

ab 15.09.2025, 19.00 - 20.00 Uhr Ganzkörpertraining

Kräftigung und Dehnung des gesamten Körpers mit und ohne Handgeräten 10 x montags mit Vivien Kolic Veranstaltungsort: Turnhalle der Karl-Söhle-

Schule Kursgebühr: 30,00 € für Mitglieder

Anmeldung: Anke Seidler, Telefon 05832 979843

auch AB

Tagesfahrt nach Tangermünde

Termin wird noch bekannt gegeben

OKTOBER

Mittwoch, 08.10.2025, 18.30 Uhr "Selbst ist die Frau"

Ein Workshop rund um das Thema Handwerken, der Umgang mit Maschinen, Bohrern und Dübeln. Veranstaltungsort: Glaubitz Werkers Welt,

Lessingstr. 8, Wittingen Kursgebühr: 5,00 €

Anmeldung: Gesa Müller, Telefon 05832 979483

Donnerstag, 16.10.2025, 17.00 Uhr Erntedankandacht

Vortrag und Workshop: "Plastikfrei leben -Der Weg (weg) vom Plastik"

Beleuchtet werden Ursachen, Zusammenhänge und Hintergründe unseres weltweiten Plastikproblems und gezeigt werden konkrete Wege, mit dieser Herausforderung auch im Alltag umzugehen. Referentin: Ines Wehling, LEB Braunschweig Veranstaltungsort: Gasthaus Pasemann, Emmen Anmeldung: Martina Quelle-Schwankhaus, Tel. 05832 2101, Anmeldeschluss: 09.10.2025

NOVEMBER

Samstag, 08.11.2025, 14.00 Uhr Meditatives Malen

Kreative Praxis, bei der das Malen als Entspannung. Achtsamkeit und innere Ruhe genutzt wird. Der Fokus liegt hierbei weniger auf dem Endergebnis des Kunstwerks, sondern vielmehr auf dem Prozess des Malens selbst.

Veranstaltungsort: HSV Sportheim Kursgebühr: 15,00 € inkl. Material Dozentin und Anmeldung: Anke Seidler. Telefon 05832 979843 auch AB

Samstag, 15.11.2025, 9.30 Uhr LandFrauen-Frühstücksbuffet

Vortrag: "3 Monate Südafrika"

Referentin: Anna Maria Lücke, Glüsingen Veranstaltungsort: Gasthaus Heidekrug, Langwedel Anmeldung: Martina Quelle-Schwankhaus,

Tel. 05832 2101

Anmeldeschluss: 08.11.2025

DEZEMBER

Freitag, 12.12.2025, 15.00 Uhr Weihnachtsfeier

Veranstaltungsort: Gasthaus Pasemann, Emmen Anmeldung: Martina Quelle-Schwankhaus,

Tel. 05832 2101

Anmeldeschluss: 05.12.2025

Fahrradtour und Theaterfahrt

Termine werden noch bekannt gegeben



Viele unserer Angebote werden freundlich unterstützt von der





1. Vorsitzende: Martina Quelle-Schwankhaus, Telefon: 05832 2101 IBAN DE61 2579 1635 0101 5761 00

Veranstaltungen 2025





JANUAR

Anleitung zum Yoga

mit Petra Paeger

Die neuen Termine werden in der Tageszeitung

bekannt gegeben

Kursgebühr: 5 Kurse à 17,50 € für Mitglieder Anmeldung: Gisela Kahrens, Telefon 05832 2348

ab 13.01,2025, 19.00-20.00 Uhr Ganzkörpertraining

Kräftigung und Dehnung des gesamten Körpers mit und ohne Handgeräten

10 x montags mit Vivien Kolic

Veranstaltungsort: Turnhalle der Karl-Söhle-Schule

Kursgebühr: 30,00 € für Mitglieder

Anmeldung: Anke Seidler, Telefon 05832 979843

auch AB

Mittwoch, 22.01.2025, 17.00 Uhr Jahreshauptversammlung

Vortrag: "Mein Garten - fit für den Klimawandel" Mit der richtigen Pflanzenauswahl können wir unsere Gärten dem neuen Klima anpassen. Trockenheitstolerante Pflanzen erleichtern den Pflegeaufwand und das ständige Gießen wird überflüssig. Zusätzlich können wir durch richtige Bodenbearbeitung und weitere Maßnahmen die Auswirkungen des Klimawandels mildern.

