

LandFrauenverein Mulsum

und Umgebung



Programm 2023/24



Arbeitsgemeinschaften

Veranstaltungen

Vorträge

Fahrten

Liebe Mitglieder und Interessierte!

Neben dem gedruckten Programm guckt gerne auch auf die Homepage, bei Facebook oder Instagram vorbei. **Außerdem gibt es eine WhatsApp-Gruppe, in der wir regelmäßig aktuelle Informationen teilen. Falls ihr in die Gruppe aufgenommen werden möchtet, meldet euch einfach bei uns.** (z.B. Iris 0172/3795010)

Wie im letzten Jahr sind Angebote in zeitlicher Reihenfolge aufgeführt. Auch Angebote aus dem Fahrtenprogramm, die im Herbst/Winter stattfinden, werden hier noch einmal aufgeführt. Zur Unterscheidung sind die Kategorien farblich markiert.

Arbeitsgemeinschaften

Veranstaltungen

Vorträge

Fahrten

Anmeldungen zu allen Veranstaltungen sind ab dem 11. September 2023 möglich.

Wir freuen uns auf ein gemeinschaftliches, kreatives, sportliches und interessantes Halbjahr mit euch!

Bitte beachtet die Zahlungshinweise bei den einzelnen Veranstaltungen.

Ist eine Überweisung vorgesehen, überweist bitte den angegebenen Betrag auf das Arbeitsgemeinschaftskonto des Landfrauenvereins bei der KSK Stade:
IBAN DE79 2415 1116 0000 2766 18



Im Namen des
gesamten Vorstandes

Iris Lütjen

Sonntag
10. September 2023

Ernteumzug in Kutenholz

Für Kurzentschlossene:

Wer noch Lust hat, mit uns am traditionellen Ernteumzug teilzunehmen, darf sich gerne noch melden.

In geselliger Runde bereiten wir einen Bollerwagen vor, schmücken ihn und nehmen dann als Fußgruppe am Ernteumzug teil.

Meike Marzog • Tel. 0174/7214486

Kutenholz

Samstag
07. Oktober 2023

FitnessTag in Bad Bederkesa

Für die Veranstaltung war zwar schon Anmeldeschluss, falls du aber spontan noch Lust hast, melde dich einfach und wir gucken, ob's noch passt.

Mit Fahrgemeinschaften starten wir ab 9 Uhr vom Sportplatz in Mulsum.

In der Moor-Therme erwartet uns ein Tag in der Bade- und Saunalandschaft inkl. Aqua-Fitness und Entspannungsmassage. Ein kleiner Snack kann vor Ort gekauft werden.

Rückfahrt: ca. 17.00 Uhr

Kosten: 52,- € • Überweisung

Anmeldung bis 15. September bei
Silke Röndigs • Tel. 0151/55364931

9.00 Uhr
ab Sportplatz Mulsum

Samstag
21. Oktober 2023

Comedy Frühstück

Der Comedian und Landwirt Jens Wagner wird uns auf Platt unterhalten und mit Geschichten aus seinem Leben zum Lachen bringen. Dazu genießen wir ein schmackhaftes Frühstück

Referent: Jens Wagner

Kosten: 18,- € • vor Ort
Gäste 23,- €

Anmeldung bis 07. Oktober bei
Christel Gerken • Tel. 04762/8663

9.00 Uhr
Landhaus Hagenah

Mittwoch
2. November 2023

Spielenachmittag

Die Würfel rollen und die Karten werden gekloppt. Es wird rausgeschmissen und der Kniffel bejubelt. Es wird gelacht, geschimpft und Punkte werden notiert. So stellen wir uns den Spielenachmittag mit euch vor. Wir beginnen mit Tee, Kaffee und selbstgebackenem Kuchen. Danach wird gespielt: Mensch-ärger-dich-nicht, Kniffel oder UNO. Gern könnt ihr auch euer Lieblingsspiel mitbringen und andere Frauen zum Mitmachen aktivieren. Hauptsache: wir treffen uns, schnacken und haben Spaß.

Kosten: 10,- € • vor Ort

Anmeldung bis 26. Oktober bei
Bianca von Appen • Tel. 04762/1562
Manuela Handelsmann • Tel. 0160/94627320

14.00 bis 17.00 Uhr
Heimathaus Kuttenholz

Samstag und Sonntag
4./5. November 2023

2-Tagesfahrt nach Berlin mit neuer Grand Show im Friedrichstadtpalast

Eigentlich ist die Fahrt ausgebucht, falls du aber Interesse hast, melde dich trotzdem gerne. Vielleicht wird ja kurzfristig noch ein Platz frei.

