

Veranstaltungen 2019/2020

www.landfrauen-apensen.de

Ich bin deine Ortsvertrauensfrau


Land Frauen
Auf dem Delm

„Die Wirklichkeit des Lebens besteht nicht aus Gefühl, sondern aus Aktivität.“

Simone Weil, franz. Philosophin



Ihr könnt aktiv werden und euch ab dem

2. September 2019


zu all unseren Veranstaltungen anmelden.

Liebe Mitglieder!

Hier ist es unser neues Programm für die Saison 2019/2020. Wir laden Sie zu allen Veranstaltungen herzlich ein und freuen uns über eine gute Beteiligung. Auch Gäste sind uns sehr willkommen. Nicht-Mitglieder zahlen bei Vortragsveranstaltungen und Arbeitsgemeinschaften einen Obolus von 3,- € pro Mal. Bei Fahrten berechnen wir für Gäste zusätzlich 25,- €.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir Sie, sich zu den Versammlungen und Vorträgen bis spätestens **sieben Tage** vor dem Termin bei den Ortsvertrauensfrauen anzumelden. Die Arbeitsgemeinschaften und Fahrten sind vorrangig für unsere Vereinsmitglieder. Wichtiger Hinweis: Die Anmeldungen sind verbindlich und die Teilnahme erfolgt bei allen Veranstaltungen auf eigenes Risiko. Für Fahrten und Arbeitsgemeinschaften gilt, dass bei Absagen für eine Ersatzperson zu sorgen ist, da die Kosten nicht zurück überwiesen werden können, sofern keine Warteliste vorhanden ist. Bei Vortragsveranstaltungen gibt es nachmittags Kaffee und Kuchen, abends einen kleinen Imbiss, auf Rechnung und im Namen des jeweiligen Gastwirts. Gebühren für Kurs Nr. 6 (Wirbelsäulengymnastik) werden im Namen und auf Rechnung der Übungsleiterin erhoben.

Bitte beachten Sie, dass bei unseren Veranstaltungen Fotos gemacht werden, die wir für Vereinszwecke auf unserer Homepage www.landfrauen-apensen.de oder bei Veranstaltungen veröffentlichen.

Die Kosten für unsere Fahrt Nr. 17 wird im Namen und auf Rechnung von Fa. Kröger Reisen, Nr.5 und 24 im Namen und auf Rechnung von Fa. Primo Reisen, die Fahrt Nr. 9 im Namen und auf Rechnung der Fa. Reese Reisen erhoben. Unsere Bildungsveranstaltungen finden in pädagogischer Verantwortung der  statt.

Das LandFrauenkonto wird von Kerstin Wohlers geführt, Tel.: 04169-245

Bei Überweisungen bitte den **Namen der Teilnehmerin und die Kursnummer angeben!**

Mit freundlichem Gruß

Andrea Beckdorf (Vorsitzende)

Junkernweg 6, 21641 Apensen, Tel.: 04167-6481



LandFrauenkonto

Volksbank Geest eG

IBAN DE85 2006 9782 0030 9508 01

1. Veranstaltung

Freitag, 06. September 2019

18.00 Uhr

White Dinner – Weißes

Picknick

Das White Dinner ist ein Event der besonderen Art. Neben weißer Kleidung sollten weiße Tischdecken, weißes Geschirr, ein hübscher Blumenstrauß und Kerzen für den liebevoll gedeckten Tisch mitgebracht werden. Ebenso ein Klappstuhl und Campingtisch. Für Speis und Trank sorgt jede selbst. Freundinnen sind herzlich willkommen.

Ort: Pfarrgarten Neukloster
Cuxhavener Str. 124, hinterm
Pfarrhaus bei der Kirche

Keine Anmeldung erforderlich



Bring deine Freundin mit!

