



**B e r g l e n**

**Bildungsprogramm  
Herbst-Winter 2018**



Frauen auf dem Lande ganz anders als Sie denken....

[www.landfrauen-berglen.de](http://www.landfrauen-berglen.de)

[landfrauenberglen@online.de](mailto:landfrauenberglen@online.de)

Unser Programm wird in verschiedenen Gebäuden durchgeführt.

Dafür verwenden wir folgende Abkürzungen:

Landfrauen-Treff Vorderweißbuch, Tribergstr. 7	<b>LF-Treff</b>
Nachbarschaftsschule Oppelsbohm	<b>NBS Küche/NBS Sporthalle</b>
Feuerwehrhaus Nord Oppelsbohm	<b>Feuerwehr N</b>
Feuerwehrhaus Süd Steinach	<b>Feuerwehr S</b>
Bürgerhaus in Rettersburg	<b>Bürgerhaus</b>
Rathaus Öschelbronn	<b>R Ösch</b>
Ev. Gemeindehaus Oppelsbohm	
Schulturnhalle Steinach	

Zu allen unseren Veranstaltungen sind, soweit Teilnehmerplätze vorhanden sind, auch Nicht-Mitglieder herzlich willkommen. Ehepartner und Kinder (bis 18 Jahre) von Mitgliedern zahlen bei allen Kursen den Preis für Mitglieder. Für Nichtmitglieder muss eine 30 Prozent höhere Kursgebühr erhoben werden. Die Kursgebühren richten sich nach der Teilnehmerzahl. Wir kooperieren mit dem Bildungs- und Sozialwerk des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden und erhalten von dort sowohl logistische als auch finanzielle Unterstützung. Wöchentlich veröffentlichen wir unser Programm im Amtsblatt der Gemeinde Berglen.

Sie können sich auch auf unserer Homepage informieren.

**[www.landfrauen-berglen.de](http://www.landfrauen-berglen.de)**

Hier erfahren Sie weitere Veranstaltungen und wichtige Informationen.

Liebe Mitglieder,

hoffentlich konnten Sie die wohlverdiente Sommerpause genießen,  
nun starten wir gemeinsam in die neue Saison.

Wir laden Sie herzlich ein zu unseren Angeboten in den neuen,  
schön gestalteten Räumlichkeiten.

Unser Wunsch ist es, diese mit Leben, frischem Elan und Freude am  
Miteinander zu füllen, denn Gemeinsamkeit stärkt unsere Vereinsarbeit und die  
Motivation...,

machen Sie mit und sind Sie dabei!

Mit freundlichen Grüßen

*Ihr Vorstandsteam*

*Du kannst in  
einem Anderen nur entzünden  
was in dir selbst brennt...*

Um besser planen zu können, benötigen wir Ihre frühzeitige und verbindliche  
Anmeldung und Bezahlung. Dies gilt insbesondere bei Veranstaltungen mit  
Eintrittskarten. Bei Nichtteilnahme können die Kosten leider nicht erstattet  
werden, doch Sie können sich nach "Ersatz" umsehen. Auch bitten wir Sie,  
die jeweiligen Kursgebühren bereit zu halten.  
Herzlichen Dank für Ihr Verständnis.

