

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



Wilstedt, 9. März 2024

Liebe LandFrauen!

Am Mittwoch, den **20. März 2024** um 19:30 Uhr findet im **Heimathaus Wilstedt** unsere **Jahreshauptversammlung** statt. Wir freuen uns, wenn viele unserer Vereinsmitglieder daran teilnehmen. Neben dem Arbeitsprogramm hören wir auch noch den wirklich sehr guten Vortrag von Janina Riepshoff – „Keine Gewalt gegen Frauen“. Infos dazu standen im letzten Rundbrief.

Termin: Mittwoch, 20. März 2024

Zeit: 19:30 bis ca. 21:30 Uhr

Ort: Heimathaus Wilstedt, Bahnhofsplatz 1

Kosten: 5 Euro, Nichtmitglieder 10 Euro

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

Hier unsere Tagesordnung für die Jahreshauptversammlung:

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Tätigkeitsbericht (liegt auf den Tischen aus)
4. Kassenbericht
5. Bericht der Kassenprüferinnen
6. Entlastung der Kassenführerin und des Vorstandes
7. Wahl einer Kassenprüferin für das Jahr 2024

8. WAHLEN

- 8.1 Wahl der Vorsitzenden
- 8.2 Wahl der stellvertretenden Vorsitzenden
vorgeschlagen: Doppelspitze des Vorsitzes aus Johanna Bäsmann und Corinna Grabner
- 8.3 Wahl einer Beisitzerin (bisher Beate Gerken)
vorgeschlagen Svenja Hauschild aus Hepstedt
9. Verabschiedungen
10. Verschiedenes

Wahlvorschläge für die zu besetzenden Ämter richtet bitte bis zum **15. März 2024** an Johanna Bäsmann, Königstraße 12, 27412 Bülstedt, E-Mail: johanna.baesmann@landfrauen-wilstedt.de

Wilstedter Frühling am 24. März 2024

Am Sonntag, den 24. März findet wieder der Wilstedter Frühling statt.

Auch wir LandFrauen sind mit unserem beliebten LandFrauen-Café beim Wilstedter Frühling auf dem Brink mit dabei. Unsere Öffnungszeiten im Café sind: 12:00 bis 17:00 Uhr.

Termin: Sonntag, 24. März 2024

Zeit: 10:00 bis 18:00 Uhr

Ort: Am Brink in Wilstedt, unser Café ist im Gemeindehaus der Kirche

Monatsversammlung im April

Ganz herzlich laden wir euch zu unserer nächsten **Monatsversammlung** am **3. April 2024** um **19:00 Uhr** in das **Dorfgemeinschaftshaus in Steinfeld** ein.

Die **Kräuterfrau Ursula Schröder** aus Taaken wird uns eine Menge wissenswertes über das:

„Wunderwerk der Natur - den Löwenzahn“

erzählen. Er ist weitaus mehr als ein Unkraut: Heilmittel für Leib und Seele, köstlich in der Küche, unverzichtbar für die Tierwelt, ein Frühlingsbote und hat laut des alten Hexenwissens sogar magische Kräfte! Bei Ursula Schröder kommt die Butterblume oft auf den Tisch. Sie wird uns Rezepte und Anwendungshinweise für diese anspruchslose und so doch so nützliche Pflanze geben.

An dem Abend bereiten wir einen Smoothie mit Löwenzahn und weiteren Zutaten zu, den wir dann verkosten dürfen.

Termin: Mittwoch, 03. April 2024

Zeit: 19:00 Uhr

Ort: Dorfgemeinschaftshaus in Steinfeld, Am Walde 1

Kosten: Es werden Kosten für Getränke und Knabbereien entstehen.