2. AG

Dienstag, 24. September 2019

Dienstag, 26. November 2019

19.30 Uhr

Adventskalender

Für unseren Überraschungs-adventskalender brauchen wir 24 kreative Land-frauen. Daher kommt zu dem Infoabend am 24.09., hier wird das Projekt vorgestellt! Eine kurze Erklärung vorweg: jede Teilnehmerin stellt ein kleines Geschenk, eine kleine Aufmerksamkeit, her. Und das 24-fach. Mit diesem Artikel treffen wir uns am 26.11. und jede Teilnehmerin nimmt dann einen vollständigen Kalender mit 24 Überraschungen mit. Denn mal ehrlich: wann bekommt Frau schon einmal einen selbstgemachten Adventskalender?

Kosten: für das Material

Ort: JuKuZ

Anmeldung: Kerstin Wohlers
Tel. 04169-245

3. AG

Mittwoch, 25. September 2019

18.00 Uhr

Upcycling – Aus alt mach neu!

Upcycling heißt der neue Kreativ-trend. Dabei werden ausrangierte Dinge einem neuen Zweck zugeführt. So sonnt sich nun ein ver-gessenes Stück wieder in neuem Glanz.

Wir fertigen eine dekorative kleine Palette für den Hauseingang oder den Garten.

Palette und Farben sind im Preis enthalten. Deko-Material bitte mitbringen – Materialliste mit genauen Infos geht euch rechtzeitig zu.

Referentin: Britta Schwarzbach

Kosten: 25,00 €

Ort: Poppes Scheune Ruschwedel
Ruschwedeler Str. 62

Anmeldung: Delia Löhn

Tel. 04167-1327

Anmeldeschluss: 18.08.2019

4. Vortrag

Freitag, 18.10.2019,

19.00 Uhr

**Emotionen, Erotik,
Entspannung**

Kommt mit auf eine unterhaltsame Reise zu den Ursprüngen der Gewürze mit Prof. Dr. Dill (Schauspieler Tobias Brüning) und der Spicy Chefin Viola Vierk. Erfahrt, welche Wirkung Gewürze auf das Wohlbefinden, die Seele und die Gesundheit haben und wie viel Wahrheit in den alten Volksweisheiten steckt.

Aromatische Gerüche und Essenzen, ob für Lifestyle, Küche oder Mode – Alles kommt wieder.

Natürlich wollen wir uns auch unsere eigene Meinung bilden und verschiedene Gewürzzubereitungen probieren.

Ort: Schießstand Apensen

Anmeldung: OVF

5. Reise

Donnerstag, 3. + Freitag, 4. Oktober 2019

2 Tages-Busreise

Erlebnisreise mit dem LandFrauen an die Weser

Wir besuchen die Moosbeerhütte mit Verkostung, werden durch die Glashütte geführt, bestaunen das Wasserkreuz, besichtigen das 2018 neueröffnete Besucherzentrum des Kaiser-Wilhelm-Denkmal. Lecker Kaffeetrinken und eine Modenschau mit Einkaufsmöglichkeit stehen auch auf unserem Programm.

Anmeldung ab sofort bis 14.09.2019 durch Überweisung auf das Landfrauenkonto

Kosten: ***Hotel HP 159 € im DZ, EZ-Zuschlag 30 €

Abfahrt: 7.15 Uhr REWE, Apensen

Rückkunft: ca. 19.30 Uhr

Anmeldung: IBAN DE85 2006 9782 0030 9508 01

Anmeldeschluss: 14.09.

Für Rückfragen Tel.: 04167-6481 Andrea Beckdorf



6. AG

Montag, 04. November 2019

13.30 Uhr

Wirbelsäulengymnastik und Entspannungstherapie

Bitte mitbringen: Ein großes Handtuch, ein kleines Kissen, Turnschuhe und Theraband.

Neue Teilnehmerinnen sind uns herzlich willkommen!



Ort: Sauensiek

Anmeldung: Annegret Schädlich

Kosten: 25,- € für 10x

Anmeldung: Annegret Schädlich

Tel.: 04169-599

7. Vortrag

Dienstag, 5. November 2019

19.30 Uhr

**Schlemmen und Schmökern
Buchvorstellungen
mit Frau Lange-Rebehn**

„Lesen heißt durch fremde Hand träumen“ (Fernando Pessoa)
Frau Lange-Rebehn stellt neue Bücher zum Träumen und Hineindenken für viele schöne Winterabende vor. Die Buchhandlung Vock wird mit vielen vorgestellten Büchern vor Ort sein.