**Unser Leitthema begleitet uns weiter**



**Miteinander – Vielfalt als Chance**

# Programm September – Dezember 2018

## September

- Mo., 10.09.18**    *3. Kurszeitraum vom 10.09.18 bis 17.12.18*  
**Herz/Kreislauftraining am Morgen**  
Ausdauer, Kraft, Koordination. Wir trainieren in schonender Art und Weise Herz, Kreislauf und Bewegungsapparat, um weniger anfällig gegen die sogenannten "Alltagsbeschwerden" zu sein.  
**Beginn:** 08.15 Uhr  
**Ort:** Höblinswart, KTSV  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 07181/73379  
Leiterin  
Ursula Moser
- Mo., 10.09.18**    *3. Kurszeitraum vom 10.09.18 bis 17.12.18*  
**MuKi „Rathausmäuse“ Öschelbronn**  
**Beginn:** 09.30 Uhr  
**Ort:** Rathaus Öschelbronn  
Ansprechpartnerin: C. Lemmermeyer Tel. 07195/586144  
Leiterin  
noch nicht  
bekannt
- Mo., 10.09.18**    *3. Kurszeitraum vom 10.09.18 bis 17.12.18*  
**Gesundheitsbildung – Gruppe 1**  
**Faszinierendes Pilates-Training**  
Dieser Kurs verbindet Kraft in harmonischen Bewegungen mit der Atmung. Wir verbessern die Körperhaltung durch gezielte Übungen nach Josef Pilates rund um die tieferliegenden und stabilisierenden Bauch- und Rückenmuskeln, die all unsere Faszien dehnfähiger machen. Wir setzen neben anderen Handgeräten auch die Pilates-Rolle im Training ein.  
**Beginn:** 09.00 Uhr  
**Ort:** Bürgerhaus Rettersburg  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 07195/73177  
Leiterin  
Sabine  
Bernlöhr

- |                      |   |   |
|----------------------|---|---|
| <b>Mo., 10.09.18</b> | <p><i>3. Kurszeitraum vom 10.09.18 bis 17.12.18</i><br/> <b>Gesundheitsbildung – Gruppe 2</b><br/> <b>Pilates, Faszien and more</b><br/> Fit im Alter und für den Alltag mit gezielten Übungen nach Josef Pilates. Aber auch all unsere Faszien wollen wir trainieren für eine gute Körperhaltung und dehnfähige Muskeln. Zudem stärken wir den Beckenboden. Wir machen Gleichgewichts- und Balanceübungen und halten uns fit mit Gehirnfitnessübungen.<br/> <b>Beginn:</b> 10.15 Uhr<br/> <b>Ort:</b> Bürgerhaus Rettersburg<br/> Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 07195/73177</p> | Leiterin<br>Sabine<br>Bernlöhr                                |
| <b>Mo., 10.09.18</b> | <p><i>3. Kurszeitraum vom 10.09.18 bis 17.12.18</i><br/> <b>Fitnessgymnastik I</b><br/> <b>Beginn:</b> 19.00 Uhr<br/> <b>Ort:</b> Schulturnhalle Steinach<br/> <b>Anmeldung</b> – die Informationen entnehmen Sie bitte aus dem Amtsblatt</p>   | Leiterin<br>noch nicht<br>bekannt                             |
| <b>Mo., 10.09.18</b> | <p><i>3. Kurszeitraum vom 10.09.18 bis 17.12.18</i><br/> <b>Stepp-Aerobic – Fitness und Workout</b><br/> Intensives Ausdauertraining ist angesagt, kombiniert mit Stepp zu flotten Rhythmen.<br/> Ziele sind: mehr Beweglichkeit, bessere Kondition und ausgeglichene Koordination.<br/> Es macht Spaß, mit Stepp die Fitness bei heißen Beats, sowie Bauch, Beine und Po zu trainieren.<br/> <b>Beginn:</b> 19.30 Uhr<br/> <b>Ort:</b> NBS Turnhalle Oppelsbohm<br/> Anmeldung bei M. Bischof Tel. 07195/72157</p>   | Leiterin<br>Gitte Weller<br>und<br>Heike Müller<br>im Wechsel |
| <b>Mo., 10.09.18</b> | <p><i>3. Kurszeitraum vom 10.09.18 bis 17.12.18</i><br/> <b>Fitnessgymnastik II</b><br/> <b>Beginn:</b> 20.00 Uhr<br/> <b>Ort:</b> Schulturnhalle Steinach<br/> Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 07195/72419</p>  | Leiterin<br>Cornelia<br>Kraus                                 |
| <b>Di., 11.09.18</b> | <p><i>3. Kurszeitraum vom 11.09.18 bis 18.12.18</i><br/> <b>Funktionelle Gymnastik</b><br/> <b>Beginn:</b> 09.00 Uhr<br/> <b>Ort:</b> LF-Treff Vorderweißbuch<br/> Anmeldung bei C. Kraus Tel. 07195/72419</p>  | Leiterin<br>Cornelia<br>Kraus                                 |

