



# 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](http://www.unser-quartier.de/boeckmanns-laden)

**E-Mail:** [boeckmanns.laden@teleos-web.de](mailto:boeckmanns.laden@teleos-web.de)

In Kooperation mit der Stadt

**0! herford**

### 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

### Sprechstunde des Seniorenbeirates:

Seit Beginn des Jahres 2015 gibt es Sprechstunden des Seniorenbeirates in den Stadtteilzentren. Wolfgang Thoms steht für Ihre Anliegen und Anfragen zur Verfügung.

**Termin: Dienstag, 22.11.2016, ab 14.30 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 05221/56034 gestellt werden.

Das nächste Treffen der Helferinnen und Helfer findet am 07.11.2016 ab 15.30 Uhr statt.

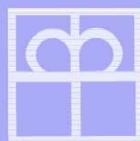


# Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



*Böckmanns Laden*

# November 2016



## 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 November:**

**14.11.2016: Klönfrühstück**

**28.11.2016: Klönfrühstück**

### Männergesprächskreis:

Männer sind in Böckmanns Laden immer willkommen, oft aber in der Minderheit. Hier ist das garantiert nicht so. 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:**

**07.11.2016: Klönfrühstück**

**21.11.2016: Klönfrühstück**

### Mittagessen:

In diesem Monat gibt es: Rindfleischsuppe, Schweinerouladen mit Kartoffeln, Blumenkohl und Bohnengemüse als Nachtisch Banane mit Schokoladensoße.

**Nächster Termin: Mittwoch, 23.11.2016** (Anmeldung bis 21.11.2016)

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

Ein Nachmittag mit Kaffeetrinken, Singen, Geschichten

**Termin: Mittwoch, 30.11.2016, 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, Skip-Bo, ... **Jeden Donnerstag um 14.30 Uhr**

**Termine im November: 03.11., 10.11., 17.11. und 24.11.2016**

### 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.**

**Termine im November: 09.11. und 23.11.2016**

### Klöncafé am Dienstag

Seit Anfang 2015 gibt es das 4-Jahreszeiten-Dienstagscafé. Wir freuen uns auf nette Gäste und interessante Gespräche.

**Die Termine im November: 08.11. und 22.11.2016, jeweils ab 14.30 Uhr**

## 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

**Jeden Montag um 15.00 Uhr. Die Termine im November:**

**07.11., 14.11., 21.11. und 28.11.2016**

### 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 November:**

**07.11., 14.11., 21.11. und 28.11.2016**

### Nordic Walking:

Die Nordic Walking Gruppe trifft sich dienstags und donnerstags, um gemeinsam etwa eine Stunde lang zu laufen. In der Winterzeit ist der Beginn um 09.30 Uhr. Dann ist es weniger kalt und dunkel. Ausgangspunkt ist der Parkplatz am Diebrocker Friedhof an der Hausheider Straße. **Jeden Dienstag und Donnerstag um 09.30 Uhr.**

**Die nächsten Termine: 03.11., 08.11., 10.11., 15.11., 17.11., 22.11., 24.11. und 29.11.2016**

**Die Nordic Walking Gruppe freut sich über neue Mit-Läufer/innen. Bei Bedarf stehen Leihstöcke zur Verfügung. Wenn gewünscht, kümmern wir uns auch um eine fachkundige Einführung.**

### Line-Dance: „Lissy Ladies“

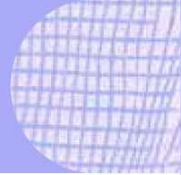
Line-Dance ist eine Tanzform, die in Linien (Lines) neben- und hintereinander getanzt wird – ein Partner ist nicht erforderlich. Jeder einzelne Tanz besteht aus leicht erlernbaren, unterschiedlichen Schrittkombinationen.

Kursleitung: Monika Kolbe

**Die nächsten Termine: 02.11., 09.11., 16.11., 23.11. und 30.11.2016**

**17.00 Uhr bis 18.00 Uhr für Geübte**

**18.00 Uhr bis 18.30 Uhr für Neueinsteiger/innen**



## Fahrdienst „MoSe“

Sie möchten an einer Veranstaltung teilnehmen und wissen nicht wie? Dann nutzen Sie doch unseren Fahrdienst. Der Fahrdienst „MoSe“ (Mobile Senioren) kostet pro Fahrt 2,50 Euro.