Kosten: 301,- €

Iris Lütjen • Tel. 04762/8539

ab 8.20 Uhr
verschiedene Einstiegsorte

Donnerstag
9. November 2023

Yoga am Abend

Wir machen leichte Yoga-Übungen für einen guten Schlaf, die auch für Anfänger geeignet sind. Beenden werden wir den Abend mit einer Klangschalen-Entspannung. Mitzubringen sind: Matte/Unterlage, Decke, Getränke

Kursleitung: Silke Braßel

Kosten: 15,- € • vor Ort

Stefanie Brinkmann • Tel. 04762/923750

19.00 bis ca. 20.30 Uhr
Dorfgemeinschaftshaus Aspe

Freitag
1./8./15. Dezember 2023

Treffen an der Feuertonne

Bei trockenem Wetter wollen wir uns einfach mal auf einen gemütlichen Klönschnack an der Feuertonne treffen.

Für Wärme von Innen gibt's die passenden Getränke.

Ob die Wetterlage das Treffen zulässt, den genauen Treffpunkt und die Uhrzeit geben wir kurzfristig über die WhatsApp-Gruppe bekannt (s. Info erste Seite).

1. Dezember - Mulsum

8. Dezember - Hagenah u. Kutenholz

15. Dezember - Aspe

Kosten: 5,- € • vor Ort

Anmeldung und Info
kurzfristig über die WhatsApp-Gruppe

Mulsum, Hagenah, Aspe

Dienstag
5. Dezember 2023

Weihnachtsfeier

mit einem buntem Programm und
interessantem Vortrag



Kosten: 12,- € • vor Ort
(Kaffee, Kuchen, Selter)

Britta Deede • Tel. 04149/7577

**15.00 Uhr
Deutsches Haus, Mulsum**

Donnerstag
18. Januar 2024

Veganer Kochkurs

Die vegane Küche ist in aller Munde.

Wir wollen kreativ entdecken, wie genussvoll pflanzliche Kost sein kann. Mit Freude und Spaß erleben wir vier außergewöhnliche Stunden, in denen der Fokus darauf liegt, geschickt und entspannt zu kochen um am Ende ein Vier-Gänge-Menü auf dem Tisch zu haben, bei dem nicht nur das Auge, sondern eben auch die Geschmacksknospen begeistert sein werden.

Kursleitung: Felicitas Prenzel

Kosten: 73,- € • Überweisung

Anmeldung bis 30. November bei
Silke Röndigs • Tel. 0151/55364931

**18.00 Uhr
Feuerwehrhaus, Mulsum**

SOS - SOS -SOS

LandFrauenverein Mulsum u.U. in Not

Wenn wir keine Nachfolgerinnen in der Führung finden, droht nach 76 Jahren die Auflösung unseres Vereins!

Einige Posten könnten vom erweiterten Vorstand aufgefangen werden
– aber es fehlt die Frau, die den Hut auf hat, die den Überblick behält und den Verein nach außen vertritt.
(Es ist eine schöne, abwechslungsreiche Aufgabe – die den eigenen Horizont erweitert).
Auch eine zweite Vorsitzende haben wir derzeit nicht.
Für die Posten wären auch Teams von 2-3 patenten Frauen möglich!

Wir möchten noch einmal an alle Mitglieder appellieren - macht Euch Gedanken!
Wir freuen uns über eine schnelle Rückmeldung (noch in diesem Jahr). Schnuppert gerne bei einer unseren
Vorstandssitzungen vorbei oder sprecht mich persönlich an.

Eure Vorsitzende Iris und Team

SOS - SOS -SOS

Samstag
27. Januar 2024

Boßel-Tour mit Männern

Winterzeit ist Boßel-Zeit!

In gemischten Gruppen starten wir unsere gesellige Runde in und um Mulsum.

Wir schmeißen die Kugeln, angeln sie aus den Gräben und genießen die Getränke aus dem Bollerwagen. Wenn wir richtig schön durchgefroren sind, kehren wir zum wärmenden Grünkohlessen ins Deutsche Haus ein, wo wir den Tag gemütlich ausklingen lassen.

Die Getränke im Bollerwagen und das Essen sind inklusive. Getränke im Deutschen Haus zahlt jeder selbst.

Kosten: 25,- € • Überweisung

Janett Weinhardt • Tel. 0162/3611572

11.00 Uhr
Sportplatz Mulsum

Mittwoch
21. Februar 2024

Umgang mit der Einhandrute Basiskurs

Die Einhandrute bietet uns vielfältige Möglichkeiten, Störungen aufzuspüren und zu beseitigen. Mit ihrer Hilfe können wir herausfinden, in welchen Bereichen der Körper blockiert oder gestresst ist.

