Junge LandFrauenStade

Voller Vorfreude:

2026/27 PROGRAMM

LANDFRAUENVEREIN STADE

Anmeldung ab dem 22.8.



Land Frauen

www.landfrauenverein-stade.de

Instagram:

Einfach diesen QR-Code mit dem Smartphone einscannen!

Facebook:

Einfach diesen QR-Code mit dem Smartphone einscannen!

Junge LandFrauen Stade
WhatsApp-Kanal

Schon vernetzt auf unseren Plattformen ?

Allgemeine WhatsApp Info-Gruppe des Vereins
Monika 0175-6834807

WhatsApp Gruppe der Jungen LandFrauen
JungeLandFrauen.Stade@web.de oder
Eide Hauschild 0176-81652527

Um das Progamm in Zukunft als PDF zu erhalten,
bitte eine Mail an grellbirgit@outlook.de

Anmeldung ab dem 22.8.



Liebe LandFrauen,

wir freuen uns mit euch auf das neue Halbjahresprogramm und laden ein zu Vorträgen, Kursen, Tagestouren und Reisen.

Unser 1 x 1:

Anmeldungen zu den Veranstaltungen nehmen wir per Telefon oder per Mail ab dem **22.8.2026 ab 8 Uhr** entgegen.
Zu den Vorträgen bitte **spätestens 10 Tage** vor dem Termin bei den Ortsvertreterinnen anmelden.
Bitte beachtet: Für einige Fahrten findet ihr im Programmheft das Anmeldeformular.
Diese Anmeldungen werden nur schriftlich ab dem **22.8.2026 ab 8 Uhr** entgegengenommen.
Bei Mehrtagesfahrten erfolgt vor der Fahrt eine Benachrichtigung. Bei Tagesfahrten erfolgt keine Benachrichtigung - außer bei einer Absage oder Terminänderung.
Bei Absagen ist - sollte es keine Warteliste geben - für Ersatz zu sorgen, sonst müssen wir die Kosten berechnen.
Anmeldungen zu Veranstaltungen mit Überweisung sind nur verbindlich mit Zahlung.

Der Jahresbeitrag für Mitglieder beträgt 30 €.

Rechtlicher Hinweis Fotos:
Während unserer Veranstaltungen werden regelmäßig Fotoaufnahmen angefertigt, welche in verschiedenen Rubriken veröffentlicht werden.
Mit der Anmeldung zur Veranstaltung erfolgt die Einwilligung zur Veröffentlichung. Sollte jemand im Einzelfall nicht damit einverstanden sein, bitten wir um unmittelbare Mitteilung.

Mit herzlichen Grüßen,

euer LandFrauen-Vorstand Stade

Land Frauen

TOUR

5.9.

Samstag, 12 Uhr

RADTOUR IN UND UM DEINSTE

Vom DGH in Deinste geht es mit der Fahrradtour ca.15 km los.
Ausklang nach der Tour wird bei netten Gesprächen und Kaffee + Kuchen sein.
Wir freuen uns auf euch !

Kosten: 18 €, bitte bringt es passend mit!
Ort: Dorfgemeinschaftshaus, Loher Weg 5, 21717 Deinste
Anmeldung: Kristin Vagts Tel**.** 0151 50787928



KINO

6.9. Sonntag

SPENDENKINO

Start in den Tag ab 9 Uhr mit Frühstück vom Buffet inkl. Heißgetränke und 11 Uhr Kinofilm oder 16 Uhr Kinofilm mit Fingerfood im Anschluss.
Jede/r ist herzlich willkommen. Gespendet wird an das Kinderhospiz Cuxhaven-Bremerhaven und an Sternenbrücke Hamburg.
Die Spenden werden während der Vorstellung entgegengenommen.
Die Veranstaltung wird organisiert von der Spenden-Aktionsgruppe der Biker-Bienen Stade, Verden und Harburg.

Kosten: Karte 20 €
Die Tickets sind online buchbar unter kino-hotel-harsefeld.de
Ort: Kino Hotel Meyer, Marktstr. 19, 21698 Harsefeld

KONZERT

26.9. Samstag, 18:30 Uhr

KONZERTABEND IN BUXTEHUDE

Ein Abend, der klingt wie das Leben - bunt, mitreißend und unvergesslich. Stellt euch vor: Die Kirchentür öffnet sich, und statt Stille empfängt uns ein Meer aus Klang. Zu seinem Jubiläumskonzert verwandelt das Stadtorchester Buxtehude die St. Paulus-Kirche an diesem Abend in einen beschwingten Konzertsaal der besonderen Art - und lädt uns herzlich dazu ein. Denn das Orchester hat etwas zu feiern: 15 Jahre Musik, Leidenschaft und Spielfreude. 15 Jahre, in denen junge und erwachsene Musiker gemeinsam geprobt, gezaubert und ihr Publikum immer wieder aufs Neue begeistert haben. Zum Jubiläumskonzert erwartet uns ein Programm, das keine Wünsche offen lässt: Feurige Latino-Rhythmen lassen die Füße wippen, Pop- und Rockklassiker wecken Erinnerungen, Filmmusiken entführen in andere Welten - und bekannte klassische Melodien berühren das Herz.
Dazu kommen beeindruckende Soloeinlagen der Musizierenden und stimmungsvolle Gesangsstücke, die zeigen, was ein großes, zeitgemäßes Blasorchester wirklich kann.

