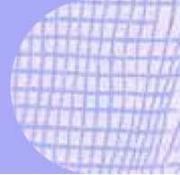




Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



Böckmanns Laden

Diakonisches Werk Herford gGmbH
Oetinghauser Weg 6
32051 Herford

Telefon: **05221/56034**

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

E-Mail: boeckmanns.laden@dw-herford.de

Bürozeiten:

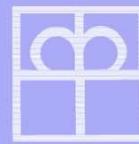
Für Anfragen, Rückfragen, Anmeldungen und Anmerkungen, usw. ist unser Büro regelmäßig zu folgenden Zeiten für Sie geöffnet:

Montags	09.00 – 12.00 Uhr
Donnerstags	14.30 – 17.00 Uhr

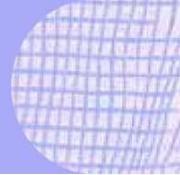
Guter Rat rund ums Alter:

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.

In Kooperation mit der Stadt



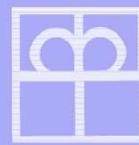
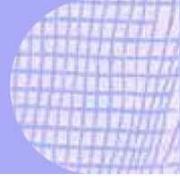
Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



Böckmanns Laden



Februar 2025



Gesellig, unterhaltsam, informativ:

Männerfrühstück (ACHTUNG!! Neue Anfangszeit)

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“:

Jeden 1. und 3. Montag des Monats um 09.30 Uhr. Die nächsten Termine: 03.02. und 17.02.2025

Frühstückstreff – Frühstück und mehr:

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

Jeden 2. und 4. Montag des Monats um 09.00 Uhr.

Die nächsten Termine: 10.02. und 24.02.2025

Donnerstagscafé:

Ab 14.00 Uhr ist geöffnet. Zeit zum Ankommen und Klönen. Ab 14.30 Uhr wird gespielt. Aktuell ist das angesagte Spiel Skip-Bo. Andere Spiele sind möglich. Dazu gibt es Kaffee, Tee und „Nervennahrung“, wie Kekse. **Jeden Donnerstag um 14.30 Uhr**

Termine im Februar: 06.02., 13.02., 20.02. und 28.02.2025

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 Februar: 05.02. und 19.02.2025

Klöncafé am Dienstag

Das Klöncafé lädt zum geselligen Beisammensein ein. Das Motto heißt: Wenn Leute zusammenkommen, gibt es immer etwas, worüber man reden kann.

Wir freuen uns auf nette Gäste und interessante Gespräche.

Die Termine im Februar: 11.02. und 25.02.2025, 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 Februar:

03.02., 10.02. und 17.02.2025

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 Februar:

03.02., 10.02., 17.02., und 24.02.2025

Nordic Walking:

Die Nordic Walking-Gruppe hat Anfang des Jahres einen erfolgreichen Neustart unternommen. Die Gruppe trifft sich auf dem Parkplatz am Friedhof an der Hausheider Straße. Es wird in moderatem Tempo etwa eine Stunde lang gegangen.

Termine: jeden Dienstag und Donnerstag um 09.30 Uhr

Line-Dance: „Lissy Ladies“

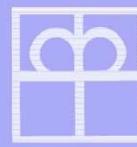
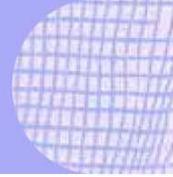
Line-Dance ist eine Tanzform, die in Linien (Lines) neben- und hintereinander getanzt wird – ein Partner ist nicht erforderlich. Jeder einzelne Tanz besteht aus leicht erlernbaren, unterschiedlichen Schrittkombinationen.

Gruppenleitung: Monika Kolbe, **Termine im Februar: auf Anfrage**

Gedächtnistraining:

Das Gedächtnistraining läuft seit einiger Zeit als fortlaufende Gruppe. Um den Vorteil der Gruppe auszunutzen und Interessierten mit Sehbehinderung entgegenzukommen, werden viele Übungen mündlich in der Gruppe gemacht. Arbeitsblätter kommen vorwiegend als Aufgabe für Zuhause zu Einsatz. Neue Interessent/innen sind herzlich willkommen. Eine vorherige Anmeldung ist dabei erwünscht.

Termine im Februar: mittwochs: 05.02., 12.02., 19.02. und 26.02.2025



Böckmanns Laden unterwegs:

Fahrt zum Sensoria -Haus der Düfte und Aromen in Holzminden

Das Sensoria Museum wurde im vergangenen Herbst neu eröffnet und bietet eine schön aufbereitete Reise durch die Welt der Düfte und Aromen: Von der Geschichte aromatischer Naturstoffe, über die synthetische Produktion bis hin zur Rolle von Aromastoffen und Düften in unserer Welt. Nach einer Führung zu Beginn ist noch Zeit, Teile der Ausstellung im eigenen Tempo zu erleben. Zum Abschluss gibt es Kaffee und Kuchen im nahe gelegenen Café am Weserufer.

