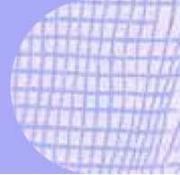




# Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



## *Böckmanns Laden*

Diakonisches Werk Herford gGmbH  
Oetinghauser Weg 6  
32051 Herford

Telefon: **05221/56034**

**Unsere Internetseite:** [www.unser-quartier.de/boeckmanns-laden](http://www.unser-quartier.de/boeckmanns-laden)

**E-Mail:** [boeckmanns.laden@dw-herford.de](mailto:boeckmanns.laden@dw-herford.de)

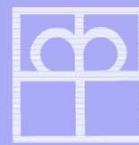
### Bürozeiten:

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

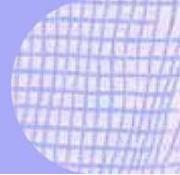
Montags                    09.00 – 12.00 Uhr  
Donnerstags            14.30 – 17.00 Uhr

### 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.



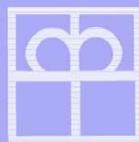
# Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



*Böckmanns Laden*



# Juli 2025



## Gesellig, unterhaltsam, informativ:

### Männerfrühstück

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: 07.07. und 21.07.2025**

### 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: 14.07. und 28.07.2025**

### 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 Juli: 03.07., 10.07., 17.07., 24.07. und 31.07.2025**

### 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 Juli: 09.07. und 23.07.2025**

### 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 Juli: 15.07. und 29.07.2025, 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 Juli:**

**07.07., 21.07. und 28.07.2025**

### 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 Juli:**

**07.07., 14.07., 21.07. und 28.07.2025**

### 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. Die Donnerstagsgruppe trifft sich unregelmäßig, bitte vorher nachfragen.

**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: mittwochs 17.30 Uhr**

### 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 Juli: mittwochs: 09.07., 16.07., 23.07 und 30.07.2025**



## Urlaub ohne Koffer:

Eine Woche raus aus dem Alltag. Wir treffen uns um 09.00 Uhr zu einem gemeinsamen Frühstück. Am Vormittag gibt es ein unterhaltsames Programm im Lutherhaus. Nach Mittagessen und Mittagspause stehen dann nachmittags kleine Ausflüge in die Umgebung an. (Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich)

**Termin: Montag, 25.08. bis Freitag, 29.08.2025**

## Grillfest am Lutherhaus

Auch in diesem Jahr wollen wir wieder ein großes Grillfest an Böckmanns Laden feiern. Dabei hoffen wir auf stabiles angenehmes Wetter für ein schönes Gartenfest. Wir laden ein zu Würstchen, Salat und kühlen Getränken. Um allen Gästen eine angemessene Sitzgelegenheit bieten und die Lebensmittelmengen kalkulieren zu können, bitten wir um eine vorherige Anmeldung.

**Termin: Freitag, 15.08.2025, ab 17.00 Uhr**

## Böckmanns Laden unterwegs:

Anrufe für Anmeldungen sind immer willkommen, nicht nur während der regelmäßigen Bürozeiten.

## Fahrt zum Steinhuder Meer

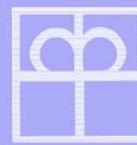
Steinhude liegt am Südufer des größten Sees in Niedersachsen. Der Ort bietet wunderbares Urlaubsflair mit Läden, Cafés und Fischbrötchenständen. Der geplante Aufenthalt ist von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr. In der Zeit von 15.00 Uhr bis ca. 16.30 Uhr ist eine Schiffsrundfahrt eingeplant. Wer diese Rundfahrt nicht mitmachen möchte, kann sich abmelden und zahlt dann 15,00 Euro.

Kosten: 30,00 Euro (incl. Schiffsrundfahrt)

**Termin: Dienstag, 22.07.2025**

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

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich!



## 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, 28.07.2025, 15.00 Uhr**

## Fahrradtouren

Im Juli trifft sich die Fahrradgruppe in der Regel wieder um 13.30 Uhr am Lutherhaus zu einer Fahrradtour in die nähere Umgebung. Nähere Informationen zu den geplanten Touren können kurzfristig unter: <https://unser-quartier.de/boeckmanns-laden/category/planungen/fahrradtouren/> abgerufen werden.

