

Zentrale Veranstaltungen auf Kreisebene

LEB Rheinland-Pfalz in Zusammenarbeit mit dem LandFrauenkreisverband

Melden Sie sich bitte zu jeder Veranstaltung bis spätestens 3 Tage vor dem Termin an.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Die Teilnahmegebühr beträgt 2,50 € für Mitglieder, 4 € bzw. 5 € für Nichtmitglieder bei mehrteiligen Kursen soweit nichts anderes angegeben ist. Um bei mehrteiligen Seminaren (ab 4-teilig und mehr) in den Genuss der Kursgebühr für Mitglieder zu kommen, ist eine Mitgliedschaft von einem Jahr erforderlich.

Grundsätzlich sind die Veranstaltungen in allen Orten nicht auf den Ort begrenzt, sondern für die Landfrauen im gesamten Kreisgebiet offen.

August 2018

ab Mo. 20.08.	Mit-Mach-Tänze
15 – 16:30 Uhr 8-teilig	Für Ü 60: Tanzen mit und ohne Partner. Sie erlernen leichte Schrittfolgen für Kreis-, Gassen-, Folklore und weitere Tänze und verbessern damit die Konzentration, Koordination und Beweglichkeit sozusagen: Mein Körper, Geist und Seele
ab 16:30 – 18 Uhr	Squaredance – Tanzen für diejenigen, die es flotter lieben
8-teilig	Es wird auf flotten Schritten getanzt. Die Teilnehmer haben alle die gleichen Schritte und tanzen verschiedene Schrittfolgen
Ort	Bengelbrunn, Turnhalle
Kursleitung	Irmi Kettermann
Kosten	20 € Mitglieder/32 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Irmi Kettermann, Tel. 02641 9166740 oder Lore Klaes, Tel. 02641 24503
ab Mi. 22.8.	Tanz mit, bleib fit“
18-19Uhr 8-teilig	Tanzen in der Gemeinschaft macht Freude und dient der Gesundheit durch Bewegung und Gedächtnistraining. Im Kurs werden Kreis-Block-Square-Linedance getanzt
Ort	Honerath, Gemeindehaus
Kursleitung	Angelika Stratmann
Kosten	Kursgebühr
Anmeldung	Angelika Stratmann, Tel. 02691 2377

Ausgefallen

ab Fr. 24.08.	Sturzprävention für ältere Menschen „Trittsicher durchs Leben“
9:30 Uhr 6-teilig	Förderung der körperlichen Fitness; Stärkung der Stand- und Gangsicherung als Vorbeugung von Stürzen mit unliebsamen Folgen
Ort	Grafschaft-Gelsdorf, Pfarrheim
Kursleitung	Iris Goeddel
Kosten	Das Projekt wird im Rahmen des Gesundheitsangebotes der SVLFG kostenfrei durchgeführt.
Anmeldung	Birgitt Schäfer, Tel. 02225 7976; e-Mail: birgitt@bf-schaefer.de

September 2018

Sa. 8.09.	Für Naturliebhaber – kleine Wanderung zum Nohner Wasserfall
10.30-16.30 Uhr	Auf der kleinen Wanderung von ca. 6 km lernen Sie die Flora und Fauna am Wegesrand kennen, auch ein wenig Geschichte wird erzählt, eine Einkehr in der Nohner Mühle ist vorgesehen. Mit den privaten PkW's geht es weiter ins Krimiland von Jaques Berndorf
Ort/Treffpunkt	Nohner Mühler, Nohn
Leiterin	Maria Striffler
Teilnahmegeb.	5 € Mitglieder, 8 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Klara Gilles, Tel. 02693 569 (abends), e-mail:gilles-familie@freenet.de

Mo.10.09. Seminar	Kommunikationsgeschick/Schlagfertigkeit für Frauen
10 - 15 Uhr	Im Seminar lernen Sie gelassen zu reagieren, clever zu kontern und schwierige Gesprächssituationen elegant zu meistern.
Ort	Bauern- und Winzerverband, Karl-Tesche-Straße 3, 56073 Koblenz,
Referentin	Anne Weller
Kosten	20 € Mitglieder, 30 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Bis 1.9.18 an Ines Unger, Tel. 0261 9885 1111, e-mail: unger@bwv-net.de