Auch Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln sowie Störfelder wie Wasseradern können wir ausfindig machen. Die Rute ist ein einfaches und hilfreiches Instrument, das schnell und nachhaltig helfen kann.

An diesem Abend wollen wir sie mit praktischen Anwendungen kennenlernen.

Kursleitung: Verena Möller

Kosten: 50,- € • Überweisung

Stefanie Brinkmann • Tel. 04762/923750

18.30 bis 21.30 Uhr
Feuerwehrhaus Kutenholz

Freitag
23. Februar 2024

It's Bingo-Time (Landmänner sind herzlich Willkommen)

Ein launiger Abend mit Preisen zum gleich-trinken und gleich-essen!

Die Bewirtung übernehmen die "Asper Haie"



Kosten: 10,- € • vor Ort

Iris Lütjen • Tel. 04762/8539

19.30 Uhr
Dorfgemeinschaftshaus Aspe

Donnerstag
7. März 2024

Vortrag für junge Familien
**Handeln in herausfordernden
Situationen**

Kinder fordern uns heraus, bringen uns zum Lachen und manchmal auch an unsere eigenen Grenzen.

An diesem Abend schauen wir insbesondere auf das Thema WUT und die sog. Trotzphase bei Kindern im Alter zwischen 1,5 - 6 Jahren.

Wie kann ich als Mama oder Papa in solchen Momenten mit meinem Kind kommunizieren? Was steckt eigentlich hinter diesem Verhalten?

Was hat die Gehirnentwicklung damit zu tun? Neben theoretischem Input erhalten Eltern praktische Tools und Ideen für den Alltag mit ihrem Kind.

Referentin: Lina Charlotte Diehl

Kosten: 10,- € • vor Ort

Lena Janz • Tel. 0162/3164657
Stefanie Brinkmann • Tel. 04762/923750

19.30 Uhr
Gemeindehaus Mulsum

Dienstag
2. April 2024

Vortrag zur Mitgliederversammlung
**Gesund mit einheimischem
Obst und Gemüse**

Wer regelmäßig Obst und Gemüse isst, lebt länger! Einheimische Pflanzen und Früchte haben sehr viel mehr gesundheitliche Wirkungen als man lange Zeit angenommen hat. Manche Sorten schützen ebenso gut wie Medikamente das Herz oder unterstützen die Hirntätigkeit, die Darmfunktionen und das Immunsystem. Wie Obst und Gemüse zubereitet und gegessen werden kann, um die gewünschten Wirkungen zu entfalten, erfahren Sie in dem Vortrag.

Referentin: Renate Frank

Kosten: 10,- € • vor Ort

Iris Lütjen • Tel. 04762/8539

19.00 Uhr
Deutsches Haus, Mulsum

Samstag
13. April 2024

**Schlemmer-Frühstück
im Oste-Café**

Mit Blick auf die Oste erwartet uns ein reichhaltiges Frühstücksbuffet. Von Aufschnitt über Eier mit Speck bis Lachs und Forelle wird uns einiges geboten. In gemütlicher Atmosphäre in der Eitzter Mühle wollen wir einfach mal nach Herzenslust schlemmen, klönen und genießen.

Achtung: leider ist die Mühle nicht barrierefrei!

Kosten: 21,50 € • Überweisung

Daniela Dammann • Tel. 0157/35222916

9.30 Uhr
Oste-Café, Eitzmühlen

Einladung zur Mitgliederversammlung

Am **Dienstag, 2. April 2024**,
um 19.00 Uhr im Deutschen Haus in Mulsum

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Feststellung der satzungsgemäßen Einberufung und Beschlussfähigkeit
3. Genehmigung der Tagesordnung
4. Genehmigung Protokoll MV 2023
5. Tätigkeitsbericht 2023
6. Kassenbericht 2023 und Bericht der Kassenprüferinnen
7. Entlastung des Vorstandes
8. Berichte aus der Vorstandsarbeit
9. Wahlen:
 1. Vorsitzende - Iris Lütjen (steht nicht mehr zur Wahl)
 2. Vorsitzende - nicht besetzt (Wahl außer Reihe möglich)Kassenführerin - Petra Draack (Wiederwahl möglich)
stellv. Kassenführerin - Britta Deede (steht nicht mehr zur Wahl)
stellv. Schriftführerin - Meike Marzog (steht nicht mehr zur Wahl)
Kassenprüferin
10. Wünsche und Anträge
11. Verschiedenes

Wünsche und Anträge bitte schriftlich, spätestens eine Woche vor der Versammlung bei der Vorsitzenden einreichen.