Verbindliche Anmeldung bitte bis zum **27. März 2024** an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an: landfrauenonline@gmx.de



Ganzheitliches Gedächtnistraining

Auf der Monatsversammlung im Januar 2024 hat uns die zertifizierte Gedächtnistrainerin **Maria-Elisabet Naß-Schwedes** einen Einblick gegeben, was ganzheitliches Gedächtnistraining bedeutet und uns verschiedene Trainingsziele für unsere geistige Fitness vorgestellt. Jetzt haben wir die Gelegenheit, ohne Leistungsdruck und mit Spaß in entspannter Atmosphäre zu trainieren. Ganzheitliches Gedächtnistraining steigert die Leistung des Gehirns und beteiligt Körper, Geist und Seele. Nebenbei erfahren wir viel Wissenswertes über unser Gehirn und was wichtig ist, um ein gutes Erinnerungsvermögen zu behalten oder sogar zu verbessern. Entspannungsmethoden für den Alltag und kleine Bewegungsübungen runden das ganzheitliche Gedächtnistraining ab. Mit Spaß und Neugier haben wir bei diesem Kurs die Möglichkeit, etwas Neues zu lernen.

Termin: ab Dienstag, 9. April 2024 bis Dienstag, 28. Mai 2024 (mit Ausnahme des 07.05.2024) insgesamt 7 Nachmittage

Zeit: 16:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Dorfgemeinschaftshaus in Westertimke, Dorfstraße 4

Leitung: Maria-Elisabet Naß-Schwedes

Kosten: 65,- Euro (Nichtmitglieder: 78,- Euro)

Teilnehmerinnenzahl: mindestens 7, maximal 12 Frauen

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **26. März 2024** an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an: landfrauenonline@gmx.de.

Mit der verbindlichen Anmeldung bitten wir um Überweisung der Kursgebühr für Namen und Rechnung von Maria-Elisabet Naß-Schwedes von insgesamt 65,00 Euro (Nichtmitglieder 78,00 Euro) auf das Konto des LandFrauenvereins Wilstedt bei der Kreissparkasse Rotenburg Osterholz, IBAN: DE97 2415 1235 0075 0821 98.

Bitte bringt euch Papier und Stift für Notizen sowie etwas zu Trinken mit!

Fit im Kindernotfall

Wie kann ich mich im Haushalt mit Kindern gut auf Notfälle oder Unfälle vorbereiten und wie reagiere ich, wenn doch einmal etwas passiert?

Dieser Kurs, unter der Anleitung der Fachkinderkrankenschwester für Intensivmedizin und Anästhesie **Julia Kerckhoff-Panzram**, bietet die drei wichtigsten Schulungsinhalte, um fit für den Alltag mit Kindern und in Notsituationen zu sein.

1. Sicherheit im Haushalt
2. Verschlucken, Notruf, Kind ohne Bewusstsein/ Kind ohne Atmung → Praxisteil
3. Hausapotheke mit Fallbeispielen (Fieberkrampf, Pseudokrapp, Verbrennung, Vergiftung...)

Ein ausführliches Handout sowie das Skript erhalten alle Teilnehmerinnen im Anschluss des Kurses.

Termin: Donnerstag, 18. April 2024

Zeit: 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Ort: Dorfgemeinschaftshaus in Dipshorn, Ringstraße 17

Kosten: 30,00 Euro, Nichtmitglieder 36,00 Euro, das Geld wird vor Ort eingesammelt.

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum 10. April 2024

an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail: landfrauenonline@gmx.de

Mindestens 10 Teilnehmerinnen

Wir gehen gemeinsam wandern!

Das Wandern ist ein beliebter Freizeitsport und gemeinsam wandern macht noch mehr Spaß.

Bekannt sind für unsere Region die 24 Nordpfade, das Wanderparadies des Nordens. Es gibt aber noch einige schöne Wege mehr, die durch malerische Landschaften verlaufen, vorbei an verborgenen Schätzen und zu romantischen Plätzen.

Wir möchten mit euch den **Wanderweg rund um den Weyerberg** gehen, die Niedersachsenstein-Findorff-Denkmal Runde. Die Strecke beträgt ca. 5,4 km, ist leicht zu begehen und dauert etwa 1 Stunde und 30 Minuten.

Wir treffen uns auf dem Parkplatz an der Bergstraße in Worpswede (der Parkplatz ist gebührenpflichtig).

Bitte zieht euch feste Schuhe an und denkt an eine Flasche Wasser. Im Anschluss hat jede von euch noch die Möglichkeit in einem der vielen Cafés einen Imbiss zu genießen.