Abweichende Anfangszeiten oder Abfahrtsorte werden frühzeitig im Monatsprogramm bekannt gegeben.

## Von Südhemmern nach Messlingen (Einkehr in der Mühle)

Von Mühle zu Mühle. In Messlingen an der Mühle gibt es reichlich zu Essen, Wurst, Käse, Marmelade,...

Anmeldung bis Dienstag, 22.07.2025

**Termin: Freitag, 25.07.2025, 09.00 Uhr**

## Fahrradrunde ab Steinhagen

Südlich des Teutoburger Waldes wird die Landschaft flach. (Das Münsterland ist nahe) Wir fahren eine Runde von ca. 40 Kilometern. Es gibt keine Einkehr zur Mittagszeit, sondern erst am Nachmittag.

Bitte vorher anmelden!!

**Termin: Freitag, 08.08.2025, 09.00 Uhr**

Aktuelles:





## Urlaub ohne Koffer:

Eine Woche raus aus dem Alltag. Wir treffen uns um 09.00 Uhr zu einem gemeinsamen Frühstück. Am Vormittag gibt es ein unterhaltsames Programm im Lutherhaus. Nach Mittagessen und Mittagspause stehen dann nachmittags kleine Ausflüge in die Umgebung an. (Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich)

**Termin: Montag, 25.08. bis Freitag, 29.08.2025**

## Grillfest am Lutherhaus

Auch in diesem Jahr wollen wir wieder ein großes Grillfest an Böckmanns Laden feiern. Dabei hoffen wir auf stabiles angenehmes Wetter für ein schönes Gartenfest. Wir laden ein zu Würstchen, Salat und kühlen Getränken. Um allen Gästen eine angemessene Sitzgelegenheit bieten und die Lebensmittelmengen kalkulieren zu können, bitten wir um eine vorherige Anmeldung.

**Termin: Freitag, 15.08.2025, ab 17.00 Uhr**

## Böckmanns Laden unterwegs:

Anrufe für Anmeldungen sind immer willkommen, nicht nur während der regelmäßigen Bürozeiten.

### Fahrt zum Steinhuder Meer

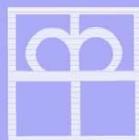
Steinhude liegt am Südufer des größten Sees in Niedersachsen. Der Ort bietet wunderbares Urlaubsflair mit Läden, Cafés und Fischbrötchenständen. Der geplante Aufenthalt ist von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr. In der Zeit von 15.00 Uhr bis ca. 16.30 Uhr ist eine Schiffsrundfahrt eingeplant. Wer diese Rundfahrt nicht mitmachen möchte, kann sich abmelden und zahlt dann 15,00 Euro.

Kosten: 30,00 Euro (incl. Schiffsrundfahrt)

**Termin: Dienstag, 22.07.2025**

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

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich!



## 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, 28.07.2025, 15.00 Uhr**

## Fahrradtouren

Im Juli trifft sich die Fahrradgruppe in der Regel wieder um 13.30 Uhr am Lutherhaus zu einer Fahrradtour in die nähere Umgebung. Nähere Informationen zu den geplanten Touren können kurzfristig unter: <https://unser-quartier.de/boeckmanns-laden/category/planungen/fahrradtouren/> abgerufen werden.

Abweichende Anfangszeiten oder Abfahrtsorte werden frühzeitig im Monatsprogramm bekannt gegeben.

### Von Südhemmern nach Messlingen (Einkehr in der Mühle)

Von Mühle zu Mühle. In Messlingen an der Mühle gibt es reichlich zu Essen, Wurst, Käse, Marmelade,...

Anmeldung bis Dienstag, 22.07.2025

**Termin: Freitag, 25.07.2025, 09.00 Uhr**

### Fahrradrunde ab Steinhagen

Südlich des Teutoburger Waldes wird die Landschaft flach. (Das Münsterland ist nahe) Wir fahren eine Runde von ca. 40 Kilometern. Es gibt keine Einkehr zur Mittagszeit, sondern erst am Nachmittag. Bitte vorher anmelden!!

**Termin: Freitag, 08.08.2025, 09.00 Uhr**

Aktuelles:

