

**An unsere Mitglieder
Von Frauen für Frauen!**



Wilstedt, 26. September 2024



Liebe LandFrauen!

Zu unserer nächsten **Monatsversammlung** am

Dienstag, den 29. Oktober 2024 um 19:00 Uhr im Landgasthof Willenbrock

laden wir euch ganz herzlich ein. Es wird ein Gesprächsabend unter der Leitung zweier Hebammen, die hier bei uns auf dem Land tätig sind.

Thema: **„Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind großzuziehen!“**

Die Hebammen Cordula Jäger und Noëmi Bammann möchten aus ihren Erfahrungen berichten, wie Angehörige, Freunde und Nachbarn junge Eltern unterstützen können, wenn ein Kind geboren wird. Die Freude ist groß und doch ist viel Wissen ums Wochenbett und sinnvolle Unterstützung der jungen Mutter/ Eltern verloren gegangen. Die beiden Hebammen geben im Gespräch Tipps, wie schon werdenden Eltern bei den Vorbereitungen geholfen werden kann und möchten mit Vorurteilen aufräumen.

Es wird ein gemütlicher Abend mit einem herbstlichen Imbiss und entspannten Beisammensein.

Termin: Dienstag, 29. Oktober 2024

Zeit: 19:00 Uhr

Ort: Landgasthof Willenbrock, Hauptstraße 16, Kirchtimke

Kosten: 12,00 Euro

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **22. Oktober 2024** an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an: landfrauenonline@gmx.de

Plattdeutsch - Die Sprache des Nordens

Mit „Döntjes ut`n Düwelsmoorun um to“ möchten wir uns in lockerer Runde mit der niederdeutschen Sprache beschäftigen. Die einst als „Bauernsprache“ als minderwertig angesehene Mundart findet immer mehr Freunde. In dem Kurs, der zunächst nur fünf Stunden umfasst, könnt ihr mittels kleiner Anekdoten von Autoren aus Moor und Geest den die Sprache hören, sprechen, lesen und verstehen lernen. Das Angebot richtet sich nicht nur an Neugierige, auch Geübte sind herzlich willkommen. Bei Interesse ist eine Fortsetzung der Gesprächsrunde vorgesehen.

Termin: Donnerstag, den 10.10.2024, 17.10.2024, 24.10.2024, 07.11.2024 und 14.11.2024
(insgesamt 5 Abende)

Zeit: 18:30 bis 19:30 Uhr

Ort: Gemeinde Wilstedt, Am Brink 2, kleiner Sitzungsraum

Leitung: Hanna Schulz, Wilstedt

Kosten: 7,50 Euro (Nichtmitglieder: 12,50 Euro); der Betrag wird am 1. Abend vor Ort eingesammelt

Teilnehmerinnenzahl: mindestens 5, maximal 10 Frauen

Bitte bringt euch ein Getränk mit!

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **4. Oktober 2024** an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an: landfrauenonline@gmx.de.

Das kleine ABC des Nähens -Tipps und Tricks für einfache Näharbeiten

Eine Hose oder einen Rock kürzen, eine aufgeplatzte Naht nähen, einen Reißverschluss ersetzen oder etwas ausbessern: Wie oft denken wir, kein Problem! Aber wie geht`s? Die Schneidermeisterin Änne Wiege sagt dazu: „Alles machbar.“ Sie möchte ihr Wissen, ihre Tipps und Tricks an uns weitergeben und uns zeigen, wie kleine Dinge schnell erledigt werden können. Eure Wünsche werden berücksichtigen. Bringt eure zu erledigenden Näharbeiten mit und erlebt unter fachkundiger Anleitung wie mit einfachen Tipps und Tricks so manche Näharbeit ganz leicht von der Hand geht. Änne Wiege bringt zusätzlich Stoffe mit, damit auch vor Ort auftretende Fragen praktisch beantwortet werden können.

Termin: Mittwoch, den 06.11.2024 und 13.11.2024

Zeit: 19:00 bis 21:00 Uhr

Ort: Gemeinde Wilstedt, Am Brink 2, kleiner Sitzungsraum

Leitung: Änne Wiege (Schneidermeisterin in Wilstedt)

Kosten: 10,00 Euro (Nichtmitglieder: 12,00 Euro); der Betrag wird am 1. Abend vor Ort eingesammelt)

Teilnehmerinnenzahl: mindestens 4, maximal 8 Frauen

Wenn möglich, bringt bitte eure Nähmaschine, ein Verlängerungskabel sowie ein Getränk mit!

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **15. Oktober 2024** an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an: landfrauenonline@gmx.de .

Fit mit Bewegung und Kreativität!

Wir haben bisher so viel Spaß bei der Fitness mit Lina gehabt und möchten unbedingt weitermachen. Es hat sich aus den vergangenen Kursen bereits ein harter Kern gebildet, aber es sind noch ein paar Plätze frei. Wer hat Lust dabei zu sein?