Referentin: Frau Lange-Rebehn aus Stade

Ort: Beekhoff Beckdorf

Kosten: Getränke

Anmeldung: Anke Stresow Tel. 04167-1604

Jeder bringt eine Kleinigkeit zu Essen mit.

8. AG

Dienstag, 19. November 2019

14.30 – 18.00 Uhr

Adventsfloristik

Wir fertigen unter fachkundiger Anleitung des Deko-Teams der LandFrauen adventliche, stimmungsvolle Dekorationen aus Naturmaterialien für drinnen und draußen. Eine Materialliste mit genauen Informationen geht euch rechtzeitig zu.



Referenten: Deko-Team der LandFrauen

Kosten: 15.00 €

Ort: Grundoldendorf 5
Lemmermanns Bastelkeller

Anmeldung: Ursula Münte
Tel. 04167-1530

Maximal 15 Teilnehmer

9. Fahrt

**Freitag – Samstag,
22. - 23. November 2019**

7.00 Uhr

Weihnachtsfahrt nach Berlin

Ein Kurztrip nach Berlin mit
Besichtigung des weihnachtlich
erleuchteten Botanischen Gartens.
Ein Lichtermeer sorgt mit der
Dämmerung für eine magische
Stimmung ohne die weihnachtliche
Hektik.
Weitere Auskünfte bei Kerstin
Wohlers.

Kosten: 140,-€ p. P.

EZ-Zuschlag 28,- € p. P.

Ort: REWE-Parkplatz Apensen

Abfahrt: Freitag, 7.00 Uhr

Rückkunft: Samstag, 20.00 Uhr

Anmeldung: Kerstin Wohlers
Tel. 04169-245

10.Vortrag

Samstag, 30. November 2019

9.30 Uhr

**Adventsfrühstück mit
Diavortrag**

Ein Bilderbogen über
Weihnachtsbräuche in
Deutschland, Norwegen und
Amerika.
Ein stimmungsvolles
Adventsfrühstück abgerundet
durch Weihnachtsmusik zum
Mitsingen.



Referent: Gerhard Furtwängler,
Beverstedt

Kosten: für Frühstück

Ort: Höfts Markthaus, Neukloster

Anmeldung: Kerstin Wohlers
Tel. 04169-245

11.Vortrag

Montag, 9. Dezember 2019

19.00 Uhr

**Allens op platt!
Plattdeutscher Abend**

Walter Marquardt (Nettwerk Platt)
liest vergnügliche Texte und
Gedichte und unterhält uns mit
stimmungsvollen plattdeutschen
Liedern.
Es darf auch gerne mitgesungen
werden.

Referent: Walter Marquardt

Kosten: 5,00 € für Imbiss

Ort: Hofcafé Tschritter, Nindorf

Anmeldung: Elisabeth Alpers-Janke
Tel.: 04163-2374

Bring deine Freundin mit!

12. Vortrag

Samstag, 11. Januar 2020

10.00 Uhr

Gesundheitstag

Es erwartet uns ein informativer und interessanter Vormittag mit Kurzvorträgen zu den Themen:

- Notrufsystem des DRK „Notfallknopf“
- Notfalldose
- Vorsorgevollmacht/ Patientenverfügung

Referenten:

Nils Günther, DRK

Christina Betzler, Apothekerin

Nina Josten-Falten, Der Paritätische

Ort: DGH Nottensdorf

Anmeldung: OVF

13. Wanderung

Samstag, 18. Januar 2020

11.00 Uhr

Grünkohlwanderung

Durch die Holveder und Halvesbosteler Feldmark führt unsere Wanderung direkt zum Grünkohl, auf den wir jetzt richtig Appetit haben.

Essen wird vor Ort bezahlt.



