

**Do., 08.02.2024 Vortrag**  
**„Achtsamkeit und ihre Bedeutung für unser Leben, unser tägliches Miteinander“**  
**Wie vermeiden wir Unachtsamkeit?**

**17:00** Uhr, Gasthaus Gerland Nienbrügge  
Referentin: Monika Bock

Anm.: bis **20. Januar 2024**  
bei Hannelore Minwegen 05725 6600

---

**Do., 14.03.2024 Mitgliederversammlung mit Neuwahlen**

**18:00** Uhr, Gasthaus Gerland Nienbrügge

Anm.: bis **27. Februar 2024**  
bei Hannelore Minwegen 05725 6600

---

**April 2024**  
**Fahrt zur Spargeldiele Winkelmann in Rahden und einer Schleusenfahrt in Minden (einschließlich Kaffeetrinken).**

Anm.: bis **20. Februar 2024**  
bei Hannelore Minwegen 05725 6600

---



*Der Bankeinzug erfolgt zeitnah. Bei kurzfristiger Absage wird eine Bearbeitungsgebühr einbehalten.*

#### **Der Vorstand**

Vorsitzende: Hannelore Minwegen  
Im Ohr 4  
31553 Sachsenhagen  
Tel. 05725-6600

Stellvertreterin: Anne Beckmann

Schriftführerin: Yvonne Schümann

Kassiererin: Waltraud Könemann

Beisitzerinnen: Verena Thalmann  
Kerstin Hantke  
Ursula Wienhold-Ostrowski

#### **Die Ortsvertreterinnen**

Auhagen: Elke Engel  
Claudia Zisting

Düdinghausen: Eva-Maria Rodewald

Sachsenhagen: Annelore Niessner  
Jutta Wulf  
Monika Gemoll

Nienbrügge: Monika Gellrich  
Sibylle Neumann

Wir freuen uns, Ihnen unser Jahres-Programm mit attraktiven und vielfältigen Inhalten präsentieren zu können.

Erleben Sie im LandFrauenverein Sachsenhagen Fachvorträge, Seminare, praktische Kurse, Ausflüge und Besichtigungsfahrten mit Themen zu allen Lebensbereichen: Familie und Gesellschaft, Ernährung und Gesundheit, Kulturelle Bildung und Kreativität, Natur und Umwelt, Integration, Landwirtschaft und Verbraucher.

**Auch Gäste sind bei uns herzlich willkommen!**

*Hannelore Minwegen*



*Sachsenhagen*

**Programm**  
**August 2023 bis**  
**April 2024**

Bildung gibt es bei den  
Landfrauen rund um die Uhr



*Einige Veranstaltungen werden in Zusammenarbeit mit der Ländlichen Erwachsenenbildung durchgeführt und sind mit einem \* gekennzeichnet.*

### Fr., 25.08.2023 „Wir backen Pizzen“

16:00 Uhr, Backhaus Auhagen,  
Unkostenbeitrag ca. 10 €

Anm.: bis **11. August 2023**  
bei Anne Beckmann 05725 3298370

---

### Do., 07.09.2023 Radtour nach Hagenburg

13:30 Uhr ab Gemeindehaus Sachsenhagen  
14:00 Uhr Hof Bothe  
Besichtigung der Gojikulturen, anschließend  
Weiterfahrt zum Hof Drewes-Rust, Altenhagen  
zum Kaffeetrinken  
Kosten: 16 € + (Bankeinzug)  
Anm.: bei Anne Beckmann 05725 3298370

---

### Fr., ab 15.09.2023 und ab 12.01.2024 Bewegung Training für Körper und Geist!

je 10 Vormittage, jeweils freitags, 10 - 11 Uhr  
Übungsleiterin: Kerstin Hantke,  
Neue Sporthalle Sachsenhagen  
Kosten: 35 € (Bankeinzug)

Anm.: bis **25.08. u. 22.12. 2023**  
bei Kerstin Hantke 05725 8929



### Mo., 18.09.2023 Kreative herbstliche Floristik

Ab 18:00 Uhr,  
Blumen Kick, Lange Str. 18a, Hagenburg  
Kosten je: 10 € + Material, (Bezahlung vor Ort)  
max.: 10 Personen

Anm.: bis **04. September 2023**  
bei Ursula Wienhold-Ostrowski, 05725 7336

---



### Di., 19.09.2023 und ab 09.01.2024 Yoga – geistige und körperliche Übung für die Sinne und die Seele

je 10 Abende, jeweils dienstags, 19 - 20 Uhr  
Übungsleiterin: Diana Warkotz  
Neue Sporthalle Sachsenhagen  
Kosten: 85 € (Bankeinzug)  
Anm.: bis **30.08. u. 22.12.2023**  
bei Kerstin Hantke 05725 8929

---

### Sa./So., 30.09./01.10.2023 Erntedankfest

30.09. - 14:00 Uhr, Schmücken der Kirche  
01.10. - 10:00 Uhr, Gottesdienst in der  
Elisabeth Kirche, Sachsenhagen

---

### Sa., 07.10.2023, Frauenfrühstück mit Vortrag: „Mit leichtem Gepäck“

9:30 Uhr, Gasthaus Gerland Nienbrügge  
Referentin: Heidrun Kuhlmann  
Kosten ca.: 20 € (Bankeinzug)

Anm.: bis **25. September 2023**  
bei Hannelore Minwegen 05725 6600

---



### Do., 19.10. bis Sa. 21.10. 2023 Berlinfahrt mit Besichtigung des Bundestages siehe extra Einlage

---

### Do., 09.11.2023 „Kriminalprävention“ Betrugsmaschen per WhatsApp, E-Mail oder per Telefon

19:00 Uhr, Gasthaus Gerland Nienbrügge  
Referent: Tobias Reimann, Polizei Schaumburg

Anm.: bis **1. November 2023**  
bei Anne Beckmann 05725 3298370

---

### Do., 07.12.2023 Weihnachtsfeier mit gemeinsamen Essen

16:00 Uhr, Gasthaus Gerland Nienbrügge  
Weihnachtliche Gebräuche,  
Reflektion der christlichen Bedeutung  
Referentin: Ursula Wienhold-Ostrowski

Kosten: ca.: 25 € (Bankeinzug)  
Anm.: bis **23. November 2023**  
bei Hannelore Minwegen 05725 6600

---

### Sa. 09.12.2023 Adventsmarkt

14:30 Uhr, Sachsenhagen  
Kaffeestube im Ratskeller

---

### Do., 11.01.2024 Vortrag „Die Diva der Organe – die Schilddrüse“

19:00 Uhr, Gasthaus Gerland Nienbrügge  
Referent: Dirk Lohmeier, Heilpraktiker  
Anm.: bis **21. Dezember 2023**  
bei Hannelore Minwegen 05725 6600

---