Do.13.09.	Einblick in die solidarische Landwirtschaft
14 - 16 Uhr	Besuch beim Gemüseanbauer. Vorstellung des Projektes Solawi Rhein-Ahr, ökologischer Anbau von Gemüse für die Mitglieder der Initiative
Ort	Betrieb Nuppeney, Im Altenrath 17, 56653 Wehr
Kosten	keine
Anmeldung	Ingrid Strohe, Tel. 02646 1485 (abends); ingrid.strohe@online.de

Sa. 15.09.	Kürbisse gestalten – Großeltern und Enkel gestalten gemeinsam Kürbisse
14 – 16:30 Uhr	Kürbisse dekorativ bemalen/mit Serviettenmotiven gestalten, Gesichter werden mit Acrylfarben fantasievoll aufgemalt bez. Lieblingsmotive von Servietten auf Kürbissen/Zierkürbissen platziert und mit Farbe umrahmt.
Ort	Leimersdorf , Mehrzweckhalle, An der Arche 12 (neben Grundsch.)
Kursleitung	Ulrike Hoffmeyer
Kosten	Kursgebühr zuzügl. Materialkosten
Mitzubringen	Kürbisse sind selbst mitzubringen
Anmeldung	Ulrike Hoffmeyer, Tel. 0163 3900123

15/16.09.	Workshop: Bilder malen mit Acrylfarben
10 -16 Uhr Wochenend-Seminar	Leinwand auf Keilrahmen kann von der Kursleiterin erworben werden, Farben werden anteilig berechnet. Pinsel werden leihweise zur Verfügung gestellt
Ort	Heppingen, Havinganstr. 32, Atelier Hörsch
Kursleitung	Petra Hörsch
Mitzubringen	Küchenrolle
Kursgebühr	35 € Mitglieder / 60 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Petra Hörsch, Tel. 02641/28815 mobil 0171 9549283

Sa. 22.9.	Fantasievolle Herbstdeco aus echten Kürbissen
15 Uhr Doppelstunde	Beim Basteln mit Kürbissen kommt Vorfreude auf die gemütliche Jahreszeit auf. Kürbisse verschiedenster Art und Form werden entweder mit Gesichtern bemalt oder mit Serviettenmotiven beklebt. Bei der Serviettentechnik wird das Motiv einer Serviette auf Kürbisse geklebt und mit Farbe umrahmt. Anschl. werden die Kürbisse versiegelt und mit Bast und Schleifenband dekoriert
Ort	Dedenbach, Eifelgoldhalle
Kursleiterin	Ulrike Hoffmeyer
Kursgebühr	2,50 € Mitglieder/ 5€ Nichtmitglieder Kinder u. Jugendliche 2,50 €
Mitzubringen	Kürbisse in beliebigen Farben und Größen, Servietten mit Lieblingsmotiven, Farben/Deko kann bei Kursl. erworben werden.
Anmeldung	Hedwig Friedsam, Tel. 02646 577, e-mail: edwigfriedsam@web.de

ab 25.9.	Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene
19 Uhr 4 Doppelstd.	Sie nähen unter fachlicher Anleitung Kleidung für sich oder ihre Kinder, Karnevals Kostüme auch Reparaturarbeiten an Kleidung/Tischwäsche – alles ganz nach Belieben
Ort	Dedenbach, Eifelgoldhalle
Kursleiterin	Birgit Theis
Kursgebühr	20 € Mitglieder; 40 € Nichtmitglieder
Mitzubringen	Nähmaschine etc.
Anmeldung	Hedwig Friedsam, Tel. 02646 577, e-mail: hedwigfriedsam@web.de

Oktober 2018

Terminänderung

ab Mo.15.10.	Mit-Mach-Tänze für Tanzfreudige
8-teilig 15-16.30 Uhr	Verschiedene Kreis-, Gassen-, Folklore und Paartänze werden auf unterschiedliche Melodien erlernt und getanzt. Der Kurs macht Spaß und Freude und steigert die Ausdauer und beugt Stürzen vor.
Ort	Bengen, Mehrzweckhalle
Kursleitung	Irmi Kettermann
Kursgebühr	20 € Mitglieder, 32 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Irmi Kettermann, Tel. 02641 9166740, Lore Klaes, Tel. 02641 24503

Mi. 10.10.	Delegiertenfahrt/ -tagung
Ganztags	Fahrt mit dem Bus nach Waldbreitbach, Besuch im Marienhaus Rosa Fleisch-Tagungszentrum, Führung Kloster- und Themengärten, Delegiertenversammlung
	Der Tag ist ein Dankeschön an die Ortsvertreterinnen für ihre Arbeit in den Dörfern; die Einladungen gehen den OV separat zu.