Im Anschluss hören wir den Vortrag Nr. 14

Der Vorstand des LandFrauen Mulsum

Iris Lütjen Landstr. 22, 27449 Aspe
hat bei uns den Hut auf Tel. 8539

Hier könnte dein Name stehen
springt ein, wenn Iris mal keine Zeit hat

Petra Draack Im Dänsch 31, 27449 Mulsum
kümmert sich um das Geld Tel.362

Britta Deede Im Krug 2a, 21726 Hagenah
kann das ersatzweise auch Tel. 04149/7577

Tanja Wieseahn Überschuss 84, 21726 Hagenah
schreibt alles für uns auf Tel. 04149/920185

Meike Marzog Lange Str. 34, 27449 Kutenholz
hilft ihr dabei Tel. 2249

Janett Weinhardt Gartenstr. 22, 27449 Mulsum
unterstützt alle bei ihrer Arbeit Tel. 183496

Silke Röndigs Heerloge 23, 27449 Mulsum
macht was sonst noch so anfällt Tel. 183615

www.landfrauen-mulsum.de

Ortsvertreterinnen

Andrea Meyen	Heerloge 43	27449 Mulsum	Tel. 183268
Christel Gerken	Im Dänsch 45	27449 Mulsum	Tel. 8663
Daniela Dammann	Rosenstr. 5	27449 Mulsum	Tel. 183633
Gisela Wülpert	Heerloge 11	27449 Mulsum	Tel. 317901
Manuela Handelsmann	Rotdornweg 36	27449 Kutenholz	Tel. 3638567
Bianca von Appen	Langes Feld 13	27449 Kutenholz	Tel. 1562
Stefanie Brinkmann	Hauptstr. 18	27449 Kutenholz	Tel. 923750
Julia Lührs	Dorfstraße 13	27449 Essel	Tel. 384
Bettina Wohlers	Verenfeldstraße 4	27449 Aspe	Tel. 1796
Britta Deede	Im Krug 2a	21726 Hagenah	Tel. 04149/7577
Lena Janz	Feldstr. 7	27449 Mulsum	Tel. 923176

Grundsätzliches

Die Anmeldungen zu den Vorträgen, sowie zur Weihnachtsfeier, sollen spätestens eine Woche vor dem Termin bei den jeweiligen Vorstandsfrauen eingehen.

Anmeldung verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr bzw. der Bewirtungskosten bei Vortragsveranstaltungen und Arbeitsgemeinschaften!

Die Fahrten und Arbeitsgemeinschaften sind vorrangig für unsere Vereinsmitglieder.

Jedes Mitglied sollte eine eigene Unfallversicherung haben - es gibt keine Vereinsunfallversicherung!

Gäste sind zu allen Vorträgen gegen Zahlung eines Kostenbeitrages von 5,00 € herzlich willkommen.

Der Jahresbeitrag beträgt 30,- € und wird zwischen dem 1. und 14. Mai des Jahres per SEPA - Lastschriftverfahren vom Konto eingezogen.

Bitte beachtet, dass bei unseren Veranstaltungen Fotoaufnahmen gemacht werden, die wir evtl. für Vereinszwecke auf unserer Homepage bzw. verbandseigenen Internetseiten benutzen oder bei Veranstaltungen veröffentlichen.

Wer damit nicht einverstanden ist, teilt es mir bitte der Vorsitzenden schriftlich mit.



Wichtige Termine

angemeldet

Samstag, 10.09.2023
Ernteumzug Kutenholz

Samstag, 07.10.2023
Moor-Therme

Samstag, 21.10.2023
Comedy-Frühstück

Mittwoch, 02.11.2023
Spiele-Nachmittag

Samstag/Sonntag, 4./5.11.2023
2-Tagesfahrt nach Berlin

Donnerstag, 09.11.2023
Yoga am Abend

Freitage im Dezember
Treffen an der Feuertonne

Dienstag, 05.12.2023
Weihnachtsfeier

angemeldet

Donnerstag, 18.01.2024
Veganer Kochkurs

Samstag, 27.01.2024
Boßeln

Mittwoch, 21.02.2024
Einhandrute

Freitag, 23.02.2024
Bingo

Donnerstag, 07.03.2024
Vortrag Lina Diehl

Dienstag, 02.04.2024
Mitgliederversammlung

Samstag, 13.04.2024
Schlemmer-Frühstück



Bildungsveranstaltungen in pädagogischer Verantwortung der LEB



Ob Urlaub oder Alltag, unsere GoldCard ist immer die richtige Wahl! Informieren Sie sich jetzt über unsere GoldCard und profitieren Sie von vielen tollen Zusatzleistungen, wie z.B. der Reisebuchung mit unserem Reisebonus! Erhalten Sie satte 7 % ihres Reisepreises zurück!

QR-Code scannen, informieren und direkt beantragen!

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.



**Gemeinsam.
Die Welt erleben!**