Mit verschiedenen gymnastischen Übungen wollen wir kräftig und sicher im Alltag bleiben. Wir bewegen uns zusammen auf und mit dem Hocker. Kleine Bälle, Bänder und weitere Alltagsgegenstände binden wir mit in unsere Übungen ein und aktivieren so verschiedene Muskelpartien. Für weniger Stress und mehr Gelassenheit dürfen Entspannungsübungen nicht fehlen.

Dieser Kurs soll insbesondere unsere vorhandene **Kraft erhalten** sowie unsere **Beweglichkeit fördern**.

Termin: Mittwoch, den 23.10.2024 (7 Termine mit jeweils 60 Minuten -letzter Termin:04.12.2024)

Zeit: 15:15 bis 16:15 Uhr

Ort: Dorfgemeinschaftshaus in Hepstedt

Kosten: 35,00 Euro pro Teilnehmerin (Nichtmitglieder: 42,00 Euro)

Leitung: Lina Gieschen (Trainerin im Gesundheitssport)

Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe tragen

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **10. Oktober 2024** an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail: landfrauenonline@gmx.de

Weihnachtskarten basteln



Unsere Landfrau Beate Stanek hat tolle Ideen Weihnachtskarten zu gestalten. Teilweise ist sogar eine Nähmaschine im Einsatz! Ganz gemütlich bei ihr zuhause könnt ihr kreativ werden. Mitzubringen sind Papierschere, Brushpens wenn vorhanden und wer geübt ist, nimmt auch gerne eine Nähmaschine mit.

Termine: wahlweise, Donnerstag 07.11. oder Dienstag, 19.11. 2024

Ort: Am alten Sportplatz 17, Wilstedt bei Beate Stanek

Zeit: 19:00 Uhr

Kosten: .5,00 Euro pro Frau, Nichtmitglieder 10,00 Euro, **Materialkosten** nach Verbrauch
Mindestens 3, maximal 8 Teilnehmerinnen.

Für weitere Fragen steht euch Beate jederzeit gerne telefonisch zur Verfügung.

Mobil: 0170 7082288

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **8. November 2024** die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an: landfrauenonline@gmx.de .

Einladung des Kreisverbandes der LandFrauenvereine Oste-Wörpe e.V.

Der Kreisverband lädt alle Frauen der vier Vereine ganz herzlich zu seiner diesjährigen Frühstücksversammlung ein.

Zu Gast ist Meike Hülsemann aus Rotenburg (Wümme). Sie wird uns die Initiative "Omas gegen Rechts", eine engagierte Bewegung, die sich für Demokratie, Toleranz und Menschenrechte einsetzt, vorstellen. Wir Landfrauenvereine haben bei den Demos gegen rechts einige der Omas kennengelernt und freuen uns, euch ihre Ideen und Konzepte näher zu bringen.

Termin: Sonnabend, 16. November 2024

Zeit: 9:30 Uhr

Ort: Gasthaus Nartumer Hof, Zum Mühlenweg 5, 27404 Nartum/ Gyhum.

Kosten: 25,00 €

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **9. November 2024** an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an: landfrauenonline@gmx.de

Mit der verbindlichen Anmeldung bitten wir um Überweisung der Kosten in Höhe von 25,00 Euro Stichwort: Kreisverband Frühstück" auf das Konto des LandFrauenvereins Wilstedt bei der Kreissparkasse Rotenburg Osterholz, IBAN: DE97241512350075082198, BIC: BRLADE21ROB.

God Jul- Skandinavische Weihnachtsmärkte in den vier Seemannskirchen am Hamburger Hafen

Die skandinavischen Weihnachtsmärkte der Seemannskirchen sind in Hamburg seit vielen Jahren Tradition. An zwei Wochenenden im November können BesucherInnen in typisch nordischer Weihnachtsatmosphäre mit traditionellen Köstlichkeiten und regionalen Spezialitäten aus Dänemark, Finnland, Norwegen und Schweden schmelgen.

Zudem werden auf den skandinavischen Weihnachtsbasaren traditioneller Advents- und Weihnachtsschmuck, Textilien, schönes Kunsthandwerk, Lebensmittel und andere skandinavische Spezialitäten angeboten.

Die Weihnachtsbasare der finnischen Seemannskirche (Dietmar-Koel-Str. 6), der norwegischen Seemannskirche (Dietmar-Koel-Str. 4), der dänischen Benediktekirken (Dietmar-Koel-Straße 2) sowie der schwedischen Gustav-Adolf-Kyrkan (Dietmar-Koel-Str. 36) sind samstags von 12.00 bis 19.00 Uhr geöffnet.

Gemeinsam möchten wir diese besonderen Weihnachtsmärkte besuchen. Wir bilden Fahrgemeinschaften und fahren mit dem Zug ab Rotenburg.

