



# 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.

Böckmanns Laden nimmt außerdem für den Herforder Westen am Programm „Präventiver Hausbesuch“ in der Stadt Herford teil. Alle Herforder und Herforderinnen über 75 Jahre werden nach und nach angeschrieben und können am angekündigten Termin einen Besuch erhalten, um über ihre Anliegen zu sprechen.

Wer aber jetzt schon das Gefühl hat, er könnte Unterstützung gebrauchen, kann sich gerne an uns wenden.

In Kooperation mit der Stadt

**0! herford**



# Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



## Januar 2026

*Böckmanns Laden*



## 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: 05.01. und 19.01.2026**

### 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: 12.01. und 26.01.2026**

### 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 Januar: 08.01., 15.01., 22.01. und 29.01.2026**

### 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 Januar: 07.01. und 21.01.2026**

### 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 Januar: 06.01. und 20.01.2026, 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 Januar:**

**05.01., 12.01., 19.01. und 26.01.2026**

### 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 Januar:**

**12.01., 19.01. und 26.01.2026**

### Nordic Walking:

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.

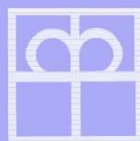
Gruppenleitung: Monika Kolbe,

**Termine im Januar: mittwochs 17.30 Uhr am 14.01., 21.01. und 28.01.2026**

### 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 Anmeldung ist dabei erwünscht.

**Termine im Januar: mittwochs 10.00 Uhr am 14.01., 21.01. und 28.01.2026**



## **Böckmanns Laden unterwegs:**

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

## **Fahrt zum Grünkohlessen in Rüters Gasthaus in Rahden-Tonnenheide**

Der Winter ist die Zeit der Ruhe, um in der warmen Stube gutes Essen zu genießen. Wir fahren zu Rüters Gasthaus in Rahden-Tonnenheide. Dort bekommen wir Grünkohl mit Kartoffeln, Kohlwurst, Rauchenden und Kassler – gut und reichlich.

Kosten: 29,00 Euro

**Termin: Dienstag, 27.01.2026**

Abfahrt:	Bushaltestelle Gänsemarkt:	11.00 Uhr
	Bushaltestelle Ballerstraße:	11.05 Uhr
	Bushaltestelle Am Knie:	11.10 Uhr
	Bushaltestelle Herringhausen Schule:	11.15 Uhr

Anmeldung erforderlich!!

## **Winterliches Treffen im Gemeindehaus in Herringhausen**

Wir treffen uns um 14.00 Uhr am Gemeindehaus in Herringhausen für eine mehr oder weniger lange Spazierrunde. Wer nicht laufen mag oder kann, kommt um 15.00 Uhr zum geselligen Ausklang bei Essen und Trinken.

Bitte anmelden, damit wir planen können!!!

**Termin: Freitag, 13.02.2026, 14.00 Uhr (bzw. 15.00 Uhr)**

## **Startersöckchen-Strickgruppe:**

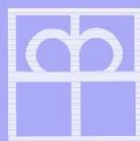
Die Mitglieder der Gruppe stricken Babysöckchen für die Kinder, die im Herforder Klinikum zur Welt kommen. In diesem Monat ist wieder ein reguläres Treffen mit dem traditionellen Tausch von Söckchen gegen neue Wolle.

**Nächstes Treffen: Montag, 26.01.2026, 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:**

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

## **Fahrt zum Grünkohlessen in Rüters Gasthaus in Rahden-Tonnenheide**

Der Winter ist die Zeit der Ruhe, um in der warmen Stube gutes Essen zu genießen. Wir fahren zu Rüters Gasthaus in Rahden-Tonnenheide. Dort bekommen wir Grünkohl mit Kartoffeln, Kohlwurst, Rauchenden und Kassler – gut und reichlich.

Kosten: 29,00 Euro

**Termin: Dienstag, 27.01.2026**

Abfahrt:	Bushaltestelle Gänsemarkt:	11.00 Uhr
	Bushaltestelle Ballerstraße:	11.05 Uhr
	Bushaltestelle Am Knie:	11.10 Uhr
	Bushaltestelle Herringhausen Schule:	11.15 Uhr

Anmeldung erforderlich!!

## **Winterliches Treffen im Gemeindehaus in Herringhausen**

Wir treffen uns um 14.00 Uhr am Gemeindehaus in Herringhausen für eine mehr oder weniger lange Spazierrunde. Wer nicht laufen mag oder kann, kommt um 15.00 Uhr zum geselligen Ausklang bei Essen und Trinken.

Bitte anmelden, damit wir planen können!!!

**Termin: Freitag, 13.02.2026, 14.00 Uhr (bzw. 15.00 Uhr)**

## **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, 26.01.2026, 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