Kosten: 25 € inkl. Karte, Antipastiplatte und ein Getränk
Ort: St. Paulus Kirche, Finkenstraße 53, 21614 Buxtehude
Anmeldung: Iris Heise Tel. 04149 931377

Anmeldung ab dem 22.8.



TOUR

26.9. Samstag, 10 Uhr (Dauer ca. 2-4 Std.)



BARFUSSABENTEUER FÜR GROSS UND KLEIN.

!!! BITTE BRINGT WETTERFESTE SACHEN, WECHSELKLEIDUNG UND EIN HANDTUCH MIT. FÜR EIN GEMEINSAMES PICKNICK BRINGT SICH JEDER MIT, WAS ER AM LIEBSTEN MAG

Wir treffen uns zu einem besonderen Familienvormittag im Barfußpark Egestorf. Kinder bringen ihre Lieblingsbegleitung (Mama, Oma, Tante, ...) mit und gemeinsam werden wir die Natur einmal ganz anders erleben - barfuß mit viel Spaß und allen Sinnen. Ob weicher Waldboden, kühler Schlamm oder spannende Naturpfade. Freut euch auf Bewegung an der frischen Luft, ein gemeinsames Picknick und viele schöne Eindrücke.

Kosten: *Gruppenpreise (bei mind. 12 Pers.)*
Kinder 6,50 €; Erwachsene 8,50 €
Ort: Parkplatz Barfußpark Lüneburger Heide, Ahornweg 9,21272 Egestorf
Anmeldung: Annika Hoeft Tel. 04149 245

SPIELEABEND

9.10. Freitag, 19 Uhr

SPIELEABEND UND BINGO

Lust auf Würfelglück, tolle Gesellschaft und das legendäre Gefühl, laut BINGO durch den Raum zu rufen?

Dann meldet euch an für unseren lustigen Spieleabend.



Kosten: 22 € inkl. Imbiss, Wasser, Saft und Bingo
Ort: Gasthaus Hoeft, Schwingerbaum 1, 21717 Schwinge
Anmeldung: Klaudia Panknier Tel. 04149 931133

KURS

7.10. Mittwoch, 17 Uhr

TROCKENBLUMENKRANZ



Gestalte deinen eigenen Trockenblumenkranz (ca. 30 cm, halb gebunden) aus einer großen Auswahl an Farben und Blüten. In entspannter Atmosphäre zeige ich dir Schritt für Schritt die Bindetechnik und teile mein Wissen rund um Trockenblumen, Materialauswahl und Gestaltung.

Referentin: Gesa Bäßler
Kosten: 55 € inkl. Material und Getränke
Ort: Dörpshus Helmste, Schulstraße 5, 21717 Helmste
Anmeldung: Iris Heise Tel. 04149 931377

VORTRAG

10.10. Samstag, 9 Uhr

LANDFRAUENFRÜHSTÜCK MIT VORTRAG

“Homöopathie - Grundlagen und Einsatz im Alltag und auf Reisen“ In diesem Vortrag werden neben dem Verständnis der Homöopathie allgemein nützliche Tipps für den Einsatz bei bewährten Indikationen im täglichen Leben sowie in der Reisezeit vermittelt. So findet jede sicherlich das ein oder andere passende Mittel für sich oder die Familie.

Referentin der Fa. DHU in Zusammenarbeit mit Maren Meyer, Inh. der Mühlenapotheke Fredenbeck
Kosten: 25,50 € inkl. Frühstück
Ort: Eichenhof Helmste, Achtern Höben 32, 21717 Helmste
Anmeldung: Ortsvertreterinnen

AUSFLUG

14.10. Mittwoch, 14 Uhr

MINIGOLF IN DEINSTE

Lust auf einen geselligen Nachmittag mit Spaß und guter Laune? Dann begleite uns zum Minigolf spielen auf die Minigolfanlage in Deinste! Egal ob mit Ehrgeiz oder einfach nur zum Klönen - wir freuen uns auf einen schönen gemeinsamen Ausflug.

Kosten: 17 € Minigolf inkl. einem Getränk nach Wahl
Ort: Swing Golfschule Deinster Geest,
Im Mühlenfeld 30, 21717 Deinste
Anmeldung: Iris Heise Tel. 04149 931377

LESUNG

21.10. Mittwoch, 17:30 Uhr

LESUNG MIT KULINARISCHER BEGLEITUNG

Krimilesung mit schwarzem Humor auf platt und hochdeutsch. Heute erfahren wir u.a. mehr über Erna, Gerda und Käthe, drei sehr nette ältere Damen deren Männer auf absonderliche Weise ums Leben gekommen sind. Auch aus ihrem Dunstkreis, wo nicht alles ganz so ist wie es sein sollte.

Referent/in: Renate Kiekebusch
Kosten: 46 €

inkl. 4 Gänge Menü (vegetarische Variante möglich) und Lesung

Nach bestätigter Teilnahme bitten wir um Überweisung auf das Konto:
LandFrauenverein Stade, Volksbank Fredenbeck,
DE68 2006 9812 0021 9460 00 Verwendungszweck: Lesung

Ort: Hotel „Zur Einkehr“,
Freiburger Str. 82, 21682 Stade

Anmeldung:
Birgit Grell *nur per Mail: grellbirgit@outlook.de*
oder WhatsApp: 0170 3104847



KURS

29.10.