Mi. 10.10.	Brotbackkurs
od. Do. 11.10. 16 - 20 Uhr	Brotbacken wie vor Jahrzehnten – Sauerteig Brot aus dem Steinbackofen, den Teig selbst kneten, die Laibe formen und die Atmosphäre im Backhaus erleben.
Ort	Kirchdaun, Backes, Brunnenstraße 30
Kursleitung	Maria Bugl
Mitzubringen	Schürze, kleiner Korb oder Leinentasche für den Transport des Brotes
Kosten	Kursgebühr zuzügl. Material (Mehl und Holz)
Anmeldung	Bis 28.9. bei Sigrid Bendel, Tel. 02641/6714, ab 29.9. (nicht vorher) Kontakt: Maria Bugl, Tel. 02641 27952

ab Mi.10.10. 8-teilig	„Textiles Gestalten“ mit Hardanger und Weißstickerei
14 und 17 Uhr; Ort	14 Uhr: Dedenbach, Eifelgoldhalle; 17 Uhr: Ahrweiler, BWV, Walporzheimer Straße 173
Kursleitung	Adelheid Jacoby
Kursgebühr	Mitglieder: 20 €, Nichtmitglieder: 40 € pro Person/Kurs
Anmeldung	Dedenbach: Hedwig Friedsam, Tel. 02646 577 Ahrweiler: Adelheid Jacoby, Tel. 02691 4599843

So. 14.10.	25 Jahre Landfrauenchor
ab 14 Uhr Die Damen des Chores würden sich über viele Gäste sehr freuen.	Nach einer Andacht sind alle Landfrauen und Gäste herzlich zum gemütlichen Beisammensein mit Gesangseinlagen der Landfrauen sowie diverser Chöre eingeladen. Die Jagdhornbläser haben ihre Mitwirkung zugesagt. Das weitere Programm befindet sich in der Abstimmung. Ein Kuchenbuffet mit hausgebackenem Kuchen wird vorbereitet
Ort	Dedenbach, Eifelgoldhalle
Kosten	eigener Verzehr

Di. 16.10.	Welche Jeans passt zu welchem Typ? Interaktiver Vortrag
19 Uhr	Bootcut, Röhre, Flarejaens – welche Form passt zu mir, welche Bundhöhe ist vorteilhaft? Kombinationsmöglichkeiten werden aufgeführt
Ort	Holzweiler, Jugendheim
Kursleitung	Soraya Frie
Kursgebühr	2,50 € Mitgl./ 4 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Ursula Heinzen, Tel. 02641 5734, e-mail: heinzenursula@googlemail.com

ab Mi. 17.10.	Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene
19 Uhr 4 Doppelstd.	Sie nähen unter fachlicher Anleitung Kleidung für sich oder ihre Kinder, Karnevals Kostüme auch Reparaturarbeiten an Kleidung/Tischwäsche – alles ganz nach Belieben
Ort	Antweiler, Gemeindehaus
Kursleiterin	Birgit Theis
Kursgebühr	20 € Mitglieder; 40 € Nichtmitglieder
Mitzubringen	Nähmaschine etc.
Anmeldung	Marlene Birk-Schmitz, Tel. 02693 448

Do. 18.10.	„One-Pot-Cooking“ – schnelle Gerichte aus einem Topf (Vortrag, Vorführung, Kostproben, Rezepte)
19 Uhr	Wenn es schnell gehen muss: Alle Zutaten in einen Topf schichten, Flüssigkeit dazu geben, damit keine Röstaromen gebildet werden. Tolle Rezepte überzeugen von der Art der Zubereitung (Brotaufstrich, Erbsen-Smoothie oder Mittagessen im Glas, Partytopf, Nachtsch)
Ort	Löhndorf, Heribertusstr. 24
Kursleitung	Elke Krause
Kursgebühr	2,50 €Mitgl./4 € Nichtmitgl. zuzügl. Umlage für Lebensmittel
Anmeldung	Elvira Schepers, Tel.02642 5845, e-mail: schepers@aol.com



