



# Eine Gemeinschaft für ALLE FRAUEN auf dem Land

Wir laden Sie zu unseren Veranstaltungen herzlich ein. Gäste und neue Mitglieder sind uns immer willkommen.





Erhalten Sie Informationen zu Veranstaltungen/Ausflügen und Reisen über **WhatsApp**: Dazu haben wir eine Broadcastgruppe eingerichtet.

Was steckt dahinter? Eine "Broadcastliste" funktioniert ähnlich wie eine WhatsApp-Gruppe, hat aber den Vorteil, dass die Empfänger nicht sehen, an welche anderen Kontakte die Nachricht gesendet wurde. Andere Teilnehmer/innen sehen auch nicht, welche Nachrichten Sie von der Broadcastliste aus gesendet haben. Sämtliche Rückmeldungen erreichen nur die Administratorin.

Interesse geweckt? Dann bitte die folgende Telefonnummer (0163 6651668) in den Kontakten speichern, eine Nachricht senden und das Einverständnis zur Teilnahme an der Broadcastliste erklären. Ein einfaches "ok" reicht als Einverständnis. Ein Widerruf ist jederzeit möglich.

Weiterhin erhalten Sie alle wichtigen Informationen auch auf unserer Homepage: www.landfrauen-hoya.de

LandFrauenvereinHoya
Iandfrauen\_hoya



## wir laden Sie zu unseren Veranstaltungen herzlich ein!

Unser Verein, der am 8. November 1946 gegründet wurde und sich über die Samtgemeinden Grafschaft Hoya und Bruchhausen-Vilsen erstreckt, ist mit ca. 850 Mitgliedern die größte Frauenvereinigung in unserer Region. Wir sind eine Gemeinschaft von Frauen jeden Alters, aus allen Berufen und Lebenssituationen, parteipolitisch unabhängig und überkonfessionell.

Erleben Sie im LandFrauenverein Hoya e.V. Fachvorträge, Seminare, praktische Kurse, Ausflüge und Besichtigungsfahrten mit Themen zu allen Lebensbereichen: Familie und Gesellschaft, Landwirtschaft und Verbraucher, Ernährung und Gesundheit, Kulturelle Bildung und Kreativität, Wohnen und Garten, Natur und Umwelt, Erziehung und Weiterbildung. Auch das gesellige Beisammensein kommt dabei nicht zu kurz.

Wir LandFrauen bauen Brücken zwischen Stadt und Land, Alt und Jung, Berufstätigen und Hausfrauen, zwischen Tradition und Moderne, Ernsthaftigkeit und Frohsinn, geistiger Arbeit und kreativem Schaffen. Kommen Sie und machen Sie mit, wenn es darum geht, Brücken zu bauen zwischen den Dörfern, den Generationen und den Menschen!

Von Nichtmitgliedern erbitten wir pro Veranstaltung einen Kostenbeitrag von € 5,–.

Wir freuen uns auf Siel

## Veranstaltungen

Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung!

Wenn nicht anders angegeben Anmeldung unter: info@landfrauen-hoya.de oder

LFV Handy-Mailbox: 0163 6651668 oder Festnetz Imke Wicke, 04258 1369 oder Marlene Grafe-Schröder 04251 983800

## Dienstag, 26.09.2023, 15 Uhr, Thöle

Von Marlene Dietrich zu Helene Fischer – Die Geschichte des deutschen Schlagers Von Lili Marlen bis Atemlos – der Schlager gehört zu den beliebtesten Musikarten in Deutschland. In dem musikalisch unterlegten Vortrag von Wolfgang Borchert soll die Entwicklung des deutschen Schlagers und seine Prägung durch die jeweiligen gesellschaftlichen Umstände der Zeit, in der er erfolgreich ist, nachgezeichnet werden. Der Bogen wird von den 20er Jahren bis in unsere Tage gespannt.