- Di., 11.09.18**     *3. Kurszeitraum vom 11.09.18 bis 18.12.18*  
**Englisch für Fortgeschrittene**  
Konversation, Grammatik, Wortfelder  
**Beginn:** 10.00 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 07151/18678  
Leiterin  
Nathalie  
Prévot
- Di., 11.09.18**     *3. Kurszeitraum vom 11.09.18 bis 18.12.18*  
**Gesundheitsbildung - Yoga**  
Ganzheitliches Training, für Körper, Geist und Seele  
**Beginn:** 20.00 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 07195/136852  
Leiterin  
Nadja  
Münster
- Mi., 12.09.18**     *3. Kurszeitraum vom 12.09.18 bis 19.12.18*  
**Wirbelsäulengymnastik**  
**Gruppe I**     18.45 Uhr  
**Gruppe II**     20.00 Uhr  
**Ort:** Bürgerhaus Rettersburg  
Anmeldung bei T. Sperle, Tel. 07181/41775  
Leiterin  
Ev  
Hildenbrand
- Do., 13.09.18**     *3. Kurszeitraum vom 13.09.18 bis 20.12.18*  
**Englisch mit Vorkenntnissen**  
**Beginn:** 09.30 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
Anmeldung bei Silvia Hönig, Tel. 07181/77703  
Referentin  
Birgit Müller
- Do., 13.09.18**     *3. Kurszeitraum vom 13.09.18 bis 20.12.18*  
**MuKi „Bergleskrümel“ Oppelsbohm**  
**Beginn:** 10.00 Uhr  
**Ort:** Ev. Gemeindehaus Oppelsbohm  
Interessierte Mütter und Väter können sich gerne bei  
Frau Lemmermeyer informieren. Tel. 07195/586144  
Leiterin  
noch nicht  
bekannt
- Do., 13.09.18**     *3. Kurszeitraum vom 13.09.18 bis 20.12.18*  
**Gesundheitsbildung -**  
**Tänzerische Gymnastik - Linientanz**  
Ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele,  
Ausdauertraining, Koordination und Gleichgewicht. Ein  
Tanzerlebnis ohne Partner. Linientanz ist  
gesundheitsorientiert. Mit viel Spaß an Rhythmus und  
Bewegung tanzen wir auf Langsamen Walzer, Rumba,  
Cha Cha Cha oder Samba. Gerne dürfen Sie zum  
Schnuppern und Ausprobieren kommen.  
Tanzlehrer  
Jochen  
Basmann

**Beginn:** 16.00 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
Anmeldung bei Brigitte Hasmueller 07195/71010

- Do., 13.09.18**     *3. Kurszeitraum vom 13.09.18 bis 20.12.18*  
**Gesundheitsbildung -**     Leiterin  
**Ganzheitliches Training „Hatha Yoga“**     Gabriele  
Die eigene Körperwahrnehmung erhöhen, Spiegel unserer     Graham  
seelischen und geistigen Verfassung, Kräftigung und  
Dehnung der Muskulatur und Koordination  
**Beginn:** 18.30 Uhr  
**Ort:** Bürgerhaus Rettersburg  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 07181/991476
- Do., 13.09.18**     *3. Kurszeitraum vom 13.09.18 bis 20.12.18*  
**BBP - Bauch - Beine - Po**     Leiterin  
Wir trainieren in verschiedenen Trainingsformen     Carolin  
Ausdauer, Koordination und optimale Fettverbrennung.     Schneider  
Die Kräftigungseinheiten werden durch motivierende  
Musik und dem Einsatz von Geräten effektiv unterstützt.  
So wird jede Stunde zu einem abwechslungsreichen,  
motivierenden und effektiven Training.  
**Beginn:** 19.30 Uhr  
**Ort:** Turnhalle Steinach  
Anmeldung bei A. Schneider 07195/73752
- Do., 13.09.18**     Herzliche Einladung zum Chorsingen  
Brauchen Sie Abwechslung in Ihrem Alltag?     Chorleiter  
Haben Sie Lust, Ihre Stimme und die Chorkunst besser     Herr Lutz  
kennenzulernen?  
**Sing einfach mit! Jede ist willkommen!**  
  