Fr. 19.10.	„Die Sprache der Organe“
19 Uhr	Ein Vortrag, der vielleicht erklärt, warum uns „eine Laus über die Leber laufen“ kann.....; Wahrnehmungsübungen lockern die Veranstaltung auf. Gelegenheit Fragen zu stellen
Ort	Heimersheim, Pfarrsaal, Heppinger Str. 12
Referentin	Dr. med. Anne Wolff, Bad Neuenahr (Fachärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Akupunktur)
Kosten	2,50 € Mitglieder, 5,00 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Brigitte Ley, Tel. 02641 1633

20./21.10. ganztags	Tag der offenen Höfe, Gelsdorf – Hof Münch
	Landfrauen präsentieren sich mit Selbstgemachtem für Babys, Accessoières für Erwachsene Marmeladen, Gelees, Handarbeiten etc., Mitmachkurs: Acrylmalen mit Petra Hörsch
	Kaffee, Kuchen, Waffeln im Innenhof des landwirtschaftlichen Betriebes
Ort	Betrieb Münch, Ortsmitte

Di. 23.10.	Fröhlicher Tanznachmittag
14-17 Uhr	Nach Erklärungen leichter Schrittfolgen werden Kreis,- Gassen,- Line und Folkloretänze getanzt. Tanzpartner sind nicht erforderlich.
Ort	Ahrstraße, Dernaу Gäste dürfen gerne mitmachen.
Kursleiterin	Irmi Kettermann, ausgebildete Seniorentanzleiterin
Kosten	Mitglieder 10,50 €, Nichtmitglieder 13,00 € incl. 2 Stück Kuchen und Kaffee bzw. Tee unbeschränkt. Wenn kein Kaffeegedeck gewünscht wird, ist dies bei Anmeldung anzugeben!
Anmeldung	Irmi Kettermann, Tel. 02641 9166740, Geschäftsstelle dienstags 9-12 Uhr, Tel 02641 9029141, e-Mail landfrauen.aw@bwv-net

Sa. 27.10.	Fantasievolle Herbstdeco aus echten Kürbissen
15 Uhr Doppelstunde	Beim Basteln mit Kürbissen kommt Vorfreude auf die gemütliche Jahreszeit auf. Kürbisse verschiedenster Art und Form werden entweder mit Gesichtern bemalt oder mit Serviettenmotiven beklebt. Bei der Serviettentechnik wird das Motiv einer Serviette auf Kürbisse geklebt und mit Farbe umrahmt. Anschl. werden die Kürbisse versiegelt und mit Bast und Schleifenband dekoriert
Ort	Ahrweiler, BWV, Walporzheimer Str. 173
Kursleiterin	Ulrike Hoffmeyer
Kursgebühr	2,50 € Mitglieder/ 5€ Nichtmitglieder; Kinder u. Jugendliche 2,50 €
Mitzubringen	Kürbisse in beliebigen Farben und Größen, Servietten mit Lieblingsmotiven, Farben/Deko kann bei Kursl. erworben werden.
Anmeldung	Ulrike Hoffmeyer, Tel. 02641-900123; mobil:0163-3900123



Do. 29.10.	Backen mit LUMARA
19 Uhr	Thema: Flott von der Rolle, gekonnt Biskuitrollen und ähnliches zaubern.
Ort	Löhndorf, Heribertusstr. 24
Kursleitung	Frau Pulger
Kursgebühr	Spende
	Höchstbeteiligung 12 Personen
Anmeldung	Bis 25.10.18 an Tel. 02642 5845; e- mail:schepers@aol.com

Mo.29./30.10	Lebendige Dörfer gestalten –regionale Identität stärken
Seminar	
In Kooperation mit der Agrarsozialen Gesellschaft, LAG Hunsrück, LWK RheinIPfalz	Seminar für Ideenträger aus Vereinen und Politik. Es werden zahlreiche Beispiele zur Regionalentwicklung angeführt, die dazu dienen sollen, die Menschen in der Region zu behalten, es geht um Wirtschaftsförderung, Direktvermarktung, Einkommenssicherung regionaler Betriebe, Zusammenleben im Alter etc.
Ort	Jugendherberge Oberwesel
Kosten	Ca. 60 €
Anmeldung	Andrea Schwahn, Tel. 0671 793 1146, e-mail: andrea.schwahn@lwk-rlp.de

