



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.

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



März 2026

Böckmanns Laden



Gesellig, unterhaltsam, informativ:

Männerfrühstück

Beginn mit einem kleinen Frühstück aus belegten Brötchen und Broten und danach Zeit für Unterhaltung und Diskussionen.

Jeden 1. Und 3. Montag des Monats um 09.30 Uhr. Die nächsten Termine: 02.03. und 16.03.2026

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: 09.03. und 23.03.2026**

Frühstück „für alle“:

Der September hat 5 Montage. Für die ersten 4 Montage eines Monats hat sich eine Aufteilung zwischen Männern und Frauen eingespielt. Dieses Frühstück ist „für alle“. Wir freuen uns auf viele Gäste. Der Beginn ist um 09.30 Uhr

Termin: 30.03.2026, 09.30 Uhr

Neu: Spielen am Mittwochabend:

In geselliger Runde können neue Spiele ausprobiert werden oder das Lieblingsspiel zusammen mit anderen ausprobiert werden. Eine Auswahl an Spielen ist vorhanden. Mitgebrachte Spiele sind ebenso willkommen.

Termine im März: Mittwoch, 04.03. und 18.03.2026, ab 18.45 Uhr

Spielen am Donnerstag:

Ab 14.00 Uhr ist geöffnet. Zeit zum Ankommen und Klönen. Ab 14.30 Uhr wird gespielt. Aktuell ist wird meistens Skip-Bo und Rummy Cup gespielt. Andere Spiele sind möglich. Dazu gibt es Kaffee, Tee und „Nervennahrung“, wie Kekse.

Jeden Donnerstag um 14.30 Uhr

Termine im März: 05.03., 12.03., 19.03. und 26.03.2026

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 März: 04.03. und 18.03.2026

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 März:
02.03., 09.03., 16.03., 23.03. und 30.03.2026**

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 März:
02.03., 16.03., 23.03. und 30.03.2026**

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

Am Dienstag, 10.03.2026, 09.30 Uhr Frühstück im Lutherhaus

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 März: mittwochs 17.30 Uhr am 04.03., 11.03., 18.03. und 25.03.2026

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 März: mittwochs 10.00 Uhr 04.03., 11.03. und 25.03.2026



Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



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 März: 03.03., 17.03. und 31.03.2026, ab 14.30 Uhr

Treffpunkt Smartphone

Ein Smartphone kann alles mögliche sein: Fotoapparat, Brieftasche, Navigationsgerät, Spielzeug, usw. Es gibt über 2 Millionen Anwendungsprogramme (Apps).

Auch wer die Grundzüge beherrscht, kann immer wieder Neues entdecken. Das wollen wir gemeinsam tun. Vorschlag für ein erstes Treffen ist das Hinterlegen von Notfallinformationen und die Vorkehrungen für den Verlust des Gerätes.

Nach diesen eher ernsten Themen ist noch Zeit, um Themen für ein weiteres Treffen zu sammeln.

Termin: Mittwoch, 25.03.2026, 15.00 Uhr

Böckmanns Laden unterwegs:

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

Stadtrundfahrt in Hannover

Ob gotische Hansestadt, einstige königliche Residenzhauptstadt, wilhelminische Industriestadt des Nordens oder moderne Landeshauptstadt – die wechselvolle Geschichte prägt Hannovers Stadtbild und macht sie zu einem Ort, an dem es kulturhistorisch viel zu entdecken gibt. Unsere Stadtrundfahrt startet am prächtigen Rathaus von 1913 und endet mit einem Kaffeetrinken in der „Finca BarCelona“. Das Kaffeetrinken muss separat bezahlt werden.

Kosten: 18,00 Euro (Bus und Stadtrundfahrt)

Termin: Dienstag, 24.03.2026

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!!



Netzwerk Diakonie in Ihrem Stadtteil



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, 30.03.2026, 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, freitags um 13.00 Uhr am Lutherhaus.

Nähere Informationen zu den Verabredungen können im Büro erfragt werden.