**Beginn:** 19.30 Uhr  
**Ort:** Feuerwehrhaus N., Oppelsbohm  
Die Chorleitung wird die Probetermine mit dem Chor  
vereinbaren, entnehmen Sie die Termine  
bitte aus dem Amtsblatt  
Anmeldung und Info  
bei Brigitte Hasmueller 07195/71010

- Sa., 22.09.18**      **Weinbergführung mit Weinbauerkundung „direkt“**  
 Wir treffen uns beim “Bürger Besen” der Familie Ungar.  
 Von dort starten wir zu einem Rundgang mit Führung  
 durch die Weinberge. Hierzu gibt es vor Ort bei der  
 jeweiligen Rebsorte die zugehörigen Weine zum  
 Probieren. Dazu werden uns kleine Snacks gereicht.  
 Wir erfahren dabei informatives über den An- und  
 Ausbau der Rebsorten.  
 Dauer ca. 2 Stunden.  
 Gemütlicher Abschluss ist in der Besenwirtschaft geplant.  
**Treffpunkt:** Besen Bürg, Ebniseestr. 3  
**Beginn:** 15.00 Uhr  
 Anmeldung bei Heike Fischer Tel. 07195 /75757
- Referenten  
Herr und  
Frau Ungar
- 
- Di., 25.09.18**      *Erlernen einer Hauswirtschaftstechnik*  
**„Backen“ – Kuchen im Glas als Geschenk**  
**Beginn:** 18.30 Uhr  
**Ort:** NBS Küche Oppelsbohm  
 Anmeldung bei Gerlinde Schablin 07195/74007
- Referentin  
Ilona Franke
- 
- Do., 27.09.18**      *Erlernen einer Kreativtechnik - „Stricken, Häkeln“*  
**Kreatives am Abend -**  
**„Das habe ich selbst gemacht“**  
**Thema:** wird noch bekannt gegeben  
 Jedes selbst hergestellte Projekt ist ein unverwechselbares  
 Unikat und erfährt eine neue Wertschätzung in unserer  
 Gesellschaft. Wir stricken/häkeln Pullis, Socken, Jacken,  
 Mode- und Wohnaccessoires. Wir laden alle motivierten  
 Anfänger, Wiedereinsteiger und passionierte Stricker- und  
 Häklerin zu unserer gemütlichen Runde ein.  
**Beginn:** 19.30 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
 Anmeldung bei G. Holzwarth, Tel. 07195/700672
- Referentin  
Petra Bay



## Oktober

- Di., 02.10.18** *Gesundheitsbildung ganzheitliches Training*  
**„Hatha Yoga“**  
Durch Yogaübungen können wir unseren Körper gesund erhalten und geistige, sowie körperliche Anspannungen auflösen. Dadurch schöpfen wir Kraft für den Alltag. Ist unser Atem ruhig und gleichmäßig, sind auch die Gedanken ruhig und wir verbrauchen weniger Lebenskraft. Durch regelmäßiges Üben können wir die körperliche Beweglichkeit und unsere Gesundheit bewahren. Der Unterricht ist für Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersstufen geeignet.  
**Beginn:** 18.15 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
Mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte/Wolldecke, evtl. Meditationskissen  
Anmeldung bei Lidija Haubensak Tel. 07195/9775866  
Mobil 01744997530  
Leiterin  
Lidija  
Haubensak
- Mo., 08.10.18** *Erlernen einer Kreativtechnik*  
**„Kalligrafie und Farbe“**  
**Mi., 10.10.18** **Beginn:** 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
Anmeldung und Info bei Ute Aigner, Tel. 07181/46724  
Kursleiterin  
Frau  
Mildner-  
Müller
- Fr., 12.10.18** *Erlernen einer Hauswirtschaftstechnik – „Backen“*  
**Brotbacken im Backhaus**  
**Beginn:** 09.00 Uhr  
**Ort:** Backhaus Rettersburg  
Anmeldung bei G. Holzwarth, Tel. 07195/700672  
Referentin  
Gerlinde  
Schablin
- Do., 18.10.18** **Herzliche Einladung zu unserer Hauptversammlung mit Wahlen**  
**Beginn:** 19.00 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
Näheres entnehmen Sie bitte dem Amtsblatt oder auf unserer Internetseite