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

NOTFALLTRAINING FÜR DIE FAMILIE - SÄUGLINGE UND KLEINKINDER

Gerade bei Säuglingen und Kleinkindern können Notfälle schnell entstehen - umso wichtiger ist es, in diesen Situationen ruhig und richtig zu handeln. Was tun wenn ein Baby sich verschluckt ? Wie reagiere ich bei Fieberkrampf, Sturz oder Verbrennungen ? Gemeinsam mit Frank Risy erhalten wir einen praxisnahen Einblick in die wichtigsten Erste - Hilfe Maßnahmen für unsere Kleinen.

Referent: Frank Risy, Rettungssanitäter und Notfalltrainer
Kosten: 32 €
Ort: DGH Schwinge, Forstkampweg 3, 21717 Schwinge
(Eingang rechts am Gebäude)
Anmeldung: Annika Hoeft Tel. 04149 245





KURS

1.11. oder 20.11.

KLANG TRIFFT KAKAO

Sonntag 11 - 13:30 Uhr oder
Freitag 18:30 - 21 Uhr

Der sanfte Klang in deinem Ohr, der warme Duft von Kakao in deiner Nase.
Lass dich von Herzen führen und genieße ein Klangbad und eine Kakaozeremonie.

Referentin: Kristina Schomacker, Yogalehrerin und Klangexpertin, Hannah Andreason, Yogalehrerin und Kakaoexpertin
Kosten: 55 €
Ort: Schwingestraße 13, 21717 Fredenbeck
Anmeldung: Kristina Schomacker Tel. 0171 7726756

WANDERUNG

7.11.

Samstag, 14 Uhr

VIA GRÜNKOHLIA - EINE PILGERREISE ZU GRÜNKOHL, GEMEINSCHAFT UND GENUSS

Die „Via Grünkohlia“ ist keine gewöhnliche Wanderung. Sie verbindet Bewegung, Begegnung und norddeutsche Tradition. Wie einst die Pilger auf der Via Romea ziehen wir gemeinsam los - Schritt für Schritt, durch die schöne Schwinger Heide, begleitet von Gesprächen und heiteren Zwischenstopps. Unser Weg führt nicht zu Kathedralen oder Reliquien, sondern zu dem mindestens ebenso heiligen Ziel: einem festlich gedeckten Grünkohlbuffet.



Kosten: 25 €
inkl. Grünkohlessen und Nachtisch,Getränke sind zusätzlich, auf der Wanderung versorgt sich jeder selbst

Ort: Gasthaus Hoeft, Schwingerbaum 1, 21717 Schwinge
Anmeldung: Annika Hoeft Tel. 04149 245

KURS

11.11.

Mittwoch, 18:30 - 21:30 Uhr

SCHATTENSTRICKEN - STRICKEN MIT EINEM NEUEN BLICKWINKEL

Schattenstricken (auch Illusionsstricken, Shadow Knitting oder Illusion Knitting genannt) ist eine faszinierende Technik, bei der ein Muster erst aus einem bestimmten Blickwinkel sichtbar wird. Was von vorne wie eine schlichte Fläche aussieht, enthüllt aus der Seitenperspektive plötzlich ein zweites, verstecktes Motiv.
Wir möchten euch an einem Abend diese interessante Stricktechnik etwas näherbringen, gemeinsam ein kleines Muster eurer Wahl stricken und uns an den entstandenen Werkstücken aus verschiedenen Blickwinkeln erfreuen. Bitte mitbringen: Getränk, kariertes Papier, Bleistift, Radiergummi, Wolle in 2 verschiedenen, möglichst kontrastreichen Farben, jeweils etwa 50g, passende Stricknadeln (Rundnadeln oder normal)



Referentin: Katharina Petersen
Kosten: 9 €
Ort: Altes Rathaus, Bahnhofstraße 51, 21714 Hammah
Anmeldung: Katharina Petersen Tel. 04144 6982272

PARTY

14.11. Samstagabend

2. BEE HAPPY - LANDFRAUEN ROCKEN DEN SAAL

Organisiert vom KreislandFrauenverband und den Jungen LandFrauen

Kosten: 10 €
Kartenvorverkauf zu gegebener Zeit über die Land-Frauenvereine, den Kreisverband, Hofläden etc.
Ort: Musikladen Heinbockel, Dorfstr. 12,
21726 Heinbockel

KURS

21.11. Samstag, 18:30 Uhr

COCKTAILABEND - SPRITZ SOCIETY

Uns erwartet ein genussvoller Abend in der Weinhandlung Ludwig von Kapff. Bei einem unterhaltsamen Cocktailkurs erfahren wir Wissenswertes über die Geschichte beliebter Cocktails und Spritz-Variationen, lernen verschiedene Getränke kennen und mixen mit leckeren Zutaten winterliche Cocktails und kreative Drinks für die Silvesterparty. Mit den passenden Snacks wird es sicherlich ein geselliger Abend voller Geschmack, Spaß und neuer Eindrücke.