### Mittwoch, 18.10.2023, 19 Uhr, Thöle

### Aktuelle Ernährungstrends – Ist das noch gesund?

Klimagerechte Ernährung? Insekten im Burger? Vegan oder doch lieber flexitarisch? Ernährungstrends gehören zum täglichen Alltag in Zeitschriften und digitalen Medien und sind beliebt. Aber lohnt es sich, jeden Trend mitzumachen oder können bestimmte Ernährungsweisen der Gesundheit schaden? In dem Vortrag von Dorothee Seelhorst von der Verbraucherzentrale Niedersachsen erfahren Sie alles, was Sie über Ernährungstrends wissen sollten. Mit kleinen Kostproben wagen wir einen Blick auf das Essen von morgen.



## Donnerstag, 09.11.2023, 19.30 Uhr

## Gelassen "Mama" sein, ein Abend für junge LandFrauen

Gelassen "Mama" sein – das wünschen wir uns doch irgendwie alle, klappt aber selten. Im Funktionsmodus durch den Tag hetzen, allen Anforderungen irgendwie gerecht werden – wo ist dabei eigentlich die Leichtigkeit geblieben? Wann bleibt mal Zeit für mich? Annika Nowottny ist Coach für Mütter und gelernte Journalistin, selbst Mutter von zwei Kindern (4 und 7) und kennt das alles sehr gut. Sie spricht über ihren Weg heraus aus der Erschöpfung und Überforderung und gibt Anregungen, wie es jedem selbst gelingen kann aus diesem "Hamsterrad" auszusteigen.

Ort: ZOOM online-Veranstaltung Anmeldung: junge@landfrauen-hoya.de LFV Handy-Mailbox: 0163 6651668

## Dienstag, 14.11.2023, 15 Uhr, Thöle

## Enkeltrick – Mir würde so etwas nicht passieren!

Ob am Telefon, per WhatsApp oder an der Haustür, jeder Mensch kann das Opfer einer Betrugsmasche werden. Die Kontaktbeamtin Nicole Schuster vom Polizeikommissariat Hoya klärt uns über Vorgehensweisen verschiedener Trickbetrüger auf und gibt wertvolle Tipps und Tricks, wie wir uns davor schützen können.

Bei dieser Veranstaltung besteht die Möglichkeit Leinen aus Litauen zu erwerben.

4

5

### Donnerstag, 23.11.2023, 19 Uhr, Thöle

#### Spaziergang durch den Bücherherbst

Was ist neu auf dem Büchermarkt, welche Lektüre bietet sich für meine nächste Urlaubsreise an, mit welchem Buch überrasche ich meine Kinder und Enkelkinder? Kompetente Antworten darauf geben die Buchhändlerin **Gudrun Heine** und ihre Mitarbeiterin **Karin El-Haj** aus Verden bei ihrem "Spaziergang durch den Bücherherbst". Sie geben Tipps für lange Winterabende, stellen Neuerscheinungen vor und präsentieren erlesene Sach- und Kinderbücher. Im Anschluss stehen die Buchhändlerinnen für Fragen zur Verfügung, auch kann schon das eine oder andere Exemplar erworben werden.

### Donnerstag, 14.12.2023, 15 Uhr und 19 Uhr, Thöle

## Im Winterwunderland – Wintermärchen mit Harfenklängen

In der hektischen Vorweihnachtszeit möchten wir unsere Adventsfeier zu einer besonderen Veranstaltung werden lassen. Die Märchenstunde im Winterwunderland verspricht eine unvergessliche Reise in eine Welt voller Magie und Träume. Brigitta Wortmann präsentiert eine Auswahl an Wintermärchen, begleitet von dem vollen Klang der Konzertharfe. Sie erzählt alle Märchen frei, ohne Rezitation oder Schauspiel, sodass wir uns durch das individuelle Erzählen ganz der Stimmung des Augenblicks anpassen können. Wir erleben, wie Märchen und Geschichten uns in unser eigenes Wunderland führen können.

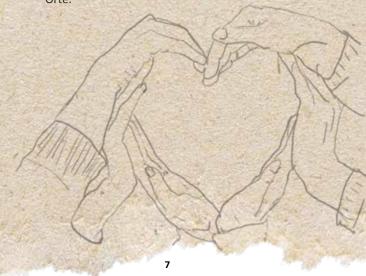
## Samstag, 20.01.2024, 9 Uhr mit Frühstück, Uhlhorn, Asendorf

Das Gesicht – die kleinste Bühne der Welt Unser Gesicht ist wie eine Landkarte und kann mit erstaunlicher Präzision gelesen werden. Es zeigt den Charakter, Talente und Erfahrungen. An diesem Vormittag werden wir uns, anhand von Fotos prominenter Personen, gemeinsam mit Ilona Weihrich auf eine Reise in die "Physiogonomik", die Kunst des Gesichterlesens begeben.