Referentin: Sandra Raupers-Greune, LWK Braunschweig

Veranstaltungsort: Hotel zur Linde, Hankensbüttel Anmeldung: Martina Quelle-Schwankhaus,

Tel. 05832 2101

Anmeldeschluss: 15.01.2025



FEBRUAR

Samstag, 22.02.2025, 9.30 Uhr LandFrauen-Frühstücksbuffet Vortrag: "Vom Einschlafen und Schlafen - Eulen

und Lerchentyp"

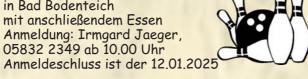
Wie läuft ein normaler Schlaf eigentlich ab? Was geschieht in den verschiedenen Schlafphasen? Ist es unnormal, pro Nacht drei, vier Mal aufzuwachen? Was ist passiert, wenn man wie gerädert morgens aufwacht? Jeder Schlafmythos wird unter die Lupe genommen. Zum Beispiel: Nur der Schlaf vor Mitternacht ist ein guter Schlaf. Stimmt das? Referentin: Anne Stosch, Uelzen Veranstaltungsort: Hotel zur Linde, Hankensbüttel

Anmeldung: Martina Quelle-Schwankhaus, Tel. 05832 2101

Anmeldeschluss: 15.02.2025

Freitag, 14.2.2025, ab 17.00-19.00 Bowling "Just for fun'

in Bad Bodenteich mit anschließendem Essen Anmeldung: Irmgard Jaeger, 05832 2349 ab 10.00 Uhr



MÄRZ

Freitag, 21.03.2025, 19.00 Uhr Kinoabend

Veranstaltungsort: Gasthaus Heidekrug, Langwedel Anmeldung: Martina Quelle-Schwankhaus, Tel. 05832 2101, Anmeldeschluss: 14.03.2025

Samstag, 22.03.2025, 10.00 Uhr in Allersehl Wildpflanzenführung

"Die Zeit des Erwachens - in der Natur und in uns" Erste Frühlingsboten Märzveilchen, Scharbockskraut, Birke & Co, zarte Wildpflanzen für Frühlingsquark, Suppen usw. und Frühlingskur Dauer 2-2,5 Std., 15,00 €, begrenzte Teilnehmerz. Dozentin: Jasmina Pape, Allersehl Anmeldung: Anke Seidler, Telefon 05832 979843 auch AB



Ende März /Anfang April Holzetageren herstellen

wollen wir für die Haustür oder den Garten Veranstaltungsort: Ulf Cohrs, Weddersehl Anmeldung: Martina Quelle-Schwankhaus, Telefon 05832 2101

APRIL

Samstag, 05.04.2025, 10.00 Uhr in Allersehl (Grillplatz)

Wildpflanzenführung

"Die Zeit des Erwachens - in der Natur und in uns" für Teilnehmerinnen mit Gehhilfe Erste Frühlingsboten Märzveilchen, Scharbockskraut, Birke & Co, zarte Wildpflanzen für Frühlingsquark, Suppen usw. und Frühlingskur Dauer 2-2,5 Std., 15,00 €, begrenzte Teilnehmerzahl

Dozentin: Jasmina Pape, Allersehl Anmeldung: Anke Seidler, Telefon 05832 979843 auch AB

MAI

ab 05.05.2025, 19.00 - 20.00 Uhr Tai Chi

Sanfte chinesische Bewegungskunst. Bringt Geist und Körper in Einklang.

5 x montags mit Vivien Kolic

Veranstaltungsort: Turnhalle der Karl-Söhle-Schule Kursgebühr: 15,00 € für Mitglieder

Anmeldung: Anke Seidler, Telefon 05832 979843 auch AB

Samstag, 24.05.2025, 11.00 Uhr in Wesendorf Betongießen

"Schöne Dinge" selber herstellen Dozentin: Marion Penshorn

Kursgebühr: 35,00 €, begrenzte Teilnehmerzahl Anmeldung: Anke Seidler, Telefon 05832 979843

auch AB

JUNI

Mittwoch 11.06 - bis Sonntag 15.06.2025 Mehrtagesfahrt unterwegs an die Müritz

und in Mecklenburg-Vorpommern

MV ist neben der Landschaft mit ausgedehnten Wasserflächen und großen Nationalparks eine Reise wert. Wir starten mit einem Golf-Schnupperkurs in Zernien, Städte wie Neustrelitz, Waren und Schwerin werden besucht. Auf der Panorama-Route durch die Mecklenburgische Schweiz werden wir historische Dörfer mit eigenen kleinen Schlössern kennen lernen. Eine Zwei-Seen-Dampferfahrt ist auch mit dabei.

Anmeldung und Leitung: Gudrun Posimowski, Telefon 05832 2785

JULI

Samstag, 05.07.2025, 10.00 Uhr in Allersehl (ehem. Gaststätte Holzgrefe) Wildpflanzenführung

"Die Kraft der Sonne (Mittsommer) - Die Natur in voller Kraft". Kraftvolle Heilpflanzen wie z.B. Johanniskraut, Schafgarbe, Dost, u.a. warten am Wegesrand auf uns.

Dauer 2-2,5 Std., 15,00 €, begrenzte Teilnehmer-

Dozentin: Jasmina Pape, Allersehl Anmeldung: Anke Seidler, Telefon 05832 979843 auch AB

SEPTEMBER

Samstag, 06.09.2025, 11.00 Uhr in Celle Paddeln auf der Aller

Wir paddeln in 3er-Kanus von Celle nach Oldau Dauer: ca. 3 Stunden, Kosten: 25,00 € Anmeldung bis spätestens 08.08.2025 bei Anke Seidler, Telefon 05832 979843 auch AB