- Fr., 19.10.18** **Besuch in der Staatsgalerie**  
 Führung durch die Sonderausstellung  
**“Ernst Ludwig Kirchner-Die unbekannte Sammlung”**.  
 Die zuletzt als Gesamtkomplex 1980 ausgestellten Werke werden im 80. Todesjahr des Künstlers in einer Ausstellung präsentiert. Alle seine Schaffensperioden und wichtigen Themen wie Großstadt und Tanz, Landschaften auf Fehmarn sowie die Alpen sind darin vertreten. Diese Ausstellung ist sicherlich sehr interessant.  
**Beginn der Führung:** 15.30 Uhr  
**Treffpunkt:** NBS-Oppelsbohm um 13.30 Uhr  
 Wir bilden Fahrgemeinschaften zur S-Bahn 14.20 Uhr  
 Anmeldung bei G. Kutek 07195/71816
- Sa., 20.10.18** *Erlernen einer Kreativtechnik – „Backen“*  
**Glutenfreier Backkurs** Leiterin  
Daniela  
Bühning  
**“Brot & Brötchen – neue Rezepte”**  
 Luftiges Baguette, herzhaftes Laugenbrötchen, rustikales Brot und vieles mehr werden wir glutenfrei backen und genießen.  
 Bitte mitbringen: Getränk sowie Behälter für Kostproben  
 Kursgebühr: 32,00 Euro (inkl. Zutaten und Rezepte)  
**Beginn:** 10.00 Uhr bis ca. 13.30 Uhr  
**Ort:** NBS Oppelsbohm  
 Anmeldung bei Daniela Bühning, Tel. 07183/307979  
 oder E-Mail: [glutenfrei-kruemelei@web.de](mailto:glutenfrei-kruemelei@web.de)
- Do., 25.10.18** *Erlernen einer Kreativtechnik - „Stricken, Häkeln“*  
**Kreatives am Abend -** Referentin  
Petra Bay  
**„Das habe ich selbst gemacht“**  
**Thema:** wird noch bekannt gegeben  
 Jedes selbst hergestellte Projekt ist ein unverwechselbares Unikat und erfährt eine neue Wertschätzung in unserer Gesellschaft. Wir stricken/häkeln Pullis, Socken, Jacken, Mode- und Wohnaccessoires. Wir laden alle motivierten Anfänger, Wiedereinsteiger und passionierte Stricker- und Häklerin zu unserer gemütlichen Runde ein.  
**Beginn:** 19.30 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch.  
 Anmeldung bei G. Holzwarth, Tel. 07195/700672