Referentin: Kasia Kamrowski, Destillat Sommeliere
Kosten: 30 €
Ort: Ludwig von Kapff Weinlager Buxtehude,
Westmoor 2G, 21614 Buxtehude
Anmeldung: Annika Hoeft Tel. 04149 245





TOUR

21.11. Samstag

AUF KOHLTOUR NACH DITHMARSCHEN

Auf dieser Bustour soll es nach Dithmarschen und in die Welt des Kohls gehen. Unser Ziel ist das Kohlosseum in Wesselburen. Wir besuchen dort zunächst das Museum. Hier bekommt Ihr bei einer fachkundigen Führung einen Eindruck, unter welchen Bedingungen damals und heute Kohl gepflanzt, geerntet und weiterverarbeitet wurde und wird. Im Anschluss geht es weiter in der Krautwerkstatt. Dabei erfahren wir etwas über den Anbau des Kohls in der Region und bekommen die Herstellung des Frischekrauts erklärt. Anschließend gibt es eine kleine Verkostung der Krautspezialitäten und der leckeren Salate, die frisch aus den verschiedenen Sorten des Sauerkrauts kreiert werden.
Nach dem Museumsbesuch könnt Ihr noch in Ruhe über den Bauernmarkt schlendern, bevor es dann weitergeht zum Mittagessen. Dieses werden wir in der „Ulmenklause“ in Wesselburen einnehmen. Nach der Pause geht es gut gestärkt weiter nach Heide, wo wir gemütlich über den dort schon eröffneten Weihnachtsmarkt bummeln. Ablauf der Tagestour: mit dem Bus nach Wesselburen zum Kohlosseum, dort Führung durch das Museum sowie anschließend ein Vortrag mit Verkostung in der Krautwerkstatt; Weiterfahrt zur „Ulmenklause“ zum Mittagessen auf eigene Kosten (es werden vier verschiedene Tellergerichte zur vorherigen Auswahl stehen, für bis zu 20 €); dann Weiterfahrt nach Heide, dort Freizeit auf dem Weihnachtsmarkt; anschließend Rückfahrt mit dem Bus

Kosten: 49 € zzgl. Mittagessen
Ort: Abfahrt:
06:30 Uhr Deinste, KSK
06:35 Uhr Fredenbeck, Rathaus
06:45 Uhr Schwinge, Jägers Rast
07:00 Uhr Stade, Möbel Jähnichen
Rückfahrt aus Heide:
17:30 Uhr

Anmeldung ab dem 22.8.

Anmeldung: Karin Hartlef Tel. 04141 779621
Nach erfolgter Anmeldung bitten wir um die sofortige Überweisung der 49 € auf unser Konto:
LandFrauenverein Stade, Volksbank Fredenbeck,
DE68 2006 9812 0021 9460 00,
Verwendungszweck: Tagesfahrt Dithmarschen

KOHLOSSEUM
Dithmarscher Krautwerkstatt

VORTRAG

6.12. Sonntag, 14:30 Uhr

WEIHNACHTSFEIER IN SCHWINGE

Wir laden herzlich zur Weihnachtsfeier nach Schwinge ein. Freut euch auf einen besinnlichen Nachmittag in gemütlicher Atmosphäre mit festlicher Musik und weihnachtlicher Einstimmung. Der Himmelpfortener Chor begleitet die Feier mit wunderschönen Weihnachtsliedern und wir hören unterhaltsame plattdeutsche Geschichten. Bei Kaffee und Kuchen möchten wir schöne Stunden verbringen und die Vorfreude auf das Weihnachtsfest genießen.

Kosten: 16,50 € inkl. Kaffee und Kuchen
Ort: ehemals Jägers Rast, Burgstr. 19, 21717 Schwinge
Anmeldung: Ortsvertreterinnen





Als regionale Volksbank sind wir genau dort, wo uns unsere Kundinnen und Kunden brauchen – mitten in Fredenbeck, nah an den Menschen.
In unserer Bankfiliale in Fredenbeck stehen Ihnen unsere erfahrenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter persönlich zur Seite.
Besuchen Sie uns vor Ort.
Wir freuen uns darauf, Sie in unserer Filiale in Fredenbeck willkommen zu heißen.

Volksbank eG
Fredenbeck-Oldendorf-Ahlerstedt

REISE

12.12. – 14.12.

Samstag - Montag

FLENSBURGS HYGGELIGE ADVENTSZEIT

1. Tag: Anreise – Weihnachtsmarkt Tondern und Flensburg
Nach der Abreise besuchen wir zunächst den Weihnachtsmarkt in Tondern und anschließend den Weihnachtsmarkt in Flensburg mit seinem besonderen Hygge-Flair. Danach Fahrt zum Hotel mit Check-in, Zimmerbezug und gemeinsamem Abendessen.

2. Tag: Kappeln mit Raddampferfahrt und Weihnachtsinsel Schloss Gottorf
Gestärkt vom Frühstück starten wir unsere Fahrt nach Kappeln mit seiner malerischen Innenstadt. Es folgt eine Raddampferfahrt auf der Schlei mit einem Grünkohlbuffet. Am Nachmittag geht es nach Schleswig zum Schloss Gottorf mit einem Weihnachtsmarkt und den magischen Lichtinstallationen.

3. Tag: Stadtrundfahrt Flensburg - Rückreise
Nach einem entspannten Frühstück wartet auf uns eine Stadtrundfahrt mit anschließendem Stadtrundgang in Flensburg. Nach einem Bummel in der Stadt treten wir unsere Rückreise an.

Kosten: DZ pro Person 375 €, EZ 434 €
Bitte einen gültigen Personalausweis mitführen.

Busreise im 4-Sterne-Fernreisebus
2 Übernachtungen inkl. Frühstück und Abendessen im Hotel Wikingerhof in Kropp,
Raddampferfahrt auf der Schlei mit Grünkohlbuffet.
Stadtrundfahrt und -rundgang in Flensburg mit Reiseleitung. Kurtaxe ist vor Ort zu entrichten.
Es sind keine Reiseversicherungen enthalten, Preisänderungen bleiben vorbehalten.