## Dienstag, 13.02.2024, 15 Uhr, Thöle

## Think Big – eine Landschaftsarchitektin zieht in die große Welt

Die Referentin **Dipl. Ing. Isabel Zempel** arbeitet seit 1993 als Landschaftsarchitektin. Sie hat 20 Jahre in den USA gelebt und Projekte im öffentlichen wie privaten Raum gestaltet und war auch international als Städte- und Landschaftsplanerin tätig. Die unermüdliche, neugierige Reisende bringt den Zuhörern verschiedene multikulturelle Perspektiven von Garten- und Landschaftsgestaltung näher. Ihre Präsentation konzentriert sich auf die kulturübergreifende Gestaltung unterschiedlichster Orte.



## Freitag, 08.03.2024, 19 Uhr, Kino Hoya

## Freundinnen-Kino-Abend am internationalen Frauentag

Laden Sie Ihre Freundinnen zu einem aktuellen Frauen-Kino-Filmabend ein und lassen Sie sich von uns mit Sekt und Fingerfood zum Empfang verwöhnen! Diese Veranstaltung bieten wir anlässlich des internationalen Frauentags gemeinsam mit dem SoVd Ortsverband Hoya und den Gleichstellungsbeauftragten der Samtgemeinden Bruchhausen-Vilsen und Hoya an.

Kosten: € 15,- inkl. Imbiss

Ort: Filmhof Hoya, Deichstr. 80-82, 27318 Hoya Anmeldung: Filmhof Hoya, Tel.: 04251 2336

### Mittwoch, 13.03.2024, 15 Uhr, Thöle

#### **Jahreshauptversammlung**

Vorläufige Tagesordnung:

- Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- 2. Genehmigung der Tagesordnung
- 3. Genehmigung des Protokolls vom 28.03.2023
- 4. Ehrungen
- 5. Tätigkeitsbericht 2023
- 6. Kassenbericht 2023
- 7. Bericht der Kassenprüferinnen
- 8. Entlastung des Vorstandes
- 9. Wahl einer neuen Kassenprüferin
- 10. Verabschiedung der ausscheidenden Vorstandsfrauen
- 11. Ernennung der neuen Ortsvertreterinnen
- 12. Wahlen
  - a.) Wahl der Vorstandsvertretung Bezirk 2, 4 und 10
  - b.) Bekanntgabe der Wahlergebnisse
- 13. Satzungsänderung
- 14. Verschiedenes

Aus zeitlichen Gründen wird auf ein ausführliches Rahmenprogramm verzichtet, aber es gibt viele Rückblicke, Anekdoten und vielversprechende Ausblicke.

## Seminare und Kurse

### Nähworkshops

Do., 19.10., 16.11., 07.12.2023 und 11.01., 15.02.2024

Gemeindehaus Asendorf, St.-Marcellus-Str. 7, jeweils ab 19 Uhr

Do., 28.09., 26.10., 30.11.2023 und 25.01., 29.02.2024

Güterschuppen Eystrup, Am Bahnhof 8, jeweils ab 19 Uhr



Von Oktober bis Februar können sich Interessierte (auch Anfänger/innen) treffen, um gemeinsam an der Nähmaschine kreativ zu sein. Wenn möglich, bitte Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffreste mitbringen.

Kosten: pro Abend € 3,– für Vereinsmitglieder, € 6,– für Nichtmitglieder zzgl. evtl. Material-kosten

Anmeldung und Information:

#### Asendorf:

Kerstin Gissel, Tel.: 0170 6188005 E-Mail: gisselkerstin@gmail.com

#### Eystrup:

Christine Scharnhusen, Tel.: 04254 801480 E-Mail: c.scharnhusen@t-online.de



## Anmeldung

Anmeldungen zu den Seminaren bis eine Woche vor Seminarbeginn.

Die Teilnahme erfolgt bei allen Veranstaltungen auf eigenes Risiko.