Mi.31.10.	Gemüse und Gewürze clever kombiniert
15 Uhr	Sie machen einen Ausflug in die Welt der Gewürze und Aromen und erfahren wie Sie neben dem klassischen Würzen mit Salz, Pfeffer, Paprika ihre Gerichte geschmacklich und farblich aufpeppen können. Kurkuma, Galgant oder Kardamom kommen zum Einsatz; ungewöhnliche Zubereitungsmethoden und praktische Anregungen werden vermittelt.
Ort	Antweiler, Gemeindehaus
Referentin	Brigitte Weis-Lehmler, DLR Westerwald-Osteifel
Kosten	Anteilige Lebensmittel für Kostproben
Anmeldung	Marlene Birk-Schmitz, Tel. 02693 448
	Mindestteilnehmer 20 Personen

November 2018

Fr. 2.11.	Busfahrt zur Kreativmesse nach Frankfurt
Abfahrt	6.45 Uhr Adenau, Möbel Bell
ggfs. weitere Zustiege entlang der Ahrstrecke möglich.	6.50 Uhr Leimbach
	7.00 Uhr Dümpelfeld
	7.15 Uhr Dernau Haltestelle Höhe Winzerverein
	7.30 Uhr Ahrweiler Bushaltestelle Walporzheimer Straße
	7.45 Uhr Heimersheim Friedhof
	8.00 Uhr Niederzissen, Mitfahrparkplatz
Kosten	Anteilige Fahrkosten (Nichtmitglieder zahlen einen höheren Anteil) sowie Eintritt werden im Bus gezahlt (Preis richtet sich nach der Teilnehmerzahl)
Anmeldung	Tel. 02646/1485 abends, e-Mail: ingrid.strohe@online.de

Di. 06.11.	„Fit mit heimischem Superfood – einfach super gut!“ Vortrag, Vorführung, Kostproben, Rezepte
14:30 Uhr	Aufklärung über Superfood und heimische Alternativen einsetzen, Raffinierte Rezepte testen und kosten
Ort	Dedenbach, Eifelgoldhalle
Kursleitung	Elke Krause
Kosten	2,50 €Mitgl./4 € Nichtmitgl. zuzügl. Umlage für Lebensmittel
Anmeldung	Hedwig Friedsam, Tel. 02646 577, e-mail: hedwigfriedsam@web.de

Mi. 7.11.	Butter – hier kommt Genuss aufs Brot; Sahne und Kaffee – die perfekte Liaison
19 Uhr	Wissensvermittlung zur Bedeutung von Butter und Sahne in der Ernährung, Warenkunde. Delikate Buttermischungen, dekorative Buttervariationen – Trendige Brote und Snacks werden gereicht
Ort	Schuld, Pfarrheim
Kursleiterin	Hiltrud Schappert, Milag
Kosten	3 € für Lebensmittel zur Verkostung
Anmeldung	Roswitha Larscheid, Tel. 02695 673, e-mail: latobi@gmx.de
	Mindestteilnehmer 25 Personen

Mi.14.11.	„Fit mit heimischem Superfood – einfach super gut!“ Vortrag, Vorführung, Kostproben, Rezepte
19 Uhr	Aufklärung über Superfood; Vorstellung heimischer Alternativen; raffinierte Rezepte testen und kosten
Ort	Antweiler, Gemeindehaus
Kursleiterin	Elke Krause
Kursgebühr	zuzüglich Umlage für Lebensmittel
Anmeldung	Marlene Birk-Schmitz, Tel. 02693 448

Di. 20.11.	„Fit mit heimischem Superfood – einfach super gut!“ Vortrag, Vorführung, Kostproben, Rezepte
19 Uhr	Aufklärung über Superfood und heimische Alternativen einsetzen, raffinierte Rezepte testen und kosten
Ort	Quiddelbach, Gemeindehaus
Kursleitung	Elke Krause
Kosten	Gebühr zuzügl. Umlage für Lebensmittel
Anmeldung	Renate Weber, Tel. 02691 7395

Sa. 24.11.	Advents- und Weihnachtsfloristik
15 Uhr	Material kann mitgebracht oder bei der Leiterin erworben werden.
Ort	Quiddelbach, Gemeindehaus
Kursleitung	Elke Hennes
Kosten	Kursgebühr zuzügl. Material
Anmeldung	Renate Weber, Tel. 02691 7395

