



Böckmanns Laden unterwegs:

Fahrt zu den Externsteinen:

Nach einem gemeinsamen Kaffeetrinken beim Felsenwirt ist Gelegenheit zu einem kurzen oder auch längeren Gang zu den Externsteinen und durch den umliegenden Wald. Anreise mit Bullis oder Fahrgemeinschaften.

Termin: Dienstag, 08.04.2014, 13.30 Uhr

Fahrt zu „Emsflower“:

Wenn wir ankommen gibt es zunächst eine Gulaschsuppe zur Stärkung. Danach steht eine etwa 90 minütige Führung durch den Kakteen- und Tropengarten, das Aufzucht- und Schnittblumenhaus sowie Logistik und Produktion an. Anschließend ist Zeit, die schönsten und interessantesten Stellen noch einmal allein aufzusuchen oder im angegliederten Gartencenter einzukaufen.

Kosten: 28,00 Euro (incl. Busfahrt, Gulaschsuppe und Führung)

Termin: Dienstag, 22.04.2014

Abfahrt:	Bushaltestelle Gänsemarkt:	10.00 Uhr
	Bushaltestelle Ballerstraße:	10.05 Uhr
	Bushaltestelle Am Knie:	10.10 Uhr
	Bushaltestelle Herringhausen Schule:	10.15 Uhr

Anmeldung bis Donnerstag, 17.04.2014

Muttertagsausflug ins Freilichtmuseum in Detmold:

Für die Mittagszeit werden wir für die Gruppe Plätze im Museumsrestaurant „Im Weißen Ross“ reservieren. Wir haben die Speisekarte hier, so dass wir vorab das Essen bestellen können, damit es nicht so lange dauert. Rückfahrt gegen 17.00 Uhr

Kosten: 20,00 Euro (für Busfahrt und Eintritt)

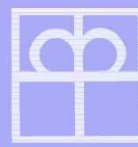
Termin: Sonntag, 11.05.2014

Abfahrtszeiten: Bushaltestelle Herringhausen Schule: 09.45 Uhr, Am Knie: 09.50 Uhr, Ballerstr. 09.55 Uhr, Gänsemarkt: 10.00 Uhr

Sicher mit dem Rad unterwegs:

Im April starten wir wieder in die Radtourensaison. Dann werden wieder die Fragen auftauchen: Welchen (Rad-)Weg darf ich, welchen muss ich benutzen? Was darf ich auf einer Fahrradstraße? Wie verhalte ich mich im Kreisverkehr korrekt? An diesem Nachmittag stehen zwei Verkehrsberater der Polizei zu unserer Verfügung um diese und viele andere Fragen zu beantworten.

Termin: Freitag, 04.04.2014, 14.30 Uhr



Fahrradtouren:

Eine Bitte zu Beginn der Fahrradsaison: **Bitte möglichst immer vorher anmelden!** Natürlich kommt es meistens auf eine Person mehr oder weniger nicht an. Aber wir kehren fast immer irgendwo ein, und es ist schön, wenn man vorher Plätze reservieren kann.

Fahrradausflug nach Schötmar

Zum Eingewöhnen fahren wir über den Wall und an der Werre entlang nach Bad Salzungen und Schötmar. Die Strecke ist weitgehend flach, verkehrsarm und der Hin- und Rückweg (ab Lutherhaus) sind zusammen reichlich 25 Kilometer lang. Das Café am Kirchplatz, wo wir Rast machen werden, ist kein Gewerbebetrieb, daher müssen wir die Personenzahl **bis Dienstag, 08.04.** angeben. **Bitte rechtzeitig anmelden!!**

Termin: Freitag, 11.04.2014, 13.30 Uhr

Fahrradtour in Richtung Bünde

Wir fahren zum Café „Leib & Seele“ bei Bünde. Insgesamt wird die Tour etwa 30 weitgehend flache Kilometer lang sein. Treffpunkt ist das Lutherhaus. (Zweiter Treffpunkt die ehemalige Apotheke „Am Rhin“ in Oetinghausen)

Termin: Freitag, 25.04.2014, 13.30 Uhr (Bitte anmelden!)

Fahrradtour nach Jöllenbeck

Wir fahren über Herringhausen und Pödinghausen nach Jöllenbeck. Der zweite Treffpunkt ist an der Herringhauser Kirche.

Termin: Freitag, 02.05.2014, 13.30 Uhr (Bitte anmelden!)

Planung, Vorbereitung, Mitarbeit:

Planungsfrühstück: „Was bieten wir (Ehe-)Paaren an?“

Bei den großen Feiern sind erstaunlich viele (Ehe-)paare unter den Gästen. Im Normalbetrieb über das Jahr ist das anders. Lediglich bei den Radtouren und bei manchen Mittagessen oder Ausflügen sind auch Paare vertreten. Die Frage ist: Brauchen die Paare uns nicht oder haben wir nichts passendes im Angebot?

Termin: Freitag, 04.04.2014, 09.30 Uhr

Planungsfrühstück: Neuerungen beim Sommerfest

In den letzten Jahren hat sich am Sommerfest außer der Teilnehmerzahl nichts geändert. Ist es Zeit für etwas Neues?

Termin: Freitag, 02.05.2014, 09.30 Uhr