Die Anmeldungen sind verbindlich, bei kurzfristiger Absage der Teilnahme sind die Kosten zu entrichten. Nur so können wir gerechte Bedingungen schaffen.

Bei allen Veranstaltungen werden Fotoaufnahmen gemacht, die wir evtl. auf unserer Homepage www.landfrauen-hoya.de

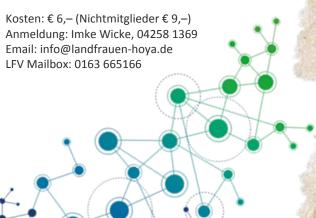
benutzen oder auf unseren Veranstaltungen veröffentlichen.

## Mit den Augen einer Fledermaus

Mo., 18.09.2023, 19 Uhr

Famila-Parkplatz/VGH Bahnhof Seminarleitung: Carola Anders

Auf einem zweistündigen Spaziergang durch Hoya erfahren wir durch Carola Anders, der Regionalbetreuerin für Fledermäuse im Landkreis Diepholz, viel über die nächtlichen Flattertiere. Wir lernen welche Arten es gibt und Gewohnheiten sie haben und werden sie an Ihren Lieblingsplätzen in Hoya besuchen.



### Lifehacks für die Küche mit Ätherischen Ölen

Fr., 13.10.2023, 18 – 21.45 Uhr Ort: Küche Bavendamsches Haus, Bahnhofstr. 55, Bruchhausen-Vilsen

Seminarleitung: Julia Meier-Oetjen

Ätherische Öle stecken nicht nur voller Aroma, sie sind Booster für die Gesundheit. Nur ein Tropfen Dillöl enthält den Wirkstoff eines Bunds Dill. Sie enthalten also die geballte Pflanzenkraft. In diesem Kurs wollen wir saisonale, köstliche Gerichte herstellen und mit den raffinierten Geruchs- und Geschmacksnoten kräftig aufpeppen. Nebenbei beschäftigen wir uns mit den Inhaltsstoffen, denn sie können uns heilen,

Kosten: € 35,– pro TeilnehmerIn Anmeldung: Kerstin Gissel, 0170 6188005

## Holzworkshop - das eigene Schneidebrett herstellen

Fr., 20.10.2023, 18 - 21 Uhr

entgiften und verjüngen.

Ort: Nienburger Bruchweg 5, 31582 Nienburg Seminarleitung: Tischler Michael Haller

Nach einer kurzen Einweisung an den Maschinen werden an diesem unterhaltsamen Abend die Rohlinge eines Schneidebretts mit der CNC-Fräse bearbeitet, anschließend individuell z. B. mit Schriftzügen gestaltet, geschliffen und geölt. Zur Stärkung gibt es zwischendurch eine Bratwurst, Baguette und alkoholfreie Getränke.

Kosten: € 35,— Mitglieder inkl. Verzehr Anmeldung: Kerstin Gissel, 0170 6188005 Email: gisselkerstin@gmail.com

11

### Etwas Warmes für den Winter

Mi., 01.11., 08.11. und 15.11.2023, 18.30 – 21 Uhr

Ort: Gemeindehaus Hoyerhagen, Rohlfener Str.1, 27318 Hoyerhagen Seminarleitung: Waltraud Elsner

Mit fachlicher Unterstützung von Waltraud Elsner stricken wir in netter Runde unser neues Lieblingstück. Vielleicht eine Mütze, einen Schal oder auch etwas ganz Anderes? Anschauungsmuster und eine kleine Wollauswahl stehen zur Verfügung.

Kosten: € 5,— (Nichtmitglieder € 7,–) Anmeldung: Imke Wicke, 04258 1369 Email: info@landfrauen-hoya.de LFV Mailbox: 0163 6651668

### "Hilfe" das darf ich nicht vergessen!

Do., 18.01.2024, 18.30 - 20 Uhr

Ort: Gemeindehaus Hoya, Von-Staffhorst-Str. 7, 27318 Hoya Seminarleitung: Dagmar Stegmann, zertifizierte Gedächtnistrainerin BVGT

Wer kennt das nicht? Gerade wusste ich es noch... Haben Sie Lust mit abwechslungsreichen Übungen, ohne Leistungsdruck und mit viel Spaß, die "grauen Zellen" in spielerischer Form auf Trab zu bringen? Dann kann an diesem Abend ihre Begeisterung für Gedächtnistraining geweckt werden.