Do. 29.11.	Einstimmung in den Advent mit Diakon Willibert Pauels
14 Uhr	Thema: „Keine Ahnung was Advent bedeutet – bin ich Jesus?!“
Ort	Culinarium – ehemals Weinbauverein, Ahrstraße, Dernau
Referent	Willibert Pauels bekannt als Diakon – aber auch als Komödiant im rheinischen Karneval. Er verbindet die beiden Berufe und sagt dazu, sie seien artverwandt. Bei beiden ginge es darum, die Menschen von ihren Ängsten zu befreien. Er ist Theologe und versteht es mit seinem Humor als „bergische Jong“ das Heilige und Profane unterhaltsam vorzutragen.
Programm	Vortrag und Rahmenprogramm mit Kaffee und Kuchen
besonderer Hinweis	Wir bitten um Verständnis, dass aus organisatorischen Gründen nur Kuchengedecke gereicht werden; in Ausnahmefällen (z.B. Diabetiker) können gegen Vorauszahlung Schnittchen bestellt werden (Käse oder gekochter Schinken), dies sollte bei der Anmeldung angegeben werden, der Betrag von 7,90 € ist bis zum 20.11.2018 auf das Konto der Landfrauen DE79 5776 1591 0502 0764 00 zu überweisen. Kuchenverzehr wird vor Ort bezahlt.
Kosten	7,90 € Kuchengedeck für 2 Stücke Kuchen (gedeckter Apfel und Nussahnetorte) sowie Kaffee oder Tee „satt“
Anmeldung	abends 02646 1485 od. Geschäftsst. dienstags 9-12 Uhr: 02641 9029141

Fr.30.11.	Frauenlandtag für Landfrauen
11-17:30 Uhr	Landfrauen melden sich in Mainz zu Wort, es werden Videoclips mit Botschaften von Landfrauen übertragen und Gesprächsrunden geführt mit Präsidentinnen der Landesverbände, der Ministerpräsidentin, Vertretern der Landtagsfraktionen sowie aus kommunalen Parlamenten und Räten
Ort	Landtag im Landesmuseum, Große Bleich 49, 56116 Mainz
Kosten	10 €
Anmerkung	Anreise nach Mainz kann in Fahrgemeinschaften geschehen
Anmeldung	Ines Unger, Tel. 0261 9885 1111, e-mail: unger@bwv-net.de

Dezember 2018

Mo. 3.12.	Einstimmung in den Advent mit Diakon Willibert Pauels
14 Uhr	Thema: „Keine Ahnung was Advent bedeutet – bin ich Jesus?!“
Ort	Dünalü-Halle, Dümpelfeld
Referent	Willibert Pauels bekannt als Diakon – aber auch als Komödiant im rheinischen Karneval. Er verbindet die beiden Berufe und sagt dazu, sie seien artverwandt. Bei beiden ginge es darum, die Menschen von ihren Ängsten zu befreien. Er ist Theologe, der es mit seinem Humor versteht als „bergische Jong“ das Heilige und Profane unterhaltsam vorzutragen.
Programm	Vortrag und Rahmenprogramm mit Kaffee und Kuchen
Kosten	eigener Verzehr
Anmeldung	Klara Gilles, Tel. 02693 569 (abends) oder e-mail: gilles-familie@freenet.de

Di. 11.12.	Sicher im Internet Crashkurs für Anfänger
19 Uhr	Sie lernen wie Sie sorgenfrei und gefahrenlos das Internet nutzen können: Was ist Internet? Wo und welche Gefahren lauern im Internet? Was ist zu beachten beim Internet-Shopping und Online-Banking und bei Emails? Wie schütze ich mich vor Hackern, Viren Trojanern etc. und weitere kleine Tricks.
Ort	Ahrweiler, BWV, Walporzheimer Straße 173
Referent	Manfred Kloer
Kursgebühr	2,50 € Mitglieder, 5 € Nichtmitglieder
Mitzubringen	Notizblock
Anmeldung	e-mail: mkl28@web.de od. 02641-3099646

Fr. 14.12.	Welche Jeans passt zu welchem Typ? Interaktiver Vortrag
19 Uhr	Bootcut, Röhre, Flarejaens – welche Form passt zu mir, welche Bundhöhe ist vorteilhaft? Kombinationsmöglichkeiten werden aufgeführt
Ort	Franken, Feuerwehrhaus
Kursleitung	Soraya Frie
Kursgebühr	2,50 € Mitgl./ 4 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Mathilde Polch, Tel. 02636 7607, e-mail: josef-polch@freenet.de