Ort: Parkplatz Schießstand
Holvede, Lemmermannsweg

Anmeldung: Delia Löhn,
Tel.: 04167/1327

14. Vortrag

Montag, 10. Februar 2020,

19.00 Uhr

Wer diskutiert, hat schon verloren!

Der Erziehungsexperte Thomas Rupf aus Bad Segeberg referiert in seinem humorvollen Vortrag über Erziehungsfallen und wie man sie vermeidet. Er gibt Tipps, wie Eltern - und auch Großeltern - Machtkämpfe umgehen und aushalten können. Anschließend DARF diskutiert werden.

Referent: Thomas Rupf,
Diplom-Pädagoge

Kosten: kleiner Imbiss

Ort: Hof Bellmann, Nottensdorf

Anmeldung: Elisabeth Alpers-Janke
Tel.: 04163-2374

**Gäste, besonders junge Eltern,
sind herzlich willkommen.**

15. Party

Donnerstag, 20. Februar 2020

17.00 Uhr

Weiberfastnacht

Musikbingo mit Siggie Stresow und Peter Sommer.

Zuerst wird umgebüddelt mit Siggie, dann wird abgerockt mit Peter. Es erwarten uns jede Menge Spaß und Gewinne, Gewinne, Gewinne...



Kosten: 10,00 €

Ort: Beekhoff Beckdorf

Anmeldung: Anke Stresow

Tel. 04167-1604

Imbiss: Suppe

Kosten für Suppe und Getränke zahlt jeder vor Ort

16. Veranstaltung

Dienstag, 10. März 2020

15.00 Uhr

Jahreshauptversammlung

Unsere Referentin Helena Rohne von der BISS- Beratungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt informiert uns umfassend über die im Landkreis Stade angebotenen Hilfsstellungen und Unterstützungsmöglichkeiten. Geselliger Nachmittag mit Kaffee und leckerem Kuchen, klönen inklusive.

Unser LandFrauenjahr präsentiert in einer Bildershow.

Ort: Gasthaus Zur Eiche, Hedendorf

Anmeldung: OVF



17. Fahrt

Dienstag, 24. März 2020

8.00 Uhr

Hamburg Trip

3 stündige Stadtrundfahrt mit Hafencity. Wir fahren mit der weltweit einzigartigen Bogenrolltreppe auf die Plaza der „Elphi“ und genießen die tolle Aussicht über Hamburg incl. vieler Infos. Mittagessen gibt es im Restaurant „Fischerhaus“ an den Landungsbrücken. Bis zur Heimfahrt bleibt dann noch Zeit für einen Spaziergang an der Alster oder zum Kaffeetrinken.

Abfahrt: 8.00 Uhr REWE, Apensen

Rückkunft: ca. 18.00 Uhr

Kosten: 56,-€ für Busfahrt, Stadtführung, Besuch der Elphi mit Plaza, Mittagessen im Fischerhaus

Anmeldung: per Überweisung
IBAN DE85 2006 9782 0030 9508 01
Auskunft: Elisabeth Alpers-Janke
Tel.: 04163-2374

18.AG

Freitag, 27. März 2020

18.30 bis 21.00 Uhr

Workshop Aerial Yoga

„Einfach mal abhängen“

Eine Yoga Form, gehalten in einem Tuch, indem du spielerisch durch die Schwerkraft die gesamte Muskulatur stärkst, körperliche Flexibilität und Dehnbarkeit verbesserst, Wirbelsäule und Gelenke entlastest und streckst, den Gleichgewichtssinn schulst. Der Workshop wird abgerundet durch Atemübungen und geführter Meditation.

Referentin: Gina Palm

Teilnahmegebühr: Für 1 x 2,5 Std.
28,00 EUR

Ort: Yoga Studio, Gehrden 16,
21635 Jork

Anmeldung: tel. bei Andrea
Beckdorf 04167-6481 **und** durch
Überweisung auf das LFrauenkonto

Maximal 7 Teilnehmerinnen

19.AG

Mittwoch, 1. April 2020,

17.00 - 20.30 Uhr

Es ist Frühling

Noch mehr Holz vor die Hütte

Unter fachkundiger Anleitung des Dekoteams fertigen wir der Jahreszeit entsprechende Dekorationen für drinnen und draußen an. Wir verwenden Naturmaterialien.