Termin: Samstag, 23. November 2024

Zeit: Abfahrt 9:55 Uhr ab Rotenburg mit dem Zug

Vom Hamburger Hauptbahnhof mit S-Bahn/U-Bahn ca. 10-15 Minuten Fahrtzeit (bis Landungsbrücken, von dort ein paar Minuten zu Fuß)

Fahrgemeinschaften und deren Abfahrtszeiten werden kurzfristig vorher abgesprochen

Rückfahrt: nach Absprache z.B. späten Nachmittag, Züge fahren ca. halbstündlich ab Hamburg Hauptbahnhof nach Rotenburg

Kosten: für das Niedersachsenticket je nach Gruppengröße ca. 10,40 – 13,50 Euro pro Person Für den dänischen Weihnachtsmarkt wird 1,- Euro Eintritt verlangt, ansonsten ist der Eintritt frei

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **18. November 2024** an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an: landfrauenonline@gmx.de

Ein dickes Dankeschön:

von uns allen an das Orga-Team des Landfrauencafés!

Vom Orga-Team: Ina Heimbokel, Birgit Vagts und Ivonne Willenbrock und uns ebenfalls auch ein ganz großer Dank an euch alle:

an die fleißigen Helferinnen im Cafe, die immer wieder gut gelaunt dabei sind und ein großes Lob an die kreativen Tortenbäckerinnen, die uns eine bunte Auswahl an leckeren Torten liefern und den Cafégästen die Auswahl schwer machen.

Landfrauen können eine ganze Menge –auch Torten backen! Damit bewahren wir eine Tradition und das Wissen um das Kulturgut „Backen“. Das Landfrauencafé trägt jedes Jahr zu der wunderbaren Atmosphäre des Wilstedter Frühlings und des Kunsthandwerkermarktes im Herbst bei.



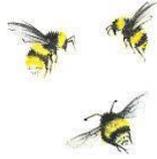
Auf einen Blick:

<p>Plattdeutschkurs Termin: Donnerstag, den 10.10.2024, 17.10.2024, 24.10.2024, 07.11.2024 und 14.11.2024 (insgesamt 5 Abende) Zeit: 18:30 bis 19:30 Uhr Ort: Gemeinde Wilstedt, Am Brink 2, kleiner Sitzungsraum</p>	<p>Fitnesskurs Termin: Mittwoch, den 23.10.2024 (7 Termine - letzter Termin: 04.12.2024) Zeit: 15:15 bis 16:15 Uhr Ort: Dorfgemeinschaftshaus in Hepstedt</p>
<p>Monatsversammlung Termin: Dienstag, den 29. 10. 2024 Zeit: 19:00 Uhr Ort: Landgasthof Willenbrock, Hauptstraße 16, Kirchtimke</p>	<p>Nähkurs Termin: Mittwoch, den 06.11.2024 und 13.11.2024 Zeit: 19:00 bis 21:00 Uhr Ort: Gemeinde Wilstedt, Am Brink 2, kleiner Sitzungssaal</p>
<p>Weihnachtskarten basteln Termine: Donnerstag, den 07.11. oder Dienstag, den 19.11. 2024 Zeit: 19:00 Uhr Ort: Am alten Sportplatz 17 bei Beate Stanek</p>	<p>Frühstück vom Kreisverband Termin: Sonnabend, den 16. 11. 2024 Zeit: 9:30 Uhr Ort: im Gasthaus Nartumer Hof, Zum Mühlenweg 5, 27404 Nartum/Gyhum</p>
<p>Skandinavische Weihnachtsmärkte Termin: Samstag, 23.11.2024 Zeit: Abfahrt 9:55 Uhr ab Rotenburg Fahrgemeinschaften und deren Abfahrtszeiten werden kurzfristig vorher abgesprochen Rückfahrt: nach Absprache</p>	<p>Bitte gebt bei Änderungen eurer Adressdaten, wie Name, Anschrift, Telefon oder E-Mail – diese an eure Ortsvertreterinnen oder an <u>landfrauenonline@gmx.de</u> weiter!</p>

Mit der Teilnahme an den Veranstaltungen der Wilstedter LandFrauen erklärt ihr euch damit einverstanden, dass gemäß Paragraph 23 des Kunsturhebergesetzes Bild- und Filmaufnahmen eurer Person erstellt und im Rahmen unserer Öffentlichkeitsarbeit genutzt werden. Die Teilnahmebedingungen für unsere Veranstaltungen liegen den Mappen bei und sind auf der Homepage einsehbar.

Ein buntes Programm erwartet uns. Bringt doch gerne einmal Frauen aus eurem Bekanntenkreis mit, die noch keine Landfrauen sind.

Johanna Bäsman
Vorsitzende



Corinna Grabner
Vorsitzende/ Rundbrief