



LandFrau sein bedeutet:
Interessante Menschen kennen
lernen, Horizont erweitern,
Persönlichkeit entwickeln, Ideen
realisieren, gemeinsam etwas
bewegen, Mitsprache im Ort, sich
für andere einsetzen, Anerkennung,
geselliges Beisammensein,
Abwechslung, gemeinsame Ausflüge
und jede Menge Spaß. LandFrauen
sind Frauen aus dem ländlichen
Raum, egal ob mit oder ohne
landwirtschaftlichen Hintergrund.

Bildungs- und Veranstaltungs-

Programm 2023/24

Land  Frauen

Verein Villingen-Land

Die Veranstaltungen werden im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks e.V.
des LandFrauenverbandes Südbaden durchgeführt.

Gäste sind herzlich willkommen!

www.landfrauen-villingen-land.jimdofree.com

12.10.23

Donnerstag

14.30 Uhr

Mitgliederversammlung

im Gasthaus Sonne in VS-Obereschach

Tagesordnung: Begrüßung; Totengedenken; Festlegung der Tagesordnung; Tätigkeitsbericht der Schriftführerin; Bericht der Kassiererin; Bericht der Kassenprüfer; Entlastung der Vorstandschaft (2022/2023); Vereinsinfo; Wünsche und Anträge der Mitglieder.

Anschließend Kaffee und Kuchen.

Organisation: Frieda Nill

26.10.23

Donnerstag

19.30 Uhr

Vortrag „Infektionen vermeiden – Infektionsketten brechen“

im ESV-Kegelheim in Villingen (Güterbahnhofstr.)

Seit mehr als 3 Jahren „begleitet“ uns Corona. Aber auch andere Krankheitserreger sind nicht verschwunden, sondern können ganz jungen und sehr alten Menschen gefährlich werden. Wie entstehen Infektionsketten und wie können sie effizient unterbrochen werden?

Referentin: Elisabeth Girard-Hecht

(Dipl. Pflegewirtin aus Donaueschingen)

Organisation: Christine Jäckle

09.11.23

Donnerstag

14.30 Uhr

Multimedialer Vortrag

„Das Naturschutzgebiet Feldberg“

im Café Hildebrand in VS-Zollhaus

Der Feldberg steht seit über 85 Jahren unter Naturschutz. Vor allem die großen Besuchermassen stellen auf dem höchsten Berg des Landes eine gewisse Herausforderung dar. Seit 34 Jahren betreut Achim Laber als Ranger das Naturschutzgebiet. Er berichtet, wie man neben dem Tourismus versucht auch die anderen Nutzungen wie Land- und Forstwirtschaft mit den Zielen des Naturschutzes unter einen Hut zu bekommen.

Referent: Achim Laber

(Dipl.-Ing. Forstwirtschaft FH aus Feldberg)

Organisation: Gerlinde Sorgatz

23.11.23

Donnerstag

19.30 Uhr

Vortrag „Was man zu Testament, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung wissen muss“

im ESV-Kegelheim in Villingen (Güterbahnhofstr.)

Das Wichtigste, was man zu den Themen Testament,

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung wissen

muss, ist Gegenstand dieses Vortrags. Was passiert mit

meinem Vermögen, wenn ich ohne Testament sterbe?

Wann ist ein Testament sinnvoll und wie schreibe ich ein

Testament? Was passiert mit mir und meinem

Vermögen, wenn ich geschäftsunfähig werde? Wie kann

ich meine medizinischen Behandlungswünsche

rechtssicher festlegen? Auf diese Fragen und viele

andere Dinge, die beim Thema Testament,

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung zu beachten

sind, wird der erfahrene Referent näher eingehen und

hierbei auch Fragen aus dem Zuhörerkreis beantworten.

Referent: Dr. Alexander Wirich

(Rechtsanwalt, Erbrecht und Steuerrecht, aus VS)

Organisation: Ursula Glunk

02.12.23

Samstag

9.30 Uhr

Weihnachtliches Frühstück

im Gasthaus Sonne in VS-Obereschach

Musikalische Untermalung der Weihnachtsfeier durch

Akkordeonspielerin Birgit Held aus Villingen.