Januar 2019

Sa. 12.01.	Fahrtentreffen Lehrfahrt Passauer Land
14 Uhr	Es werden die Berichte von der Lehrfahrt vorgestellt und verteilt sowie durch eine Präsentation der Bilder die Fahrt in Erinnerung gerufen
Ort	Schuld, Hotel zur Linde
Anmeldung	Ingrid Strohe, Tel. 02646 1485 oder Hotel zur Linde, Tel. 02695 201 (Bus ab Brohltal wird zum Transfer eingesetzt; Gäste willkommen)
ab Di. 15.01. 8-teilig	„Tanz mit, bleib fit“
18-19 Uhr alle 2 Wochen	Tanzen in der Gemeinschaft macht Freude und dient der Gesundheit durch Bewegung und Gedächtnistraining. Im Kurs werden Kreis-Block-Square-Linedance vorgestellt und getanzt
Ort	Honerath, Gemeindehaus
Kursleiterin	Angelika Stratmann
Kosten	Kursgebühr
Anmeldung	Angelika Stratmann, Tel. 02691 2377
ab Do. 17.01.	Bildbearbeitung am PC mit GIMP
18-19:30 Uhr 2-teilig	In diesem Kurs lernen Sie Bilder und Ihre Fotos einfach zu bearbeiten, zu verbessern, zu verändern, in Dokumente einzubinden mit der kostenlosen Software GIMP
Ort	Dedenbach, Alte Kirchstraße 15
Kursleitung	Manfred Kloer
Kosten	2,50 € Mitglieder, 5 € Nichtmitglieder
Mitzubringen	Laptop mit Betriebssystem Windows
Anmeldung	e-mail: mkl28@web.de od. 02641-3099646
Mi.23.01.	Gemüse und Gewürze clever kombiniert
15 Uhr	Sie machen einen Ausflug in die Welt der Gewürze und Aromen und erfahren wie Sie neben dem klassischen Würzen mit Salz, Pfeffer, Paprika ihre Gerichte geschmacklich und farblich aufpeppen können. Kurkuma, Galgant oder Kardamom kommen zum Einsatz; ungewöhnliche Zubereitungsmethoden und praktische Anregungen werden vermittelt.
Mindest-Teilnehmerzahl 20 Personen	
Ort	Dedenbach, Eifelgoldhalle
Referentin	Brigitte Weis-Lehmler, DLR Westerwald-Osteifel
Kosten	Anteilige Lebensmittel für Kostproben
Anmeldung	Hedwig Friedsam, Tel. 02646 577, mail: hedwigfriedsam@web.de

Do.24.01.	Genießen mit den Milchfrischen – die süße Verführung
18 Uhr	Sie erfahren was man über Sahne- und Sauermilchprodukte wissen sollte; leckere Desserts werden hergerichtet und probiert
Ort	Brenk, Phonolithhalle
Kursleiterin	Hiltrud Schappet, Milag
Kursgebühr	zuzüglich Umlage für Lebensmittel
Anmeldung	Simone Danzebrink, Tel. 02655 962069; e-mail: simone@danzebrink.net
	Mindestteilnehmerzahl 25 Personen

Februar 2019


ab Di. 5.02.	Beanie-Mütze häkeln/stricken
18:15 Uhr 3-teilig	Beanies trägt man im Winter beim Sport oder einfach nur als cooles Accessoire zum Stadtbummel oder Waldspaziergang. Am Wohlsten fühlt man sich natürlich, wenn die Mütze selbst gemacht wurde.
Ort	Hümmel, Dorfgemeinschaftshaus
Kursleiterin	Elke Bartsch
Mitzubringen	Wolle und Nadeln, können aber auch bei der Kursleiterin erworben werden
Kosten	Kursgebühr; ggfs. zuzügl. Material
Anmeldung	Gisela Heinrichs, Tel. 02694 707



Fr. 8.02.	„Die Sprache der Organe“
19 Uhr	Ein Vortrag, der vielleicht erklärt, warum uns „eine Laus über die Leber laufen“ kann.....; Wahrnehmungsübungen lockern die Veranstaltung auf. Gelegenheit Fragen zu stellen
Ort	Franken, Feuerwehrhaus
Referentin	Dr. med. Anne Wolff, Bad Neuenahr, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Akupunktur
Kosten	Kursgebühr
Anmeldung	Mathilde Polch, Tel. 02636 7607, e-mail: josef-polch@freenet.de