Abfahrt:
10:00 Uhr Fredenbeck, Rathaus
10:30 Uhr Stade, Möbel Jähnichen
Anmeldung: Anmeldebogen, Anmeldeschluss 15.09.26
Verantwortlich: Maren Sauff, Tel. 0173 2432476

Die Fahrt wird in Zusammenarbeit mit Neubauer Touristik durchgeführt.



2027

FROHES, NEUES JAHR!



KURS

8.,1. 15.1., 22.1., 5.2., 12.2. und 19.2.



Freitag, 18 - 19 Uhr

TRX - FIT IN DEN FRÜHLING

TRX, das beliebte Schlingentraining, ist ein elastisches Gurtsystem mit Schlaufen und Griffen. Mit diesem effektiven Ganzkörper-Workout verbesserst du Kraft, Stabilität, Beweglichkeit und Ausdauer gleichermaßen - unabhängig von deinem aktuellen Fitnesslevel. Ideal für alle, die fit in den Frühling starten möchten, egal ob Anfängerin oder bereits sportlich aktiv.

Referent: Christian Hinrichs
Kosten: 59 €
Ort: DGH 2,
Burgstr. 19,
21717 Schwinge
Anmeldung: Monika Breuer Tel. 04144 8434
Gib bitte Bescheid, falls du am 12.2. auf Wellnessreise sein solltest.

KURS

11.1., 18.1., 25.1., 8.2. und 15.2.

Montag 19 Uhr

JUMPING HEALTH - BEWEGUNG DIE GLÜCKLICH MACHT

Du möchtest dich bewegen, etwas für deine Gesundheit tun und dabei Spaß haben ?
Dann sind die Jumping Health Kurse genau richtig für dich.
Beim Jumping Fitness trainieren wir auf speziellen Trampolinen zu motivierender Musik - mit Freude und Energie ganz ohne Leistungsdruck.
Das Training ist gelenkschonend, stärkt den ganzen Körper und bringt Herz und Kreislauf in Schwung .

Für alle Altersklassen geeignet.

Referentin: Sabrina Augustin,
bellicon zertifizierte Trainerin
Kosten: 65 €
Nach erfolgter Anmeldung bitten wir um die sofortige Überweisung der 65 € auf unser Konto:
LandFrauenverein Stade, Volksbank Fredenbeck,
DE68 2006 9812 0021 9460 00, Verwendungszweck: Jumping Health
Ort: Dorfgemeinschaftshaus,
Schulstraße 2, 21640 Bliedersdorf
Anmeldung: Cornelia Marschewski
Tel. 04163 8675627 ab 19 Uhr

KURS

13.1., 20.1., 27.1. und 3.2.



Mittwoch, 18 Uhr - 19:30 Uhr

MIT HIRN UND HERZ - MEIN WEG ZUM ERHOLSAMEN SCHLAF

Wir treffen uns an vier Terminen.
Dabei lernen wir :

- Wie gesunder Schlaf aussieht
- Was Ernährung und Bewegung dabei zu tun hat
- Wir lernen unsere eigenen Gewohnheiten zu hinterfragen
- Und erlernen Techniken zur Unterstützung des gesunden Schlafs

Schlaf ist unser Lebenselixier.
Wenn unser Schlaf nicht erholsam ist, hat es weitreichende Auswirkungen auf unsere Leistungen, Geduld und die Gesundheit. In diesem Workshop lernen wir, wie erholsamer Schlaf grundsätzlich funktioniert und wie wir persönlich zum erholsamen Schlaf finden. Wir betrachten die Rahmenbedingungen und wie wir aus unserem Gedankenkarussell kommen.

Referentin: Ute Schomacker, begleitende Kinesiologin und Klangpraktikerin nach Peter Hess
Kosten: 70 € inkl. Wasser und Saft bei 12 Teilnehmerinnen, plus 10 € für das persönliche Workbook, Kursdauer 4 x ca. 90 Minuten
Ort: DGH Schwinge, Forstkampweg 3, 21717 Schwinge (Eingang rechts am Gebäude)
Anmeldung: Klaudia Panknier Tel. 04149 931133



©Photoschomburg

17.1.

JUBILÄUM

Sonntag, 10:30 Uhr - ca. 15 Uhr

EMPFANG ZUM 80-JÄHRIGEN JUBILÄUM

Es gibt Grund zu feiern! Freut euch auf Überraschungen und besondere Momente, auf Traditionelles und Neues im Rahmen unseres Jubiläums. Erlebt Grußworte lokaler Persönlichkeiten und genießt entspannte Gespräche bei einem mehrgängigen Essen. Lasst euch von Yared Dibaba begeistern, der op platt vertellt - unterhaltsam, humorvoll und zugleich tiefgründig. Er nimmt uns mit auf eine Reise, geprägt von verschiedensten Kulturen und voller spannender, kurioser und schöner Momente.

Referent: Yared Dibaba, Moderator, Sänger, Autor, Entertainer, Schauspieler, Plattdeutsch-Experte
Kosten: 48 € inkl. Vorsuppe, Schnittchen, Dessert, Getränke
Ort: Dorfgemeinschaftshaus Hammah, An der Lohe 1, 21714 Hammah
Anmeldung: ACHTUNG: Zu dieser Veranstaltung bitte spätestens 14 Tage vor dem Termin bei den Ortsvertreterinnen anmelden!