Das Frühstücksbuffet kostet je Person 20 €, darin

enthalten sind auch Kaffee, Wasser und Säfte.

Unser Verein übernimmt davon 8 € je Mitglied.

Organisation und **Anmeldung** bis **25.11.23** bei

Frieda Nill (☎ 0162-6395783).

Angemeldet ist wer die **12 € bezahlt hat** (Bar oder

Überweisung an Kassiererin Ilona Tritschler).

15.01.24

Montag

20 Uhr

Start des Präventiven **Gymnastik Kurses**
„Fit werden und gesund bleiben“

in der Turnhalle im Goldenbühl in Villingen

Termine 10-mal montags: 15.01., 22.01., 29.01., 05.02.,
19.02., 26.02., 04.03., 11.03., 18.03. und 25.03.,
jeweils ab 20 Uhr (Dauer ca. eine Stunde)

Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 20 € für den
ganzen Kursbesuch.

Übungsleiterin: Christa Schlosser

Organisation und **Anmeldung** bei Ilona

Tritschler (☎ 0160-94735297).

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

18.01.24

Donnerstag

14.30 Uhr

Vortrag **„Die Welt in mir – Erlebnisse über
einige Plätze der Welt“**

im Gasthaus Sonne in VS-Obereschach

4 Kontinente, 27 Länder, 14 Bundesstaaten USA, 15
Europäische Inseln, 4 Hawaii-Inseln. Unzählige Städte,
Ortschaften und Plätze. Bewohnte und unbewohnte
Gegenden. Erlebt – Durchlebt – Überlebt – Mein Mut
war stärker als die Angst.

Karin Dinser liest aus ihrem Buch und zeigt uns Bilder
über ihre Erlebnisse auf einigen Plätzen der Welt.

Referentin: Karin Dinser

(Buchautorin aus Dauchingen)

Organisation: Ilona Tritschler

01.02.24

Donnerstag

19.00 Uhr

Pizza essen im La Locanda

Ristorante-Pizzeria im Nordstetter Hof

Organisation und **Anmeldung** bis **29.01.24** bei
Christine Jäckle (☎ 01573-8255411).

22.02.24
Donnerstag
14.00 Uhr

Kochkurs Brot – alles, nur nicht altbacken **Workshop in der Lehrküche Donaueschingen**

Pro Person landen in Deutschland ca. 10 kg Brot im Müll. Damit gehört dieses wertvolle Lebensmittel zu denen, welche am häufigsten weggeschmissen werden. Dabei gibt es so vielseitige, schmackhafte und schnelle Möglichkeiten altes Brot zu verwerten. Neben den altbekannten Rezepten wie Weckauflauf und Brotsalat, sind mit Brotpommes bis hin zu Brotchips der Kreativität kaum Grenzen gesetzt. Dieser Kurs zeigt anhand von alltagstauglichen, unkomplizierten Rezepten, wie auch Sie zum Brotretter werden.

Kostenbeitrag **8 €** für Nahrungsmittel je Teilnehmerin. Der Verein übernimmt davon 3 € je Mitglied. Bitte Getränk, Schürze und Behälter für Kostproben mitbringen.

Referentin: Margrita Bahn

Organisation und **Anmeldung** bei

Anneliese Moser (☎ 07721-32371).

Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt.

24.02.24
Samstag
13.30 Uhr

Bezirks-LandFrauentag, u.a. mit dem Vortrag **„Vorwärts heißt zurück zu mir“**

Wie du dein Leben frisch, frech und frei gestalten kannst.

Referentin: Tanja Köhler

(Dipl.-Psychologin aus Denkingen)

Ausrichter sind die LandFrauen Brigachtal

in der Froschberghalle in Brigachtal-Kirchdorf

Bitte **Kaffeegedeck mitbringen!**

Es werden Plätze für uns reserviert sein.