Termin: Samstag, 20. April 2024

Zeit: 14:00 Uhr

Treffpunkt: auf dem Parkplatz an der Bergstraße in Worpswede

Kosten: 5 Euro, Nichtmitglieder 10 Euro, das Geld wird vor Ort eingesammelt

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum 10. April 2024 bei

Beate Gerken: Tel. 04289/95031, oder E- Mail: beate.gerken@gmx.de, bitte gebt bei der Anmeldung eure Telefonnummer an

Wir freuen uns auf einen schönen Nachmittag mit euch, bei **Dauerregen** fällt die Wanderung aus.



4-tägige Fahrradreise in den Spreewald - Radeln auf dem Gurken- und Spreeradweg

Der Spreewald ist ein ausgedehntes Gebiet im Südosten des Bundeslandes Brandenburg. Er ist ein europaweit einmaliges, lagunenartiges Wasserlabyrinth unter dem besonderen Schutz der UNESCO. Die Natur des Biosphärenreservats Oberer und Unterer Spreewald beeindruckt mit urwüchsigen Wäldern, Flüssen, blühenden Wiesen und Seen. Die gut ausgeschilderten Rad- und Wanderwege machen den Spreewald zu einer der abwechslungsreichsten Radwanderregionen Deutschlands. Die schönsten Radwege im Spreewald führen oft direkt am Wasser entlang. Fahrradfahren ist nicht schwer, denn Steigungen sucht man im Spreewald vergeblich.



Gehöfte und Dörfer, Wald, Wiesen und Ackerland findet man hier wie sonst nirgendwo in Europa von Wasserläufen umgeben und eingeschlossen. Im Land der Sorben, wie der Spreewald auch genannt wird, erwarten uns auf dem Spreewald- und Gurkenradweg märchenhafte Wälder, historische Städte und unzählige Seen und Flussläufe. Das alles macht eine Radtour auf dem Gurkenradweg und im Spreewald zu einem einzigartigen und auch kulinarisch besonderen Erlebnis.

Termin: 22. bis 25. August 2024 (Donnerstag-Sonntag)

Zeit: Fahrradverladung ca. 6:00 Uhr, Abfahrt ca. 6:30 Uhr

Ort: Abfahrt in Wilstedt, am Sportgelände / Feuerwehrgerätehaus

Kosten: pro Person im Doppelzimmer € 540 (ab 20 Personen)

€ 525 (ab 23 Personen)

€ 515 (ab 26 Personen)

€ 500 (ab 29 Personen)

Nichtmitglieder zahlen jeweils 20% mehr.

Einzelzimmerzuschlag € 90

zuzüglich weiterer eventuell anfallender Eintrittsgelder

Mindestteilnehmer 20 Frauen

Verbindliche Anmeldungen bitte bis zum **10. Mai 2024** an:

Frauke Söchtig, Tel. 0173 2083423 oder per E-Mail: frauke.soechtig@landfrauen-wilstedt.de

Mit der verbindlichen Anmeldung bitten wir um Überweisung der Reisekosten für Namen und Rechnung des Firma Schmätjen auf das Konto des LandFrauenvereins Wilstedt bei der Kreissparkasse Rotenburg Osterholz, IBAN DE97 2415 1235 0075 0821 98

Weben - ein Handwerk mit langer Tradition

Der Heimatverein „Niedersachsen“ e.V. Scheeßel bietet uns die Möglichkeit, an historischen Bauernwebstühlen das Weben zu erlernen. Es stehen funktionsfähige Webstühle mit zwei, vier oder acht Schäften sowie zwei Webstühle mit Schnellschuss zur Verfügung. Unter fachkundiger Anleitung können wir hier in einem eigens für unsere LandFrauen angebotenen Kurs im Herbst 2024 Leinen und andere Stoffe in uni oder farbig weben.