- |                      |  |   |
|----------------------|--|---|
| <b>Fr., 26.10.18</b> | <p><i>Erlernen einer Kreativtechnik - „Malen“</i><br/> <b>Thema:</b> „Meerblick“ in Acryl und Mischtechnik<br/> <b>Beginn:</b> 09.00 Uhr<br/> <b>Ort:</b> LF-Treff Vorderweißbuch<br/> Anmeldung bei R. Niederberger, Tel. 07181/74473</p>   | Referentin<br>noch nicht<br>bekannt                           |
| <b>Sa., 27.10.18</b> | <p>Stadtführung „<b>Das Heusteigviertel</b>“ in Stuttgart.<br/> Das Viertel zählt zu den beliebtesten Wohngebieten Stuttgarts. Der Stadtpaziergang beginnt am Wilhelmsplatz, dem ehemaligen Henkersplatz vor dem Hauptstätter Tor und geht durch die Straßen des Heusteigviertels mit seinen von Jugendstil und Gründerzeit geprägten Häusern. Auf dem Weg liegen die noch aus dem 19. Jahrhundert stammende Zingießerei Pelargus, der 1. Landtag Baden-Württembergs nach dem Krieg, die Weißenburgstraße, der Fangelsbachfriedhof mit dem Grab von Schillers Sohn und die Markuskirche als Endpunkt.<br/> Unterwegs werden wir den englischen Coffee Shop und die Privatbrauerei Cast besuchen.<br/> <b>Dauer:</b> 1,5 bis 2 Stunden<br/> <b>Treffpunkt, Beginn</b> usw. erfahren Sie bei der Anmeldung bei S. Hönig, Tel 07181/77703</p> | Stadtführerin<br>Margit<br>Meirhofer                          |
| <b>Mi., 31.10.18</b> | <p><i>Erlernen einer Kreativtechnik</i><br/> „<b>Selbstgemachte Karten</b>“ mit weihnachtlichem oder winterlichen Charakter<br/> Beginn: 17.00 Uhr<br/> Ort: LF-Treff Vorderweißbuch<br/> Anmeldung bei R. Niederberger 07181-74473</p>  | Leiterin<br>Roswitha<br>Niederberger<br>und<br>Gabi<br>Thomas |

## November

- |                      |  |                                   |
|----------------------|--|-----------------------------------|
| <b>Fr., 09.11.18</b> | <p><i>Erlernen einer Hauswirtschaftstechnik – „Backen“</i><br/> <b>Brotbacken im Backhaus</b><br/> <b>Beginn:</b> 09.00 Uhr<br/> <b>Ort:</b> Backhaus Rettersburg<br/> Anmeldung bei G. Schablin, Tel. 07195/74007</p> | Referentin<br>Gudrun<br>Holzwarth |
|----------------------|--|-----------------------------------|

- Do., 15.11.18**     **Besuch der Sternwarte Welzheim**  
**Treffpunkt:** 17.30 Uhr NBS-Oppelsbohm wir bilden  
Fahrergemeinschaften  
18.00 Uhr Parkplatz Sternwarte  
Fußweg vom Parkplatz zur Sternwarte ca. 400 Meter  
Bitte an warme Kleidung und gutes Schuhwerk denken.  
***Die Veranstaltung findet nur bei guten  
Witterungsverhältnissen statt und kann kurzfristig  
abgesagt werden!***  
Anmeldung bei Gudrun Holzwarth, Tel. 07195/700672
- Referent  
Dr. Olaf  
Meyer-  
Hamme
- 
- Do., 15.11.18**     *Erlernen einer Hauswirtschaftstechnik – „Kochen“*  
**und**                    **Thema: „Leckere Auflauf-Ideen“**  
**Do., 22.11.18**     **Beginn:** 18.30 Uhr  
**Ort:** NBS-Küche Oppelsbohm  
Anmeldung bei G. Schablin, Tel. 07195/74007
- Kursleiter  
Frank Gutt
- 
- Mi., 21.11.17**     *Erlernen einer Kreativtechnik*  
**„Deko für den Winter, Advent und Weihnachten“**  
**Beginn:** 14.30 Uhr Gruppe I  
**Beginn:** 19.00 Uhr Gruppe II  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel. 07195/74007
- Kursleiterin  
Gerlinde  
Schablin
- 
- Fr., 23.11.18**     **Besuch im Theaterhaus Stuttgart**  
**“ALFONS - jetzt noch deutscher”**  
Wer kennt ihn nicht aus Funk und Fernsehen. In seinem  
neuen Programm erzählt ALFONS die Geschichte seiner  
„Deutschwerdung“, von den sonnigen Kindheitstagen in  
Frankreich bis hin zum Grau deutscher Amtsstuben.  
Dies wird ein Abend mit Wärme im Herzen und Kater in  
den Lachmuskeln.  
**Beginn:** 20.15 Uhr  
**Treffpunkt:** NBS-Oppelsbohm um 18.30 Uhr  
Wir bilden Fahrergemeinschaften zum Theaterhaus  
Anmeldung bei G. Kutek 07195/71816
- 
- Di., 27.11.18**     *Erlernen einer Hauswirtschaftstechnik – „Kochen“*  
**und**                    **Thema: „Rund und Lecker**  
**Di., 04.12.18**                        **– Knödel der Dauerbrenner“**  
**Beginn:** 18.30 Uhr  
**Ort:** NBS-Küche Oppelsbohm  
Anmeldung bei G. Schablin, Tel. 07195/74007
- Kursleiter  
Frank Gutt