REISE



9.2.27 - 12.2.27 ODER 12.2.27 - 14.2.27

WELLNESSAUSZEIT AN DER OSTSEE

Dienstag bis Freitag oder Freitag bis Sonntag

Wir fahren nach Grömitz. Vor über 200 Jahren noch ein Fischerdorf und heute eines der beliebtesten und größten Seebäder Deutschlands.Wir haben unsere Zimmer im aja - Hotel. Die Kulinarik wird hier groß geschrieben, auch Veganer oder Vegetarier werden am Büfett fündig. Bezüglich etwaiger Unverträglichkeiten kann man sich rechtzeitig mit dem Hotel in Verbindung setzen. Schöne Spaziergänge, Saunieren, Schwimmen und Relaxen in der Grömitzer Welle mit angeschlossenem Niveahaus (Anwendungen rechtzeitig buchen!), Ausflüge in die nähere Umgebung z.B.mit dem Bus (Linie 550) nach Neustadt / Holstein oder auch vor Ort: Bummeln und Shoppen - einfach die Seele baumeln lassen, nette Gespräche - alles ist möglich.

Kosten:
Reise 1: pro Person DZ 387,50 €, EZ 554 € (4 Tage!)
Reise 2: pro Person DZ 283,50 €, EZ 415,50 €

Mindestteilnehmer 25 Pers. Pro weitere 5 TN mindern sich die Preise! Bitte den Reisepreis unmittelbar nach bestätigter Teilnahme auf das Konto: LandFrauenverein Stade, Volksbank Fredenbeck, DE68 2006 9812 0021 9460 00 Verwendungszweck Grömitz 1 oder Grömitz 2 überweisen.

Ort: geplante Abfahrt:
9 Uhr Deinste, KSK
9:10 Uhr Fredenbeck Rathaus,
9:20 Uhr Schwinge Jägers Rast
9:35 Uhr Stade, Möbel Jähnichen, ggf. Buddikate nach Absprache.
Rückfahrt jeweils um 14 Uhr ab Hotel
Anmeldung: nur schriftlich über Anmeldebogen,
Verantwortlich: Birgit Grell Tel. 04149 1522



10., 17. und 24.2.

Mittwoch KOCHSACK NÄHEN – OMAS KOCHKISTE 2.0

Ein Kochsack (oft auch Wonderbag genannt) ist ein stromloser, stark isolierter Sack, in dem Speisen nach dem Prinzip des Kiste-Kochens (Passivkochen) zubereitet werden. Die Arbeitsweise des Kochsacks: Ankochen – Hineinstellen – Garen, d.h. nachdem das Gericht (z.B. Eintopf, Reis oder Gulasch) auf dem normalen Herd kurz zum Kochen gebracht wurde, wird der kochend heiße Topf mit geschlossenem Deckel in den Kochsack gestellt und der Sack fest verschlossen. Da die dicke Isolierung die Hitze gut speichert, gart das Essen im eigenen Dampf über Stunden hinweg ganz von allein fertig, ohne weitere Energiezufuhr. Die Vorteile des Kochens mit Kochsack sind eine hohe Energieersparnis (bis zu 70%), die nährstoffschonende Zubereitung (durch niedrige Gartemperatur) sowie das Vermeiden von Anbrennen und Überkochen. Kochsack-Kochen ist völlig entspanntes Kochen ohne ständige Kontrolle. Der Kochsack ist vielseitig nutzbar, z. B. als Warmhaltebox oder Kühl-bzw. Thermotasche beim Picknick und ist auch ideal für unterwegs für Camping, Wohnmobil oder Outdoor-Aktivitäten, da kein ständiger Strom- oder Gasanschluss für den Garprozess benötigt wird.
An drei Terminen könnt ihr euch euren eigenen Kochsack unter fachkundiger Anleitung selbst nähen. Bitte mitbringen: Nähmaschine mit passenden Nadeln, Schneiderutensilien (Stoffschere, Kreide, Maßband, Stecknadeln, etc.), farblich passendes Nähgarn, ca. 50cm Klettverschlussband zum Festnähen, 2m farblich passende Kordel, 2 m Baumwollstoff (140 cm breit, OHNE Stretchanteil!!!) in einer Farbe/einem Muster eurer Wahl

Referentin: Renate Placke
Kosten: 35€
Ort: Altes Rathaus, Bahnhofstraße 51, 21714 Hammah
Anmeldung: Katharina Petersen Tel. 04144 6982272



KURS

16.2. Dienstag, 17 Uhr

FERMENTIEREN



Kurze theoretische Einführung in das Thema Fermentation (Biochemie, Hygiene, Anwendungsgebiete, usw...)
Gemeinsames Verkosten von fermentierten, von uns hergestellten Produkten
Praxisteil mit dem Ziel, dass jeder drei Varianten kreiert
Abfüllen in Gläser

Bitte mitbringen: Schneidebrett, Gemüse- oder Allzweckmesser (große Klinge), Teigschüsseln o.ä

Referentin: Monja und Göran Gallandt
Kosten: 49 € p.P.,

max. 20 Teilnehmerinnen, min. 8 Teiln. Inkl. Kaffee, Wasser & Softdrinks
3 sterilisierte Gläser, Snack aus verschiedenen fermentierten Produkten,
div. Gemüse, Gewürze, Salz, Obst, Flüssigkeiten zum Verarbeiten und Rezeptideen

Ort: Hildas, Schulstraße 8, 21709 Burweg
Anmeldung: Erika Wick Tel. 04144 1256

VORTRAG



25.2. Donnerstag, 19 Uhr

KLIMAFESTER GARTEN

Ein Vortrag von Jonas Maiwald aus der Baumschule Maiwald in Oldendorf in Kooperation mit dem Schloss Agathenburg.
Wie können wir unseren Garten fit für die Zukunft machen? Längere Trockenperioden, Starkregen und steigende Temperaturen stellen neue Herausforderungen - aber auch spannende Möglichkeiten - für naturnahes Gärtnern dar.
In dem Vortrag erfahren wir, wie Gärten widerstandsfähig, nachhaltig und zugleich attraktiv gestaltet werden können.

