

An unsere Mitglieder  
Von Frauen für Frauen!



Wilstedt, 17. Dezember 2025

## Liebe LandFrauen!

Fröhliche Weihnachten, friedliche Festtage und ein glückliches und gesundes Jahr 2026!

Zu unserer ersten **Monatsversammlung** im neuen Jahr, einem gemütlichen Frühstück, laden wir euch ganz herzlich ein.

Für Unterhaltung sorgt Ulrike Tubbe-Neuberg, die uns kurzweilig zum Thema

### **„Männer gehen einkaufen - Frauen gehen shoppen“**

so einiges zu erzählen hat.

Klischees über Männer und Frauen gibt es viele. Für alle ist es immer ein AHA-Erlebnis, wenn sich diese Klischees bestätigen. Aber wie unterscheidet sich eigentlich das Einkaufsverhalten der Geschlechter? Was ist der Frau wichtig, wenn es um Themen wie Einkaufen und Konsum geht? Wie gehen Hersteller und Händler mit diesen Unterschieden im Einkaufsverhalten um?

**Termin:** Samstag, 31. Januar 2026

**Zeit:** 9:30 Uhr

**Ort:** Nartumer Hof, Zum Mühlenweg 5, Nartum

**Kosten:** 25 Euro für Frühstück mit Heiß- und Kaltgetränken

**Verbindliche Anmeldungen** bitte bis zum **18. Januar 2026** bei den Ortsvertreterinnen oder per E-Mail: [landfrauenonline@gmx.de](mailto:landfrauenonline@gmx.de).

## **Bridge für Anfängerinnen**

Für unseren Bridge-Anfängerkurs von Januar bis März 2026 suchen wir noch spielfreudige und interessierte Teilnehmerinnen. Bridge ist ein spannendes und unterhaltsames Kartenspiel. Nach dem Kurs besteht die Möglichkeit in unserer Bridge-Runde montags und mittwochs weiterzuspielen. Wir sind eine sehr gesellige Runde und würden uns über Verstärkung freuen. Für diejenigen Frauen, die dabei sein möchten, hier noch einmal die Informationen zum Bridge-Anfängerkurs:

**Termin:** Montag, 19. Januar 2026 bis Montag, 23. März 2026, insgesamt 10 Abende

**Zeit:** 19:00 bis 21:00 Uhr

**Ort:** Sitzungsraum des Gemeindehauses in Wilstedt, Am Brink 2

**Kursleitung:** Harry Nieuwenhoven und Abraham de Graaf vom Bridge-Club Zeven

**Kosten:** 71,- Euro (Nichtmitglieder: 86,- Euro)

**Teilnehmerinnenzahl:** mindestens 8, maximal 10 Frauen

**Verbindliche Anmeldungen** bitte bis zum **10. Januar 2026** bei der Ortsvertreterinnen oder per E-Mail: [landfrauenonline@gmx.de](mailto:landfrauenonline@gmx.de).

Mit der verbindlichen Anmeldung bitten wir um Überweisung der Kursgebühr von insgesamt 71,00 Euro (Nichtmitglieder 86,00 Euro) **Stichwort: Bridge** auf das Konto des LandFrauenvereins Wilstedt bei der Kreissparkasse Rotenburg Osterholz, IBAN: DE97 2415 1235 0075 0821 98.

**Auch im neuen Jahr geht es weiter!!!!**

### **Fit mit Bewegung und Kreativität!**

Wir haben bisher so viel Spaß beim Sport mit Lina und möchten unbedingt im neuen Jahr weitermachen. Es hat sich aus Kursen der vergangenen Jahre bereits ein harter Kern gebildet, aber ein paar Plätze gibt es noch. 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**.

**Termine:** Mittwoch, 28. Januar 2026 und 6 weitere Termine am 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03. und 11.03.2026

**Zeit:** 15:15 bis 16:15 Uhr

**Ort:** Turnhalle der Grundschule Tarmstedt

**Kosten:** 30,00 Euro pro Teilnehmerin (Nichtmitglieder: 36,00 Euro)

**Leitung:** Lina Gieschen (Trainerin im Gesundheitssport)

Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe tragen

**Verbindliche Anmeldungen** bitte bis zum **17. Januar 2026** bei den Ortsvertreterinnen oder per E-Mail: [landfrauenonline@gmx.de](mailto:landfrauenonline@gmx.de)

Mit der verbindlichen Anmeldung bitten wir um Überweisung der Kosten in Höhe von 30,00 Euro (Nichtmitglieder: 36,00 Euro) **Stichwort „Sport“** auf das Konto des LandFrauenvereins Wilstedt bei der Kreissparkasse Rotenburg Osterholz, IBAN: DE97 2415 1235 0075 0821 98

### **Programmheft 2026**

Unser neues Programmheft für das nächste LandFrauenjahr ist fertig – sehr hübsch finden wir! Es ist für euch und auch für Frauen, die an unseren Angeboten Interesse haben. Ihr bekommt es von euren Ortsvertreterinnen und wir legen es in unseren Mitgliedsorten aus.

## Auf einen Blick:

<b>Monatsversammlung</b> <b>Termin:</b> Samstag, 31. Januar 2026 <b>Zeit:</b> 9:30 Uhr <b>Ort:</b> Nartumer Hof, Zum Mühlenweg 5, Nartum	<b>Bridge für Anfängerinnen</b> <b>Termin:</b> Montag, 19. Januar 2026 bis Montag, 23. März 2026, insgesamt 10 Abende <b>Zeit:</b> 19:00 bis 21:00 Uhr <b>Ort:</b> Sitzungsraum des Gemeindehauses in Wilstedt, Am Brink 2
<b>Fitnesskurs mit Lina</b> <b>Termine:</b> Mittwoch, 28. Januar 2026 und 6 weitere Termine am 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03. und 11.03.2026 <b>Zeit:</b> 15:15 bis 16:15 Uhr <b>Ort:</b> Turnhalle der Grundschule Tarmstedt	

Mit der Teilnahme an den Veranstaltungen der Wilstedter LandFrauen erklärt ihr euch damit einverstanden, dass gemäß Paragraph 23 des Kunstrhebergesetzes 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 wunderbares Weihnachtfest euch allen und im neuen Jahr 2026 Lebensfreude, Gesundheit und viel Energie, auch um bei uns LandFrauen dabei zu sein!

Johanna Bäsmann  
Vorsitzende



Corinna Grabner  
Vorsitzende/ Rundbrief