Eine Materialliste geht euch rechtzeitig zu.



Referenten: Deko-Team der
LandFrauen

Ort: Grundoldendorf 5
Lemmermanns Bastelkeller

Kosten: 15,00 €

Anmeldung: Susanne Lemmermann
Tel. 04163-3280

Maximal 15 Teilnehmerinnen

20.Vortrag

Dienstag, 28. April 2020

19.00 Uhr

Der gesteuerte Kunde

Widerstand zwecklos?

Auf welche Weise werden wir unterschwellig angesprochen und in sanfte Kauflaune versetzt? Wie hält uns der Handel möglichst lang im Geschäft und schaffen es Anbieter und Hersteller, uns emotional zu binden? Anhand vieler Beispiele werden diese und andere spannende Fragen rund um das Thema der Käuferbeeinflussung geklärt. Der Kampf um die Sinne hat längst begonnen ...

Referentin: Christiane Heeren,
Cloppenburg, LWK

Kosten: Imbiss

Ort: Gasthaus Augustin,
Ruschwedel, Ruschwedeler Str. 15

Anmeldung: Ortsvertrauensfrauen

21.AG

Mittwoch, 13. Mai 2020

18.30 -21.30 Uhr

**Leckere Tapas – spanische
Köstlichkeiten - selbstgemacht**

Frau Schmidt kocht mit uns kleine Häppchen, wie man sie aus der spanischen Küche kennt. Wir kochen – und probieren natürlich auch! Alles aus frischen Zutaten.

Referentin: Inge Schmidt,
Himmelpforten

Kosten pro Person: 11,00 € +
Lebensmittelkosten vor Ort

Ort: Küche in der Oberschule
Apensen, Am Soltacker 5

Anmeldung: Kerstin Wohlers
Tel. 04169-245

Maximal 10 Teilnehmerinnen

22.Fahrt

Mittwoch, 27. Mai 2020

13.00 Uhr

Tagesfahrradtour ins Blaue

Fahrtstrecke: unter 40 Km
Der Weg ist das Ziel, denn das gemeinsame Radeln und Klönen ist das Wichtigste auf unserer Fahrt. Wir kehren zu Kaffee und Kuchen ein und können uns dann gestärkt auf den Heimweg machen.



Kosten: 10,00 € durch Überweisung
auf das LandFrauenkonto
IBAN DE85 2006 9782 0030 9508 01

Treffen: 13.00 Uhr

Ort: Apensen, Am Soltacker 5
Parkplatz an der Oberschule,

Anmeldung: Annegret Meinke
Tel.: 04167-1432

23.Fahrt

Mittwoch, 10. Juni 2020

13.00 Uhr

Rund um den Kirchturm

Wir machen eine Halbtagesausfahrt ins Blaue und erkunden den Landkreis mit einem Bus, inclusive besondere Naturerlebnisse und gemeinsamen Kaffeetrinken.

Kosten: 25,00 €

Ort: REWE-Markt Apensen

Rückkunft: ca. 19.00 Uhr

Anmeldung: Delia Löhn
Tel. 04167-1327 **und** durch
Überweisung auf das

LandFrauenkonto
IBAN DE85 2006 9782 0030 9508 01

Anmeldeschluss: 15. Mai 2020
Maximal 40 Teilnehmerinnen

24. Fahrt

27. – 30. August 2020

Donnerstag - Sonntag

Mehrtages-Garten - Radtour

Ausgehend von unserem Hotel in Bad Zwischenahn erkunden wir unter fachkundiger Führung die Gegend. Westerstede und Edeweicht liegen auf unseren 30 – 50 km langen Fahrradtouren. Eine Gärtnerei, der Park der Gärten und besondere private Gärten stehen auf dem abwechslungsreichen Programm. Wir fahren mit eigenen Rädern, E-Bikes können gemietet werden.