Termin: Dienstags und mittwochs in der Zeit vom 29. Oktober bis 13. November 2024

Uhrzeit: 18:00 bis 22:00 Uhr

Ort: Heimatmuseum Scheeßel, Am Meyerhof 1,

Leitung: Heimatverein Scheeßel

Kosten: 75,00 Euro pro Person (Nichtmitglieder: 90,00 Euro) zzgl. Kosten für Material (Material kann vor Ort erworben werden; auch eigenes Material kann verwendet werden)

Teilnehmerinnenzahl: mindestens 8, maximal 10 Frauen

Für eine rechtzeitige Planung benötigen wir bereits bis zum 20. März 2024 eure verbindlichen Anmeldungen!

Eure Anmeldungen richtet bitte an die Ortsvertreterinnen oder per E-Mail an:

landfrauenonline@gmx.de.

Mit der verbindlichen Anmeldung bitten wir um Überweisung einer Anzahlung der Kursgebühr für Namen und Rechnung des Heimatvereins Scheeßel e.V. von 50,00 Euro (Nichtmitglieder 70,00 Euro) auf das Konto des LandFrauenvereins Wilstedt bei der Kreissparkasse Rotenburg Osterholz, IBAN: DE97 2415 1235 0075 0821 98. Die Restzahlung ist bis zum 29.09.2024 zu überweisen.



Auf einen Blick:

Jahreshauptversammlung Termin: Mittwoch, 20. März 2024 Zeit: 19:30 bis ca. 21:00 Uhr Ort: Heimathaus Wilstedt, Bahnhofplatz 1	Wilstedter Frühling Termin: Sonntag, 24. März 2024 Zeit: 10:00 bis 18:00 Uhr Ort: Am Brink in Wilstedt Landfrauen-Café: 12:00 bis 17:00 Uhr.
Monatsversammlung im April: Termin: Mittwoch, 03. April 2024 Zeit: 19:00 Uhr Ort: Dorfgemeinschaftshaus in Steinfeld, Am Walde 1	Gedächtnistraining Termin: ab Dienstag, 9. April 2024 bis Dienstag, 28. Mai 2024 (außer dem 07.05.2024) insgesamt 7 Nachmittage Zeit: 16:00 bis 17:00 Uhr Ort: Dorfgemeinschaftshaus in Westertimke
Fit für den Kindernotfall Termin: Donnerstag, 18. April 2024 Zeit: 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr Ort: Dorfgemeinschaftshaus in Dipshorn, Ringstraße 17	Wandern rund um den Weyerberg Termin: Samstag, 20. April 2024 Zeit: 14:00 Uhr Treffpunkt: Parkplatz an der Bergstraße in Worpsswede
4-tägige Fahrradreise in den Spreewald Termin: Donnerstag, 22. August bis Sonntag, 25. August 2024 Zeit: Fahrradverladung ca. 6:00 Uhr, Abfahrt ca. 6:30 Uhr Ort: Abfahrt in Wilstedt, am Sportgelände/ Feuerwehrhaus	Webkurs Termin: Dienstags und mittwochs in der Zeit vom 29.10. bis 13.11.2024 Uhrzeit: 18:00 bis 22:00 Uhr Ort: Heimatmuseum Scheeßel, Am Meyerhof Anmeldungen bis zum 20. März 2024!!!!!!
Große LandFrauenparty im Wilstedter Schützenheim Samstag, den 27. April 2024	

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.

Es gibt wieder einiges zu erleben mit den LandFrauen! Wir freuen uns, wenn viele von euch mitmachen.

Johanna Bäsman
Vorsitzende



Corinna Grabner
Stellv. Vorsitzende/ Rundbrief

Im Anhang ist der Reiseverlauf unserer schönen Radreise!

4-Tagesradreise auf dem Gurkenwanderweg

Reiseverlauf für den Termin: 22.-25. August 2024, von Donnerstag-Sonntag

Mit dem Fahrrad die einzigartige Landschaft des Spreewaldes mit seinen weit verzweigten Flusslabyrinth erleben; durch Wälder über Heide, an Feldern und Seen entlang radeln, ist ein besonderes Erlebnis. Herrliche Parkanlagen, die einmalige Flusslandschaft des Biosphärenreservates, die idyllische Pflanzenwelt und die Traditionen des Spreewaldes wie Gurken, Hefepinse, Kahnfahrten lernen wir während dieser Reise kennen.