Kosten: € 3,– (Nichtmitglieder € 6,–) Anmeldung: Dagmar Stegmann, 0152 28156740 Email: info@landfrauen-hoya.de

12

LFV Mailbox: 0163 6651668

## Tipps und Tricks in Sachen Styling

Sa., 10.02.2024, 9 – 16 Uhr

Ort: Kirsteins Hoff, Verdener Str. 1, 27327 Martfeld Seminarleitung: Pamela Warnke, zertifizierte Farb- & Stilberaterin

Wie hole ich das "Optimum" aus mir heraus? Erfahren Sie, welche Schnitte Sie besonders gut kleiden und wie Sie mit der richtigen Linienund Schnittführung sowie passenden Accessoires Ihre Figur vorteilhaft betonen. Den eigenen Stil zu finden, ist mehr als nur jeder Mode zu folgen. Nach diesem Tag werden Sie einen viel sicheren Griff in die Wahl Ihrer Garderobe haben, weil Sie einfach wissen was zu Ihnen passt! Bitte bringen Sie 5 – 10 eigene Lieblingskleidungsstücke oder auch gerne sogenannte "Schrankleichen" und etwas fürs "Mitbring-Buffet" mit!

Kosten: € 70,– (max. 12 Teilnehmerinnen) Anmeldung: Imke Wicke, 04258 1369 Email: info@landfrauen-hoya.de

## Orientalischer Tanz - ein Schnupperkurs

Mi., 14.02., 21.02. und 28.02.2024, 18 – 19.30 Uhr

Ort: Gemeindehaus Hoya, Von-Staffhorst-Str. 7 Seminarleitung: Ilse Harms

Die verschiedenen Bewegungen sind ein moderates Ganzkörpertraining auch für ungeübte Frauen. Sie kräftigen die Muskulatur und können eventuelle Verspannungen lösen. Bauchtanz, wie der orientalische Tanz umgangssprachlich genannt wird, macht viel Spaß. Die Grundschritte sind nicht schwierig. Der Kursus richtet sich an alle Frauen, egal ob jung oder alt, dick oder dünn, groß oder klein.

Kosten: € 15,- (Nichtmitglieder € 30,-) Anmeldung: Imke Wicke, 04258 1369

LFV Mailbox: 0163 6651668

## "Für eine starke Mitte", Beckenbodengymnastik

Mo., 11.03., 18.03., 25.03.2024, 18 – 19.30 Uhr Ort: Gemeindehaus Hoya, Von-Staffhorst-Str. 7

Mo., 08.04., 15.04., 22.04.2024, 18 – 19.30 Uhr Ort: Martfeld, Kirsteins Hoff, Verdener Str. 1

Der Beckenboden ist eine der wichtigsten, größten und auch interessantesten Muskelgruppen des menschlichen Körpers. Erlernen Sie in drei Trainingseinheiten mit Elke Lampmann anhand praktischer Übungen, wie der Beckenboden gestärkt und trainiert werden kann. Bitte bequeme Kleidung, Wolldecke und Matte mitbringen.

Kosten: € 15,- (Nichtmitglieder € 30,-) Anmeldung:

Marlene Grafe-Schröder, 04251 983800

Imke Wicke, 04258 1369 Emai: info@landfrauen-hoya.de

LFV Mailbox: 0163 6651668

## Alte Stühle im neuen Design

Sa., 16.03.2024, 10 - 13.30 Uhr

Ort: Dorfstr. 18, 27324 Hämelhausen Seminarleitung: Kerstin Lüdke

Aus alt wird neu, oder besser gesagt: originell. Denn wir wollen alte oder ausrangierte Stühle in schicke Unikate für den Garten verwandeln. Kerstin Lüdke aus Hämelhausen bietet hierzu den passenden Workshop mit vielen kreativen Ideen an. Mitgebracht werden muss ein alter Stuhl sowie eine Gartenschere.