Referent: Jonas Maiwald, Gärtnermeister
Kosten: 15 € *Snacks und Getränke können im Schloss erworben werden*
Ort: Schloss Agathenburg, Hauptstraße 45, 21684 Agathenburg
Anmeldung: Cornelia Marschewski Tel. 04163 8675627 ab 19 Uhr

VORTRAG

6.3.

Samstag, 9 Uhr

JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG MIT FRÜHSTÜCK UND VORTRAG

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Kassenbericht und Tätigkeitsbericht
3. Bericht der Kassenprüferinnen
4. Entlastung des Vorstands
5. Wahl der Kassenprüferin
6. Wahl des Vorstands
7. Wahlen der Ortsvertreterinnen
8. Verabschiedung Klaudia Panknier

Vortrag: „Wege aus der Einsamkeit - zurück ins Leben“
Einsamkeit kann jeden treffen. In ihrem inspirierenden Vortrag gibt Tanja Pohler von Nordheide Seminare
wertvolle Impulse, wie Wege aus der Einsamkeit gefunden werden können.
Freut euch auf praktische Anregungen und ermutigende Perspektiven für mehr Lebensqualität.

Referentin: Tanja Pohler, Referentin, Seminarleiterin
Kosten: 29 €
Ort: Hartlef`s Gasthof, Moorchaussee 9, 21683 Stade
Anmeldung: Ortsvertreterinnen

Land Frauen
www.landfrauenverein-stade.de
&
Junge LandFrauen Stade

THEATER

17.3.

Mittwoch, 12:35 Uhr

FAHRT INS THEATER

"Die Entdeckung der Currywurst-En geheme Leev" Erfahren wir heute wo die Currywurst tatsächlich erfunden wurde - in Berlin oder Hamburg? Oder geht es hier doch eher um die Liebesgeschichte zwischen Lena und Hermann? Nach diesem Ausflug wissen wir mehr.

Kosten: inkl. Karte entweder
PK 3: 58 - 71 €, PK 2: 62 - 75 € oder PK 1: 64 - 77 €,
Busfahrt, Kaffee u. Kuchen, mind. 30 TN, es sind barrierefreie Plätze vorhanden!
Erst nach bestätigter Teilnahme (Preis variiert nach Anzahl der TN!) bitten wir um Überweisung auf das Konto: LandFrauenverein Stade, Volksbank Fredenbeck, DE68 2006 9812 0021 9460 00 Verwendungszweck: Ohnsorg -Theater mit PK

Ort: geplante Abfahrt:
12:35 Uhr Deinste, KSK
12:45 Uhr Fredenbeck, Rathaus
12:55 Uhr Schwinge, Jägers Rast
13:10 Uhr Stade Möbel Jähnichen
Rückfahrt ca.18.30 Uhr
Die Fahrt wird mit der Fa. Omnibusbetrieb Frank Schmätjen, Steinfeld durchgeführt.



Anmeldung:
nur schriftlich über Anmeldebogen,
Verantwortlich:
Birgit Grell Tel. 04149 1522



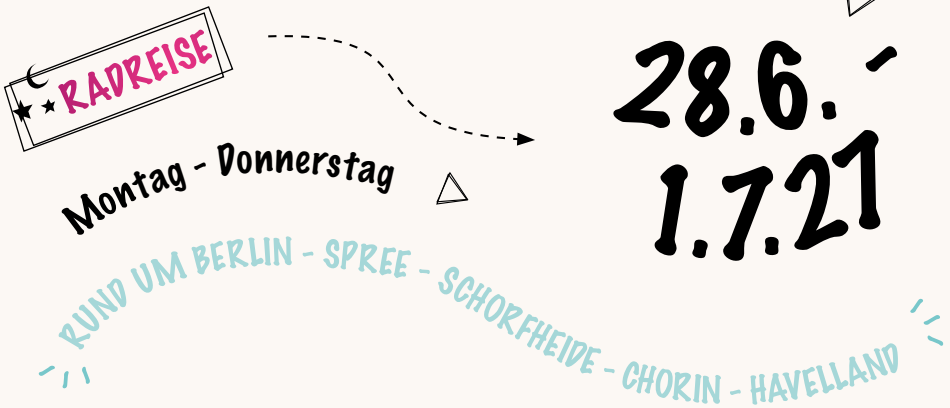


UNSERE NAMENSSCHILDER MIT MAGNETVERSCHLUSS !

Unsere neuen Namensschilder sind da und sie sehen richtig klasse aus!
Du möchtest auch eins? Schick uns eine
E-Mail an landfrauenverein-stade@t-online.de
mit deinem Vor- und Nachnamen - genau so, wie es auf dem Namensschild erscheinen soll.

So bist du immer gut zu erkennen auf Veranstaltungen, Aktionen, Reisen.
Die Schilder sind aus Aluminium mit Magnetverschluss, nachhaltig, schön und bleiben optisch tadellos.
Der Preis - ab 14 € - richtet sich nach der Anzahl der Bestellungen.

