



Jubel im Jetzt

Wertschätze die Kostbarkeit jedes Augenblicks.

Umarme alles, was Du bist.

Überlass Dich dem Tanz.

*Entdecke das Kind in Dir - spiel, hüpf, ruf,
schlag Purzelbaum,*

lass Deine Sinne sich entzücken.

Verbanne den Zweifel.

Sei absolut einzigartig und überschäumend.

Lausche der Natur:

Nimm die Dinge nicht so ernst.

Erlaube Dir, sinnlich und verspielt zu sein.

*Vertrau der liebenden Gegenwartigkeit,
die allem innewohnt.*

Sei unwerfend lebendig.

Säe die Saat der Liebe und des Friedens.

Wisse, dass Du ein göttliches, großartiges Geschöpf bist.

Feiere diesen Augenblick.

Höre auf die Führung Deiner inneren Stimme.

Erkenne, dass Du über übermenschliche Kräfte verfügst.

Sei authentisch, ausdrucksvoll und wagemutig.

Schüttle die Last der Verurteilung ab.

Sorge Dich nicht.

Lass Dein Lachen zu den Sternen emporsteigen.

Verströme Dich in der Schönheit des Lebens.

(Autor unbekannt)



Liebe LandFrauen,
Liebe LandMädchen,
Liebe LandMänner,

mit zahlreichen Angeboten konnten wir bereits in dieses Jahr 2024 starten und die „Schönheit des Lebens“ immer wieder gemeinsam genießen. Genießen konnten wir zum Beispiel die „Magie der Hypnose“ oder auch das „Spaßwichteln“ im Rahmen unseres regelmäßig stattfindenden Frauentreffs.

Von der Aktivierung der Inneren Stärke über Vorträge wie „Täuschen, Lügen, Tricksen: Betrug am Telefon“ bis hin zum lustigen Spiele-Nachmittag, alles war und ist mit dabei.

Am 08. März, dem Weltfrauentag, veranstalteten wir unsere Mitgliederversammlung. Diesen bedeutungsvollen Tag nahmen wir zum Anlass, einen ebenso besonderen Programmpunkt mit aufzunehmen. Wir zeigten die Verfilmung eines eindrücklichen „Frauenromans“.



Viele von Euch waren mit dabei und es freute uns sehr einen schönen Abend gemeinsam mit Euch verbringen zu können. Begegnungen fanden statt, es wurde erzählt, berichtet, gelacht, zahlreiche Mitglieder wurden geehrt, darunter insbesondere die neue Präsidentin des LandFrauenverbandes Südbaden, Christiane Wangler.

Zur Osterzeit wurde es dann „handwerklich“. Im LandFrauenraum fand zunächst ein Filzen für Erwachsene statt und aufgrund der positiven und schönen Rückmeldungen sowie Anregungen wurde kurz darauf, spontan ein gleichwertiges Angebot für Kinder geschaffen. Leuchtende Augen und wunderbare Filzmotive waren der lohnende Dank.



Genauso „schön“ und vor allem lebendig, wie wir starten durften, soll es weiter gehen...