- Do., 29.11.18** *Erlernen einer Kreativtechnik – „Stricken, Häkeln“*  
**Kreatives am Abend -**  
**„Das habe ich selbst gemacht“**  
**Thema:** wird noch bekannt gegeben  
 Jedes selbst hergestellte Projekt ist ein unverwechselbares Unikat und erfährt eine neue Wertschätzung in unserer Gesellschaft. Wir stricken/häkeln Pullis, Socken, Jacken, Mode- und Wohnaccessoires. Wir laden alle motivierten Anfänger, Wiedereinsteiger und passionierte Stricker- und Häklerin zu unserer gemütlichen Runde ein.  
**Beginn:** 19.30 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch.  
 Anmeldung bei G. Holzwarth, Tel. 07195/700672
- Referentin  
Petra Bay
- Fr., 30.11.18** *Erlernen einer Kreativtechnik – „Malen“*  
**Thema: Winterliches Farbenspiel**  
 Malen mit verschiedenen Techniken  
**Beginn:** 09.00 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
 Anmeldung bei R. Niederberger, Tel. 07181/74473
- Referentin  
Christine  
Klein
- Fr., 30.11.18** **Herzliche Einladung zum Märchennachmittag**  
 Wir hören Märchen umrahmt mit Harfenklängen  
 Lassen Sie sich bei Kaffee und Kuchen verzaubern und überraschen!  
**Beginn:** 15.00 Uhr  
**Ort:** LF-Treff Vorderweißbuch  
 Anmeldung bei Gudrun Holzwarth Tel. 07195/700672
- Referentin  
Heidi Merz

## Dezember

- Di., 04.12.18** **Herzliche Einladung zu unserer Adventsfeier mit Vortrag zum Thema: „Frohe Weihnachten“**  
 Literaturvortrag  
**Beginn:** 14.00 Uhr  
**Ort:** Ev. Gemeindehaus Oppelsbohm
- Referentin  
n. n. bekannt

**Mi., 05.12.18**     **Besuch des Schokoladenfestivals  
“Chocolart” in Tübingen**  
Schokolade, der Stoff aus dem die Träume sind. Hier  
kommen Chocolatiers aus aller Herren Länder zusammen  
um ihre Spitzenprodukte zu präsentieren. Uns bietet es die  
Möglichkeit viele leckere Köstlichkeiten zu probieren und  
zu kaufen. Dies alles bei der wunderschönen Kulisse der  
Tübinger Altstadt. Wir fahren mit öffentlichen  
Verkehrsmitteln nach Tübingen  
**Treffpunkt:** NBS-Oppelsbohm 13.30 Uhr, wir bilden  
Fahrgemeinschaften zur S-Bahn  
**Abfahrt S-Bahn:** 14.20 Uhr  
Anmeldung bei G. Kutek 07195/71816