SAVE THE DATE ;) VORANKÜNDIGUNG



Ortsvertreterin

Agathenburg	Nele Fritz	01515 - 1803965
Burweg	Renate Mahlke	04144 - 5162
Deinste	Ursel Hauschild	04149 - 1210
Deinste	Kristin Vagts	01515 - 0787928
Dollern	Cornelia Marschewski	0170 - 2364706
Düdenbüttel	Irene Witte	04144 - 1500
Engelschoff	Ute Grünhagen	0177 - 1768496
Gr. Fredenbeck	Ilka Ehlers	04149 - 1075
Gr. Fredenbeck	Angela Kühlke	04149 - 1635
Gr. Sterneberg	Melanie Auch	04144 - 6989057
Haddorf	Edeltraut Wilhelm	04141 - 82952
Hagen	Heike Schuldt	04141- 542318
Hammah	Claudia Bube	04144 - 4558
Hammah	Astrid Jungclaus	04144 - 2367361
Helmste	Katja Dammann	04149 - 932838
Himmelpforten	Ute Grünhagen	0177 - 1768496
Horneburg	Elke Streibing	04163 - 811610
Kl. Fredenbeck	Gaby Strubenhoff-Schröder	04149 - 7697
Kl. Fredenbeck	Anke Alpers	04149 - 1005
Kl. Fredenbeck	Corinna Gerken	04149 - 448
Kl. Fredenbeck	Heike Dittmann	04149 - 2779583
Mittelsdorf	Margret Schulz	04144 - 236580
Mulsum	Margret Heitmann	04762 - 400
Schwinge	Sandra Rüsch	04149 - 9338022
Stade	Maike Seidel	04141 - 43621
Stade	Gabi Bösche	04141 - 88186
Wedel	Ulrike Endlich	04149 - 931876
Wiepenkathen	Birgit Balzer	0171 - 1988536

1. Vorsitzende Monika Breuer
Westerende 9, 21714 Hammah
Tel. 04144 - 8434
landfrauenverein-stade@t-online.de

2. Vorsitzende Klaudia Panknier
Haferkamp 23, 21717 Deinste
Tel. 04149 - 931133
k-panknier@t-online.de

Kassenführerin Sarina Raap
Schnurweg 27, 21680 Stade
Tel. 0151 - 23344134
kasse.landfrauen@outlook.de

Mitgliederverwaltung,
Stv. Kassenführerin
Birgit Grell, Buchenweg 20
21717 Fredenbeck
Tel. 04149 - 1522
grellbirgit@outlook.de

Schriftführerin, Datenschutzbeauftragte
Bettina George
Stremel 5 a
21684 Agathenburg
Tel. 04141 - 67119
b.george@gmx.de

Junge Landfrauen, Stv. Schriftführerin
Annika Hoeft
Schwingerbaum 1, 21717 Schwinge
Tel. 04149 - 245
aniza86@web.de

MIT HERZLICHEN GRÜSSEN

Stv. Schriftführerin
Cornelia Marschewski
Waldweg 12, 21739 Dollern
Tel. 04163 - 8675627
derkleinehofladen@mail.de

Herzensangelegenheiten Erika Wick
Groß Sterneberger Str. 27,
21714 Gr. Sterneberg
Tel. 04144 - 1256
erikawick69@gmail.com

Erweiterter Vorstand Karin Hartlef
Stadermoor 34, 21683 Stade
Tel. 04141 - 779621
kuk.hartlef@t-online.de

Erweiterter Vorstand Katharina Petersen
Op de Wenden 5, 21714 Hammah
Tel. 04144 - 6982272
katharinapetersen@gmx.de

Erweiterter Vorstand Maren Sauff
Taubenkamp 6, 21717 Wedel
Tel. 0173-2432476
Marnies33@gmx.de

Erweiterter Vorstand Iris Heise
Kleeweg 6, 21717 Helmste
Tel. 04149- 931377
riap-heise@t-online.de

Erweiterter Vorstand Ulrike Müller
Hauptstr. 1a, 21717 Deinste
Tel. 04149-7090
u.mue.dein@gmail.com

Grafik und Gestaltung
Liesa Balzer
liesabalzer@mailbox.org

Land Frauen

Anmeldungen für die Fahrten sind ab **22. August 2026** schriftlich möglich.
Dafür bitte diese Seite abtrennen und senden an:

Klaudia Panknier
Haferkamp 23
21717 Deinste

Bitte ausfüllen, Gewünschtes ankreuzen:

Name _____

Straße _____

PLZ _____

Ort _____

Telefon _____

Mobil _____

E-Mail _____

☐ Flensburgs hyggelige Adventszeit, 12.12. - 14.12.26
Doppelzimmer / 2. Person _____ Einzelzimmer
Zustiegsort:_____

☐ Wellnessreise 1 Grömitz/Ostsee, 9.2.-12.2.27
Doppelzimmer / 2. Person _____ Einzelzimmer
Zustiegsort:_____

☐ Wellnessreise 2 Grömitz/Ostsee, 12.2.-14.2.27
Doppelzimmer / 2. Person _____ Einzelzimmer
Zustiegsort:_____

☐ Fahrt ins Ohrnsorg Theater, 17.3.27
O PK1 oder O PK2 oder O PK3
Zustiegsort:_____

www.landfrauenverein-stade.de

LANDFRAUENVEREIN
STADE

Junge LandFrauenStade

Bildungsveranstaltungen in Zusammenarbeit mit der LEB

LEB
IHR BILDUNGSPARTNER