Vorschau April- Juli 2024

- Line Dance**
- ❖ **Freitag, 26. April 2024: Line Dance - Tanzen mit Mona in der Turnhalle Oberrotweil um 18h**
Wir laden alle Frauen, Männer, Paare und Kinder ab 10 Jahren zu einem schönen Abend mit einfachen Tanzschritten zu Country und Popmusik ein. Seit mit dabei, Anmeldungen sind nicht notwendig.
Nichtmitglieder zahlen 5€. Kinder sind frei.
Treffpunkt ist die Turnhalle in Oberrotweil um 18h.
- Münstermarkt-tour**
- ❖ **Samstag, 27. April 2024: Exklusive Münstermarkt-Frühstückstour in Freiburg um 7.00 Uhr mit der Marktführerin Barbara Schneider**
Für Marktbegeisterte bieten wir eine kulinarische Frühaufsteher-Markttour über den Freiburger Münstermarkt an. Wir genießen das regionale Marktfrühstück gemeinsam mit den Erzeugern/-innen der jeweiligen Produkte direkt am Marktstand. Das magische Licht und die von Vorfreude geladene Stimmung der Marktbesucher/-innen um diese Uhrzeit ist einzigartig. Mit der Frühstückstour wird der Münstermarkt über alle Sinne zum Erlebnis.
Preis: 49,- € pro Person. Wir fahren mit dem Zug nach Freiburg.
Anmeldung bis 31.01.2024 bei Corinna Holst, Tel. 935363
- Wandern**
- ❖ **02. – 05. Mai 2024: Wandertage bei Bad Bergzabern in der Südpfalz**
- 
- Es erwarten uns interessante Wandertouren. Lasst Euch überraschen! Wir übernachten in der modernen Jugendherberge von Bad Bergzabern. Details folgen später.
Organisation und Anmeldung bei: Heidi Dägele, Tel. 947123
- Weinwanderung**
- ❖ **Samstag, 11. Mai 2024: Weinerlebnis Tour durch unsere schöne Heimat**
- Auf einem Spaziergang besuchen wir verschiedene Weingüter in Niederrotweil, Oberrotweil und Bickensohl, die von LandFrauen mitgeführt werden. Wir kosten elegante, fruchtige und erfrischende Weine. Nebenbei erfahren wir etwas über den Weinbau, die Philosophie der Weingüter und aktuelle Herausforderungen. Wir beginnen unsere Tour um 14h an der WG in Oberrotweil und wandern dann gemeinsam nach Niederrotweil. Von dort aus setzen wir unseren Weg fort zurück nach Oberrotweil und Bickensohl. In Bickensohl angekommen, lassen wir den erlebten Tag mit einem leckeren Flammkuchen gemeinsam ausklingen. Auf dem Weg stehen außer der Weinverkostung kleine Knabbereien sowie Fingerfood zur Verfügung.
- 
- Preis: 15€ für Mitglieder, 20€ für Gäste
Um gut planen zu können, bitten wir Euch die Anmeldungen bitte bis 03. Mai an Kathrina Paulus: 936646 oder Heidi Dägele: 947123 zu richten.
- ❖ **Mittwoch, 22. Mai 2024: Frühlingsexkursion in das Naturschutzgebiet Büchsenberg um 16.00 Uhr**

**Frühlings-
exkursion**



Wir erkunden den Büchsenberg als einen der wenigen Standorte in Deutschland, auf denen die Flaumeiche waldbildend wächst. Heute gewinnt die Flaumeiche an Bedeutung, da sie sehr wärme- und trockentolerant ist. Als Besonderheit gedeiht hier auch der seltene Diptam, der im Volksmund „Brennender Busch“ genannt wird. Seine weiß-rot gemaserten Blüten leuchten jetzt feurig.

Treffpunkt: 16.00 Uhr an St. Johannes Kirche Oberrotweil

Nach dem Spaziergang kehren wir bei Lothar Koch im Gasthaus Zum Kaiserstuhl in Niederrotweil ein und lassen den Abend gesellig ausklingen.

Organisation und Anmeldung bei: Gaby Wicht, Tel. 2264789

❖ 15. Juni 2024: Besuch der Vogtsbauernhöfe bei Gutach

Tagesausflug mit dem Bus

In fachkundiger Begleitung lassen wir uns in die spannende Geschichte des Schwarzwalds entführen und erleben bei einem Rundgang durch die historischen Bauernhöfe, wie im Schwarzwald vor bis zu 600 Jahren gewohnt, gelebt und gearbeitet wurde. Wir erfahren wie zu früheren Zeiten Butter hergestellt wurde, dürfen dies selbst ausprobieren und natürlich mit herzhaftem Bauernbrot verköstigen. Genügend Zeit bleibt außerdem das Areal auf eigene Faust weiter zu erkunden sowie sich im Café/Restaurant gemeinsam zu verweilen. Wir starten gegen 9.30h an der WG Oberrotweil und werden gegen 18h wieder zurück sein. Wer eine Mitfahrgelegenheit zur WG und wieder nach Hause zurück benötigt, darf dies gerne bei der Anmeldung angeben.

Preis: 35€ für Mitglieder sowie 50€ für Gäste

Organisation und Anmeldung bei Sara Knobloch, Tel. 9357302



❖ Donnerstag, 11. Juli 2024: Stadtführung in Breisach am Nachmittag

Stadtführung



Hast Du Dich auch schon gefragt, was es mit dem Stier auf dem Münsterplatz in Breisach auf sich hat oder wie Breisach zu seinen Stadtpatronen Gervasius und Protasius kam? Dann komme mit! Auf einer Entdeckungstour durch Breisach und seine Geschichte gehen wir diesen Fragen nach, schauen genauer hin und lernen Interessantes kennen.