Kosten: € 15,– Mitglieder (max. 10 Teilnehmer) Anmeldung: Anne-Marie Meyer, 0177 7388636

## Schnuppergolfen

Do., 16.05.2024, 18.00 Uhr

Ort: Golf Club Verden e.V., Holtumer Str. 24, 27283 Verden-Walle

Seminarleiter: Butcher Mike

Wollen Sie die Faszination Golfspielen kennenlernen?

Dann ist dieser Schnupperkurs genau der Richtige!

Nach einem kleinen Rundgang am Golfplatz, bei dem Sie die Natur auf sich wirken lassen können, geht es auf die Diving-Range. Nach einer kurzen Einführung können Sie sich selber ausprobieren und den Golfschläger schwingen.

Kosten: € 20,- (Nichtmitglieder € 25,-) Anmeldung: M. Grafe-Schröder, 04251 983800

Email: info@landfrauen-hoya.de



## Vorankündigung der geplanten Fahrten

April 2024

Tagesfahrt zu Miele nach Gütersloh

## Mai und August 2024

Eintägige Radreise: Cloppenburg – Thülsfelder Talsperre – Nutteln

Juni 2024

Eintägige Überraschungsradreise

Juni 2024

Mehrtägige Radreise in den Raum Magdeburg/Tangermünde/Elberadweg



### Ende Mai/Juni 2024

Mehrtägige Radreise mit Gepäck ab Hoya Richtung Rotenburg

Genauere Informationen zu den Reisen erhalten Sie, wie gewohnt, mit dem Weihnachtsbrief. Anmeldungen zu den Fahrten sind erst nach Erhalt des Reiseprogramms möglich!

> Auch unsere beliebten Feierabendradtouren finden wieder statt.

Die Termine werden durch die Presse bekannt gegeben!



## Die Vorstandsfrauen

Imke Wicke 04258 1369 Vorsitzende Hollen 6, 27327 Martfeld

Anne-Marie Meyer 04254 8005352

Bezirk 1: Eystrup, Gandesbergen, Hämelhausen, Hassel, Mahlen

Marlene Grafe-Schröder

04251 983800 Stellv. Vorsitzende Bezirk 2: Hoya

Petra Stolte 04251 7235

Bezirk 3: Altenbücken, Bücken, Dedendorf, Holtrup, Schweringen/ Balge

Annette Derboven

**04251 2559** Bezirk 4: Calle, Helzendorf, Nordholz, Warpe

Kerstin Gissel 04253 338

Bezirk 5: Asendorf, Brebber, Graue, Haendorf, Hohenmoor, Kampsheide, Kuhlenkamp-Uepsen

Bettina Kehlbeck

04247 95156 Bezirk 6: Engeln, Ochtmannien, Oerdinghausen, Scholen, Weseloh Ina Homfeld 04251 7396

Stellv. Vorsitzende Bezirk 7: Duddenhausen, Homfeld, Hoyerhagen, Wöpse

Dagmar Stegmann 04251 6720061

Bezirk 8: Heesen, Hilgermissen, Magelsen, Mehringen, Ubbendorf, Wechold, Wienbergen

Irmtraud Homfeld

04258 772

Bezirk 9: Kleinenborstel, Martfeld, Schwarme, Loge, Tuschendorf, Hustedt

Petra Meyer 04240 1060

Bezirk 10: Berxen, Bruchhausen, Süstedt, Uenzen, Vilsen

Erika Meyer Schriftführung 04255 982416

Astrid Schwecke Kassenführung Ubbendorf

Heike Hustedt 04255 92172 Vertreterin im Kreisverband. Tuschendorf



## Unser Buchtipp



Leben mit den Jahreszeiten

Ein Buch zum Schmökern, Nachdenken und Meditieren. Der Bestseller, den man sich nicht entgehen lassen sollte! Er ist noch zu haben – bitte nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf.







## Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann wenden Sie sich an:

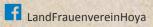
LandFrauenverein Hoya e.V. Hollen 6, 27327 Martfeld

Vorsitzende: Imke Wicke

Telefon: 04258 1369

E-Mail: info@landfrauen-hoya.de

Besuchen Sie uns auch auf unserer Homepage: www.landfrauen-hoya.de



O landfrauen\_hoya





Die Veranstaltungen finden z. T. in pädagogischer Verantwortung der LEB statt.