Kosten: ca. 370,00 € DZ

430,00 € EZ

Ansprechpartnerin: Ina Osterholz

iosterholz@web.de

Veranstaltung und Durchführung:
Primo Reisen Wingst

Anmeldung:

Ina Osterholz 04163-4457

Anmeldeschluss: 30. April 2020

25. KreislandFrauenfahrt

KreislandFrauenfahrt Golf von Neapel – Süditalien Amalfiküste

Termine: Do. – Do.

- I. 30.04. – 07.05.2020
- II. 07.05. – 14.05.2020
- III. 14.05. – 21.05.2020
- IV. 21.05. – 28.05.2020



4*Hotel

Übernachtung im DZ

Kosten: ca. 1.200 €

Anmeldung über das Formular der
Reiseinformation

26. KreislandFrauenfahrt

Donnerstag, 27. Februar 2020 Fahrt in die Hamburgische Staatsoper

Wir sehen

„Der fliegende Holländer“
romantische Oper in 3 Aufzügen
von Richard Wagner.

Dem niederländischen Kapitän
Bernhard Fokke gelang es nicht, das
Kap der Guten Hoffnung zu
umfahren und so war er seither
dazu verdammt, für immer mit
seinem Geisterschiff auf den
Weltmeeren zu kreuzen.

Einführungsabend

Montag, 17. Februar 2020

19.00 Uhr

Hellwege, Hagenah

Anmeldung: Andrea Beckdorf

Anmeldeschluss: 13.12.2019

Vorstand des LandFrauenvereins Auf dem Delm

Den Hut hat bei uns **Andrea Beckdorf Tel.: 04167-6481** auf.

Wenn sie mal keine Zeit hat, springt **Anke Stresow Tel.: 04167-1604** ein.

Für die Moneten ist **Kerstin Wohlers Tel.: 04169-245** zuständig.

Delia Löhn Tel.: 04167-1327 schreibt alles für uns auf.

Ersatzweise kann **Susanne Lemmermann Tel. 04163-3280** das auch.

Zur besonderen Verfügung stehen uns **Elisabeth Alpers-Janke Tel.: 04163-2374**

und **Ursula Münte Tel.: 04167-1530** zur Seite.

Email-Adresse: landfrauenverein@web.de

Homepage: www.landfrauen-apensen.de

Die Biene – mehr als ein Verbandszeichen

Die Biene – von Anfang an bundesweit das Verbandszeichen für alle Mitglieder. Aber auch mehr als das: Die Biene steht symbolisch für soziales Engagement, Verantwortungsbewusstsein und Gemeinschaftssinn – die Werte, für die LandFrauen auf allen Vereinsebenen einstehen.

SEPA Lastschriftinzugsverfahren für Mitgliedsbeiträge

Der Vereinsbeitrag von 24,-€ wird am 1. April eines jeden Jahres von Ihrem Konto abgebucht. Sollte der 1. April auf ein Wochenende oder einen Feiertag fallen, erfolgt die Abbuchung am darauffolgenden Werktag.

Gläubiger-ID.: DE82LFV00000486791

	<u>Angemeldet</u>		<u>Angemeldet</u>		<u>Angemeldet</u>
1. White Dinner –Weißes Picknick		2. Adventskalender		3. Upcycling – Aus alt mach neu!	
4. Gewürzvortrag		5. 2-Tagesfahrt <u>W</u> eser		6. Wirbelsäulengymnastik	
7. Buchvorstellung		8. Adventsfloristik		9. 2-Tagesfahrt Berlin	
10. Adventsfrühstück		11. Plattdeutscher Abend		12. Gesundheitstag	
13. Grünkohlwanderung		14. Erziehungsvortrag		15. Weiberfastnacht	
16. Jahreshauptversammlung		17. Hamburg Trip		18. Aerial Yoga	
19. Frühlingsfloristik		20. Der gesteuerte Kunde		21. Tapas-Abend	
22. Tagesfahrradtour		23. Rund um den Kirchturm		24. Garten-Fahrradtour	
25. Kreislandfrauenfahrt		26. Opernfahrt			