Details folgen später.

❖ Mittwoch, 31. Juli 2024: Sommerwanderung im Burkheimer Rheinauwald um 16.00 Uhr

Sommer-spaziergang

Wie stellt sich der Rheinauwald aktuell dar? Wie wirken sich die Baumaßnahmen des Integrierten Rheinprogramms und der ökologischen Flutungen auf den Rheinauwald aus? Womit müssen wir rechnen? Diesen Fragen gehen Revierleiterin Laura Hempelmann und Gaby Wicht nach.



Treffpunkt: 16.00 Uhr am großen Parkplatz an der Rheinstraße vor dem Damm am Waldanfang von Burkheim

Nach dem Waldspaziergang kehren wir in einem Burkheimer Gasthaus ein und lassen den Abend gesellig miteinander ausklingen.

Organisation und Anmeldung bei: Gaby Wicht, Tel. 2264789

Regelmäßige Veranstaltungen

❖ **LandFrauenTreffen: Spaß – Lachen – Gesellschaft – Spielen – Kreativität**

Weil wir gerne großartige Zeit miteinander verbringen, treffen wir uns jeweils an einem Freitag Nachmittag oder Abend im zweimonatigen Turnus in lockerer Runde im LandFrauenraum. Das LandFrauenTreffen steht jedesmal unter einem anderen Motto: mal ist es ein Spielnachmittag, oder wir mixen Cocktails, mal stellen wir Osterbäckereien her und mal wichteln wir. Unser Wunsch ist ein aktives Vereinsleben mit vielfältigen Begegnungen. Deswegen sind Eure Freunde, Verwandte, Bekannte und Gäste ebenfalls herzlich willkommen. Details zum nächsten LandFrauenTreffen gibt es immer rechtzeitig unter www.landfrauen-oberrotweil.de und im Nachrichtenblatt der Stadt Vogtsburg.

❖ **Freude – Bewegung – Mobilität – Entspannung**

Wenn Du Spaß an Bewegung hast und dies gerne gemeinsam mit anderen tust, dann bist Du bei uns richtig. Freude an der Bewegung und am beweglich bleiben ist das Ziel unserer präventiven Gymnastikgruppen.

Gymnastikgruppen mit Übungsleiterin Michaela Rinklin

Montags in Bickensohl, 1. Gruppe um 18.00 Uhr, 2. Gruppe um 19.00 Uhr
Ansprechpartnerin Annemarie Kühle, Tel. 6174

Gymnastikgruppe mit Übungsleiterin Mechthild Galli

Dienstags von 16.00 - 17.00 Uhr im Pfarrsaal Oberrotweil
Ansprechpartnerin Mechthild Galli, Tel. 6953

Gymnastikgruppen mit Gesundheits-Fitnesstrainerin Simone Breitbarth

Montags in der Turnhalle in Oberrotweil, 1. Gruppe um 19.00 Uhr, 2. Gruppe um 20.00 Uhr
Ansprechpartnerin Heidi Dägele, Tel. 947123

Gymnastikgruppe mit Übungsleiterin Manuela Segebarth

Details folgen später.
Ansprechpartnerin Heidi Dägele, Tel. 947123

Vinyasa-Yoga mit zertifizierter Vinyasa-Yoga-Lehrerin Nicole Köhler

Montags von 18.00 - 19.30 Uhr im Pfarrsaal Oberrotweil
Ansprechpartnerin Nicole Köhler, Tel. 0170 7359328

Wir führen die Veranstaltungen im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des LandFrauenverbandes Südbaden e.V. durch.

Alle Veranstaltungen, Ausflüge und Aktionen erscheinen kurz vorher im Nachrichtenblatt der Stadt Vogtsburg und sind auf der Homepage des LandFrauenVereins Oberrotweil nachzulesen unter: www.landfrauen-oberrotweil.de.

Oder Ihr benutzt ganz einfach den QR-Code:



Bleibt interessiert und neugierig.
Wir freuen uns auf Euch und Euer Mitmachen.

Es grüßt Euch ganz herzlich
Euer LandFrauen-Vorstandsteam

Fotos: Gaby Wicht, Kerstin Wintermantel, Jochen Statz, Pixabay (kostenlos und frei verwendbar)