Kosten: 37,00 Euro (Eintritt, Führung und Kaffeetrinken)

Termin: Dienstag, 18.02.2025

Abfahrt:	Bushaltestelle Herringhausen Schule:	12.15 Uhr
	Bushaltestelle Am Knie:	12.20 Uhr
	Bushaltestelle Ballerstraße:	12.25 Uhr
	Bushaltestelle Gänsemarkt:	12.30 Uhr

Anmeldung erforderlich!!

Besuch der Schäferei Stücke in Löhne-Wittel

Der Besuch der Schäferei startet mit einer Begrüßung und gemeinsamem Kaffeetrinken. Es folgt ein Vortrag über den Betrieb, die Tiere und Produkte und schließlich eine Stallführung und die Möglichkeit des Einkaufs im Hofladen.

Wir fahren in Fahrgemeinschaften.

Kosten: 13,50 Euro (plus Fahrkostenumlage)

Termin: Mittwoch, 26.02.2025, 13.30 Uhr ab Lutherhaus

Startersöckchen-Strickgruppe:

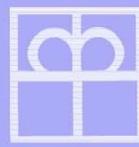
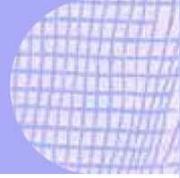
Die Mitglieder der Gruppe stricken Babysöckchen für die Kinder, die im Herforder Klinikum zur Welt kommen. In diesem Monat ist wieder ein reguläres Treffen mit dem traditionellen Tausch von Söckchen gegen neue Wolle.

Nächstes Treffen: Montag, 24.02.2025, 15.00 Uhr

Fahrradtouren

Seit Anfang November sind die Fahrradtouren wieder im „Wintermodus“. Es werden keine Ziele geplant. Wenn das Wetter akzeptabel ist, treffen sich diejenigen, die eine Runde fahren wollen, um 13.00 Uhr am Lutherhaus.

Nähere Informationen zu den Verabredungen können im Büro erfragt werden.



Böckmanns Laden unterwegs:

Fahrt zum Sensoria -Haus der Düfte und Aromen in Holzminden

Das Sensoria Museum wurde im vergangenen Herbst neu eröffnet und bietet eine schön aufbereitete Reise durch die Welt der Düfte und Aromen: Von der Geschichte aromatischer Naturstoffe, über die synthetische Produktion bis hin zur Rolle von Aromastoffen und Düften in unserer Welt. Nach einer Führung zu Beginn ist noch Zeit, Teile der Ausstellung im eigenen Tempo zu erleben. Zum Abschluss gibt es Kaffee und Kuchen im nahe gelegenen Café am Weserufer.

Kosten: 37,00 Euro (Eintritt, Führung und Kaffeetrinken)

Termin: Dienstag, 18.02.2025

Abfahrt:	Bushaltestelle Herringhausen Schule:	12.15 Uhr
	Bushaltestelle Am Knie:	12.20 Uhr
	Bushaltestelle Ballerstraße:	12.25 Uhr
	Bushaltestelle Gänsemarkt:	12.30 Uhr

Anmeldung erforderlich!!

Besuch der Schäferei Stücke in Löhne-Wittel

Der Besuch der Schäferei startet mit einer Begrüßung und gemeinsamem Kaffeetrinken. Es folgt ein Vortrag über den Betrieb, die Tiere und Produkte und schließlich eine Stallführung und die Möglichkeit des Einkaufs im Hofladen.

Wir fahren in Fahrgemeinschaften.

Kosten: 13,50 Euro (plus Fahrkostenumlage)

Termin: Mittwoch, 26.02.2025, 13.30 Uhr ab Lutherhaus

Startersöckchen-Strickgruppe:

Die Mitglieder der Gruppe stricken Babysöckchen für die Kinder, die im Herforder Klinikum zur Welt kommen. In diesem Monat ist wieder ein reguläres Treffen mit dem traditionellen Tausch von Söckchen gegen neue Wolle.

Nächstes Treffen: Montag, 24.02.2025, 15.00 Uhr

Fahrradtouren

Seit Anfang November sind die Fahrradtouren wieder im „Wintermodus“. Es werden keine Ziele geplant. Wenn das Wetter akzeptabel ist, treffen sich diejenigen, die eine Runde fahren wollen, um 13.00 Uhr am Lutherhaus.

Nähere Informationen zu den Verabredungen können im Büro erfragt werden.