Nähere Informationen auch bei Frieda Nill

07.03.24
Donnerstag
14.30 Uhr

Vortrag „Sie haben die Nase voll? Allergien und **Unverträglichkeiten“**

im Gasthaus Sonne in VS-Obereschach

Und ihr Bauch macht Ihnen auch häufig Probleme, so

(Fortsetzung 07.03.24 Vortrag Allergien Unverträglichk.)
dass Sie gar nicht mehr wissen, was Sie noch essen können? Ihre Muskeln tun bei jeder Bewegung weh? Ihr Kopf fühlt sich an wie Watte? Dann vertragen Sie möglicherweise bestimmte Lebensmittel nicht, wie z.B. Milch, Fruchtzucker, Weizen oder gewisse Stoffe, die in Lebensmitteln versteckt sind. In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Formen von Allergien und Unverträglichkeiten es neben Heuschnupfen oder Asthma noch gibt, wie mit Hilfe genauer Selbstbeobachtung und einfacher Untersuchungen der Gesundheitszustand analysiert und wie die Ursachen von Beschwerden aufgedeckt werden können. So kann darauf aufbauend mit Hilfe natürlichen Mitteln und passender Ernährung Ihr Immunsystem wiederhergestellt werden. Und Sie selbst können es steuern!

Referentin: Claudia Moser

(Heilpraktikerin aus Gutach)

Organisation: Frieda Nill

09.03.24

Samstag

9.30 Uhr

bis 17.00 Uhr

Tagesseminar des Bezirks Villingen zum Thema

„Frauen werden LandFrauenFans“

in Brigachtal

Neue Mitglieder zu gewinnen ist eine Aufgabe, die jedem Verein unter den Nägeln brennt. Am Anfang steht die Analyse der aktuellen Situation. Wie steht unser Verein da? Welche Angebote für welche Zielgruppen machen wir und wie werden sie angenommen? Weiter geht es mit dem Formulieren von Zielen und Entwickeln von konkreten Vorgehensweisen für den eigenen Verein sowie einer Ideensammlung, wie Sie Frauen auf attraktive Weise ansprechen können. Abgerundet wird der Tag mit Best Practice Beispielen aus wachsenden Ortsvereinen.

Die Teilnahmegebühr beträgt 25 € für Mitglieder zuzüglich Verpflegungskosten.

Referentin: Andrea Jansen

(Bildungsreferentin beim LFV aus Freiburg)

Weitere Infos und **Anmeldung** bei

Ursula Glunk (☎ 07721-2065540).

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

21.03.24

Donnerstag

19.30 Uhr

Vortrag mit Verkostung

„Butter – Purer Genuss“

im ESV-Kegelheim in Villingen (Güterbahnhofstr.)

Vor tausenden von Jahren gelang es zum ersten Mal, aus

frischer Milch das köstliche, nahrhafte und haltbare

Lebensmittel herzustellen. Bis heute hat sich an dem

Herstellungsprinzip nichts geändert. Auch heute erfreut

sich Butter großer Beliebtheit. Das liegt nicht zuletzt an

dem unglaublichen sahnigen und frischen Geschmack.

Inhalte des Vortrags: Wir „schütteln“ unsere eigene

Butter / Butterherstellung in der Molkerei / Butter – ein

sehr naturbelassenes Produkt / Butter beim Einkauf und

in der Küche / Freispruch für die Butter: Butter in der

Ernährung. Neben vielen Informationen gibt es auch

leckere Kostproben aus Butter und Buttermilch.

Referentin: Monika Schnez

(Milchwirtschaftl. Verein Baden-Württemberg e.V.)

Organisation: Ilona Tritschler

04.04.24

Donnerstag

14.30 Uhr

Vortrag **„Willkommen im Jammertal –**

Wie wir unseren Blick auf das Positive im Leben

richten können“

im Gasthaus Sonne in VS-Obereschach

Jammern ist nicht nur ein Ausdruck von Unzufriedenheit.

Jammern kann Wünsche aufdecken und Grenzen

bewusst machen. Was steckt hinter dem Jammern? Was

kann ich gegen das Jammern tun?

Referentin: Usula Keintzel

(Päd. Fachkraft, Erwachsenenbildung, aus Freiburg)

Organisation: Gerda Luschin

18.04.24
Donnerstag
19.30 Uhr

Vortrag „**Bitterstoffe versüßen das Leben**“

im ESV-Kegelheim in Villingen (Güterbahnhofstr.)
Bitterstoff – ein wunderbarer Wirkstoff, der uns frei zur Verfügung steht. Was er uns alles bietet und warum er in keiner „Frühjahrskur“ fehlen sollte. Ein Begleiter für das ganze Jahr. Frau Krachenfels stellt dazu verschiedene Pflanzen vor.

Referentin: Natascha Krachenfels

(Phytopraktikerin aus Dauchingen)

Organisation: Elke Linhard

20.04.24
Samstag

Ganztagesausflug zum **SWR** in Baden-Baden

Einladung separat.

Organisation und **Anmeldung** bei Gerda Luschin
(☎ 0175-6614854).

26.04.24
Freitag
20.00 Uhr

Besuch von Cornamusa

„**World of Pipe Rock and Irish Dance**“

Irischer Steptanz und Dudelsack-Klänge
in der Neuen Tonhalle Villingen

In der diesjährigen CORNAMUSA-Show, "Rückkehr in die Heimat", knüpfen wir nahtlos an die beeindruckende Geschichte unserer letzten Aufführung „Reise in die neue Welt“, an. Erleben Sie eine mitreißende Show voller Leidenschaft, Tradition und unvergesslicher Momente, begleitet von unserer preisgekrönten 7-köpfigen Liveband. Erfahren Sie die bewegende Geschichte von Aileen, einem stolzen schottischen Mädchen, und Cathel, einem tapferen Iren, deren Familien im 19. Jahrhundert nach Amerika auswanderten. Beide verspüren nun den brennenden Wunsch, ihre keltischen Wurzeln in Schottland und Irland zu erkunden. Gemeinsam unternehmen sie eine abenteuerliche Reise nach Irland, bekämpfen eine gefährliche Bande von Seefahrern und werden mit den Spaltungen in Nordirland konfrontiert. Gespannt können Sie verfolgen, wie sie Seite an Seite in Irland kämpfen, um ihre Kultur

zu bewahren und trotz aller Hindernisse und politischer Konflikte entschlossen bleiben, Frieden und Einheit anzustreben. Ihre inspirierende Geschichte steht für die unaufhaltsame Kraft der Liebe, des Mutes und der Hoffnung auf eine bessere Zukunft.

Mehr Infos auch unter www.cornamusa.de

Eintrittskarte 2. Kategorie, je 60 €, Platzkarte.

Organisation, **Anmeldung** und **Karten** bei Ilona Tritschler (☎ 0160-94735297).

Die Kartenzahl ist begrenzt.

Mai 2024

Ab Mitte Mai findet **Nordic-Walking** statt.

Termine 10-mal dienstags, jeweils ab 20 Uhr, Dauer ca. 1 Stunde, Treffpunkt Wolfsteich Mönchweiler.

Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 20 € für den ganzen Kursbesuch.

Anschließend laufen wir immer dienstags bis in den Spätsommer verschiedene Strecken.

Übungsleiterin: Christa Schlosser

Organisation und **Anmeldung** bei

Ilona Tritschler (☎ 07721-64228).

Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

Sept. 2024
Samstag

Ausflug zum Landtag BW in Stuttgart und Besichtigung Villa Reizenstein

Es wurden noch einmal 20 Mitglieder eingeladen den Landtag zu besuchen. Näheres wird bekannt gegeben.

Organisation und **Anmeldung** bei

Gerda Luschin (☎ 0175-6614854).

21.09.24
Samstag

Herbstfest Villingen

Termin zum Vormerken

Änderungen vorbehalten!

Aktuelle Termine und andere Formulare findest du auch auf unserer Internetseite unter www.landfrauen-villingen-land.jimdofree.com



- Verband ● aktiv
- Interessenvertretung ● engagiert
- Bürgerschaftliches Engagement ● herzlich
- Weiterbildung ● vielseitig

Unser LandFrauenverein ist einer von insgesamt 218 des LandFrauenverbandes Südbaden. Der Verband zählt 18.000 Mitglieder.

Beim Verband gibt es viele, interessante **Seminare** und **Online-Vorträge**. Infos und Anmeldung unter

<https://www.landfrauenverband-suedbaden.de/de/termine/>

LUST AUF ZUKUNFT 4.0 –

 wir blühen auf

Hinweise zur Verarbeitung der personenbezogenen Daten

Die Daten werden vom LandFrauenortsverein und vom LandFrauenverband Südbaden (LFVS) aufgrund des Art. 6 Abs. 1 Buchstabe b) DSGVO für die Durchführung des Mitgliedschaftsverhältnisses sowie zur Erfüllung der satzungsmäßigen Aufgaben und Ziele verarbeitet (z.B. Einladung zu Versammlungen, Beitragseinzug, Versand von Vereins- und Verbandsinformationen). Ihre Daten werden nicht an Stellen außerhalb des LandFrauen-Ortsvereins oder LFVS herausgegeben, es sei denn hierfür liegt Ihre ausdrückliche Zustimmung vor. Verantwortlicher im Sinne des Art. 13 Abs. 1 lit. a) DSGVO ist der LandFrauenortsverein, dem sie beitreten.

Sie haben ein Recht auf Auskunft (Art. 15 DSGVO) sowie Berichtigung (Art. 16 DSGVO), Löschung (Art. 17 DSGVO) oder Einschränkung der Verarbeitung (Art. 18 DSGVO) ihrer Daten. Ferner steht ihnen ein Recht auf Widerspruch gegen die Verarbeitung (Art. 21 DSGVO) sowie auf Datenübertragbarkeit (Art. 20 DSGVO) zu. Zur Wahrnehmung Ihrer Rechte wenden sie sich bitte an den LandFrauenortsverein. Gemäß Art. 77 DSGVO besteht auch ein Beschwerderecht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde für den Datenschutz und die Informationsfreiheit des Landes Baden-Württemberg, Lautenschlagerstr. 20, 70173 Stuttgart. Bei Beendigung der Mitgliedschaft werden Ihre Daten nach zwei Jahren gelöscht, soweit dem die gesetzlichen Aufbewahrungsfristen nicht entgegenstehen.



www.landfrauen-villingen-land.jimdofree.com

Einzugsgebiet des Vereins:

VS-Villingen
VS-Schwenningen
VS-Nordstetten
VS-Obereschach
VS-Rietheim
VS-Weilersbach
VS-Zollhaus
Bad Dürrenheim
Mönchweiler

Die Vorstandschaft:

1. Vorsitzende: Frieda Nill, Herdstr. 111, 78050 VS-Villingen,

☎ 07721-908026, ✉ w.u.f@freenet.de

2. Vorsitzende: Christine Jäckle, Nordstetten 2, 78052 VS-Villingen,

☎ 07721-64555, ✉ b.c.jaeckle@t-online.de

Kassiererin: Ilona Tritschler, Villingen, ☎ 07721-64228

Schriftführerin: Ursula Glunk, Villingen, ☎ 07721-2065540

Beisitzerinnen: Elke Linhard, Mönchweiler, ☎ 01575-4895965

Gerda Luschin, Bad Dürrenheim, ☎ 07726-8905

Anneliese Moser, Rietheim, ☎ 07721-32371

Simone Riedlinger, Niedereschach, ☎ 07728-7179

Gerlinde Sorgatz, Bad Dürrenheim, ☎ 07726-7235

Maria Walch, Obereschach, ☎ 07721-71875