## **Vorschau für 2019**

**So., 13.01.19**     Winterwanderung mit Führung     Wanderführer  
Anmeldung bei Traude Sperle, Tel. 07181/41775     Manfred und  
Traude Sperle

## **Angebote und Seminare auf Kreis- und Landesebene**

**Fr., 16.11.18**     **Umgang mit Hochaltrigen in der Sportstunde**  
Welche körperlichen Einschränkungen haben Hochaltrige? Mit welchen  
alltäglichen Einschränkungen müssen diese leben? Wie geht man mit  
dem Rollator um?  
Dieses Seminar ist geeignet für Übungsleiterinnen deren Kurse immer  
mehr von Älteren besucht werden.  
**Ort:** Landesgeschäftsstelle Stuttgart  
**Dauer:** 14.00 Uhr bis 19.00 Uhr  
**Kosten:** 35 – 40 Euro je nach Teilnehmerzahl, inkl. Verpflegung  
Nichtmitglieder zahlen 30 Euro mehr

**Mi., 28.11.18**  
**und**  
**Do., 29.11.18**

**Die Kraft des Arguments**  
***Schlagfertig gegen Stammtischparolen***

Das Argumentationstraining für Frauen bietet den Teilnehmerinnen die Möglichkeit, sich auf unterschiedlichen Arten in der Positionierung gegen Stammtischparolen auszuprobieren. Es bietet Raum, über eigene Erfahrungen zu sprechen und gemeinsam Gegenstrategien zu entwickeln.

**Ort:** Haus auf der Alb Bad Urach

**Beginn:** 09.30 Uhr

**Kosten:** 95 Euro Veranstaltungsgebühr  
50 Euro für Studentinnen

**Ein kleines Lächeln tut so gut**  
**Versuch es dreimal täglich**  
**Dazu ein wenig frischen Mut**  
**Schon wird die Welt erträglich.**

**Sind Sie schon LandFrau?**

Unser Engagement hat zum Ziel, unterschiedlichste Fähigkeiten und Fertigkeiten zu vermitteln und auszubauen. Bei uns dreht sich alles um Kopf, Herz und Seele. Wir stärken Frauen und machen sie rundum fit. Anstatt das Rad immer wieder neu zu erfinden, holen und geben wir uns Rat. Wir organisieren, dass LandFrauen voneinander lernen und ihr Wissen untereinander weitergeben.

Wir freuen uns immer über neue Mitglieder.

Der Jahresbeitrag beträgt **30,- Euro inkl.** Versicherungspaket.

Herzlich willkommen sind auch Juniorenmitglieder für eine Juniorenmitgliedschaft. Der Jahresbeitrag beträgt 10,- Euro, wenn ein Elternteil bei den Landfrauen Mitglied ist und 15,- Euro ohne zahlendes Elternteil.

## **Das Vorstandsteam**

**Postanschrift: Roswitha Niederberger, Elchstr. 67, 73663 Berglen**

<b>1. Vorsitzende:</b>	<b>Niederberger</b> , Roswitha	Berglen-Höblinswart	07181-74473
	<b>Schablin</b> , Gerlinde	Berglen-Bretzenacker	07195-74007
	<b>Holzwarth</b> , Gudrun	Berglen-Oppelsbohm	07195-700672
<b>Kassiererin:</b>	<b>Breyer</b> , Martina	Berglen-Birkenweißbuch	07181-77750
<b>Schriftführerin:</b>	<b>Bischof</b> , Marlene	Berglen-Oppelsbohm	07195-72157
<b>Stellvert.Schriftf</b>	<b>Kutek</b> , Gabriele	Berglen-Oppelsbohm	07195-71816
<b>Vorstandsdamen</b>	<b>Aigner</b> , Ute	Berglen-Birkenweißbuch	07181-46724
	<b>Fischer</b> Heike	Berglen-Rettersburg	07195-75757
	<b>Hönig</b> , Silvia	Berglen-Streich	07181-77703
	<b>Klenk</b> , Erika	Berglen-Ödernhardt	07195-74277