HOTEL-INFO: Wir wohnen im guten Mittelklassehotel Lindengarten in Lübben, dem beliebtesten Fremdenverkehrsort im Spreewald. Alle Zimmer sind mit mindestens Dusche/WC, TV, Telefon, Föhn, Radio ausgestattet. Restaurant im Hotel vorhanden.

1. Tag: Anreise – Spreewald ca. 25 Rad-km

Fahrradverladung gegen 6.00 Uhr in Wilstedt, am Sportgelände/Feuerwehrplatz. Um 6.30 Uhr Abfahrt und Anreise an Berlin vorbei in den Spreewald. Am Nachmittag Begrüßung durch unsere Rad-Reiseleitung in Lübben, dem Eingangstor zum Ober- und Unterspreewald. Wir starten zu einer ersten Radtour durch die idyllische Landschaft rund um Lübben (u.a. zur Schlossinsel). Die Tour endet am Hotel in Lübben. Zimmerbezug und Abendessen im Hotel.

2. Tag: Radtour Unterspreewald Lübben-Köthener See ca. 35 Rad-km

Vom Hotel in Lübben radeln wir an mehreren Fischteichen vorbei - entlang der Spree - nach Schlepzig (herrliche Fachwerkkirche). Weiter geht es durch den Buchenhain nach Krausnick –am Fuße der Krausnicker Berge- an drei Waldseen entlang zum Köthener See. Dort dann: Kaffeepause und Fahrradverladung. Mit dem Bus geht es zurück zum Hotel in Lübben. Abendessen/Halbpension. Anschließend machen wir abends eine gemütliche, 2stündige Lampion-Kahnfahrt ab/bis Lübben. Die Spreewald-Kähne sind flache Holzboote, die von einem Fährmann mit einer ca. 4 langen Holzstange gesteuert werden.

3. Tag: Radtour Oberspreewald & Gurkenradweg ca. 40 Rad-km

Busfahrt in den Oberspreewald. In Straupitz sehen wir die nach Schinkels Plänen erbaute Kirche. Sie ist ein Meisterwerk des Klassizismus. Sehenswert ist zudem die Holländermühle, eine funktionierende Mahl-, Oel- und Schneidemühle (zzgl. Eintritt). Anschließend radeln wir über den schönsten Radweg der Region über Leipe zum Lagunendörfchen Lehde, wo die Post noch per Kahn zugestellt wird. Sehenswert sind der Schlosspark und auch das Gurken- und Freilandmuseum. In Lübbenau erwartet uns das lebhaftes Urlaubsflair am Großen Hafen. Nachmittags erreichen wir wieder unser Hotel.

4. Tag: Radtour chwielochsee – Rückreise ca. 35 Rad-km

Vom Hotel starten wir zur Abschlussetappe nach Alt Zauche und Neu Zauche bevor wir über den Leichhardttrail den großen Schwielochsee (Größter Badesee Brandenburgs) erreichen. Der See wird von der Spree durchflossen. In Goyatz am Hoffnungsbay endet die Tour. Mittagspause und gegen 13.00 Uhr Beginn der Heimreise. Rückankunft um 20.00 Uhr.

Programmänderungen vorbehalten. Bei schlechtem Wetter wird ein Alternativprogramm angeboten.

LEISTUNGEN:

- ✓ Fahrt im Fernreisebus (mit WC, Klimaanlage, Bordküche)
- ✓ **Fahrradbeförderung im speziellen Fahrradanhänger**
- ✓ 3 x Übernachtung/Frühstücksbuffet/Halbpension
- ✓ 4 x geführte Radtour mit Reiseleitung
- ✓ 2-stündige-Lampion-Kahnfahrt
- ✓ Eintritt Freilichtmuseum Lehde
- ✓ ortsübliche Kurtaxe
- ✓ Stornoschutz mit 20 % Selbstbehalt an den Stornokosten

Anmeldungen bitte an:

Frauke Söchtig, Tel. 0173-208 34 23 frauke.soechtig@landfrauen-wilstedt.de