Infos und Anmeldung unter 05221/56034

## Gestecke und mehr:

### Grabgestecke selbst gemacht

Wir bieten: eine reichhaltige Auswahl von Materialien, sowie fachkundige Anleitung und (wenn gewünscht) auch tatkräftige Unterstützung.

Leitung: Monika Müller. Anmeldung bis Donnerstag, 10.11.2016

**Termin: Freitag, 11.11.2016, 09.30 Uhr**

### Schöne Adventsgestecke selber machen

An diesem Vormittag können Sie adventliche Gestecke selbst zusammenstellen. Eine reichhaltige Auswahl von Materialien ist vorhanden.

Leitung: Monika Müller. Anmeldung bis Dienstag, 24.11.2015

**Termin: in der Woche vor dem ersten Advent**

## Vorankündigung: Gemeinsam Heilig Abend feiern

Wer vor der Frage steht „Was mache ich denn an Weihnachten?“, ist eingeladen, im Lutherhaus gemeinsam den Heiligen Abend zu feiern. Im Lutherhaus gibt um 18.00 Uhr einen Gottesdienst im großen Kirchsaal, anschließend besteht die Möglichkeit sich im kleinen Gemeinderaum gemeinsam zu essen, zu singen, zu erzählen... Einen Termin zum Kennenlernen und Vorbereiten wird es im Dezember geben.

**Wer interessiert ist, melde sich bitte an!**

## Böckmanns Laden unterwegs:

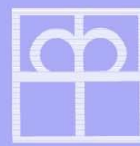
### Fahrt zum Pickertessen bei Rüter in Tonnenheide

**Kosten: 16,00 Euro (incl. Pickert und Kaffee satt)**

**Termin: Dienstag, 15.11.2016**

Abfahrt:	Bushaltestelle Herringhausen Schule	10.45 Uhr
	Bushaltestelle Hochstraße:	10.50 Uhr
	Bushaltestelle Ballerstraße:	10.55 Uhr
	Bushaltestelle Bahnhof :	11.00 Uhr

Anmeldung bis Montag, 14.11.2016



## Fahrt zum Dortmunder Weihnachtsmarkt

Der Dortmunder Weihnachtsmarkt bietet über 300 Stände und den angeblich größten Weihnachtsbaum der Welt. Auf Anfrage ist Hilfe beim abendlichen Nachhausekommen möglich.

Kosten: 12,00 Euro

**Termin: Dienstag, 29.11.2016**

Abfahrt:	Bushaltestelle Herringhausen Schule:	12.45 Uhr
	Bushaltestelle Am Knie:	12.50 Uhr
	Bushaltestelle Ballerstraße:	12.55 Uhr
	Bushaltestelle Gänsemarkt:	13.00 Uhr

Anmeldung bis Montag, 28.11.2016

## Hilfe bei Handy, Smartphone & Co

Die Zahl der Nutzer/-innen von Smartphones nimmt stetig zu. Die Bedienung ist unkompliziert – wenn man weiß, wie es geht!!!

Wenn nicht, wischt man ergebnislos über das glatte Glas des Bildschirms. Bastian Lindemann bietet hier Hilfe an. Der Schüler ist versiert im Umgang mit diesen Geräten und bietet ab sofort donnerstags ab 16.00 Uhr Hilfe bei Problemen mit Smartphones und anderen Handys an.

**Die nächsten Termine: 06.11., 13.11., 20.11. und 27.11.2016, ab 16.00 Uhr**

## Gemeinsam ins Theater in Herford:

**„Momo“, Ballett nach dem Märchen-Roman von Michael Ende**

Samstag, 17.12.2016, 19.00 Uhr

**„Musical-Night in Concert“, Höhepunkte aus 23 Musicals**

Sonntag, 15.01.2017, 19.00 Uhr

**„Oliver Twist“, Musical nach dem Roman von Charles Dickens**

Samstag, 04.03.2017, 19.00 Uhr

**„Der Zigeunerbaron“, Operette von Johann Strauß**

Samstag, 06.05.2017, 19.00 Uhr

laden