Mo. 11.02.	Gesunde Ernährung für gesunde Knochen
18 Uhr	Vortrag und praktische Tipps, knochenstarke Rezepte werden vorgestellt, zubereitet und verkostet.
Ort	Antweiler, Gemeindehaus
Kursleiterin	Hiltrud Schappert, Milag
Kosten	3 € für Lebensmittel zur Verkostung
Anmeldung	Marlene Birk-Schmitz, Tel. 02693 448
	Mindestteilnehmer 25 Personen

ab Di. 12.02.	Bildbearbeitung am PC mit GIMP
18:30-20 Uhr 2-teilig	In diesem Kurs lernen Sie Bilder und Ihre Fotos einfach zu bearbeiten, zu verbessern, zu verändern, in Dokumente einzubinden mit der kostenlosen Software GIMP
Ort	Ahrweiler, BWV, Walporzheimer Str. 173
Kursleiter	Manfred Kloer
Kosten	2,50 € Mitglieder, 5 € Nichtmitglieder
Mitzubringen	Laptop mit Betriebssystem Windows
Anmeldung	e-mail: mkl28@web.de od. 02641-3099646

Fr. 22.02.	Landfrauen feiern Karneval	
15:11 Uhr	Karnevalistisches Treiben im Kreise der Landfrauen mit Tanz zu Lifemusik. Anmeldung von Beiträgen für die Bütt und Busfahrt erbeten. Bei Bedarf wird ein Bus für den Bereich Brohltal / Ahrweiler eingesetzt.	
Ort	Barweiler, Gasthaus Hüllen	
Anmeldung	Ingrid Strohe, Tel. 02646 /1485 oder Gasthaus Hüllen 02691/7520	
Hinweis:	Die Einzelheiten werden im Rundschreiben Januar 2018 mitgeteilt.	



März 2019

Mi. 13.03.	Sicher im Internet (Crashkurs für Anfänger)
18:30 -20 Uhr	Sie lernen wie Sie sorgenfrei und gefahrenlos das Internet nutzen können: Was ist Internet? Wo und welche Gefahren lauern im Internet? Was ist zu beachten beim Internet-Shopping und Online-Banking und bei Emails? Wie schütze ich mich vor Hackern, Viren Trojanern etc. und weitere kleine Tricks.
Ort	Quiddelbach, Gemeindehaus
Kursleiter	Manfred Kloer
Mitzubringen	Notizblock
Kursgebühr	2,50 € Mitglieder; 5,00 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Renate Weber, Tel. 02691 7395, e-mail:renate.weber52@web.de

16/17.03.	Workshop: Bilder malen mit Acrylfarben
10 -16 Uhr Wochenend- Seminar	Leinwand auf Keilrahmen kann von der Kursleiterin erworben werden, Farben werden anteilig berechnet. Pinsel werden leihweise zur Verfügung gestellt
Ort	Heppingen, Havinganstr. 32, Atelier Hörsch
Kursleitung	Petra Hörsch
Mitzubringen	Küchenrolle
Kursgebühr	35 € Mitglieder / 60 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Petra Hörsch, Tel. 02641/28815 mobil 0171 9549283



So. 24.03.	"Informations-Messe für Frauen - Fit, Fun, Food und Style"
ganztags	Ein Wohlfühltag, bei dem heimische Anbieter ihre Produktpaletten vorstellen. Aktionen und Beratungen (z.B. Stilberatung, Maniküre, Massage) werden durchgeführt. Ein Bühnenprogramm mit Fachbeiträgen und Unterhaltung ist geplant. Einzelheiten im Januarrundschreiben.
Ort	Schuld, Schützenhalle

April 2019

Mi. 03.04.	Wir besuchen das Druckzentrum der Rhein-Zeitung in Koblenz
20.00 Uhr Abfahrt Ahrw. 19 Uhr, Zustiege Ahrstrecke	Wir fahren gemeinsam mit dem Bus nach Koblenz zum Druckhaus der RZ. Während des 2-stündigen Aufenthaltes erklärt ein Referent der Rhein-Zeitung die Abläufe/Produktion der regionalen Tageszeitung. Er führt Sie durch den abendlichen Betrieb im Druckerhaus. Ein Imbiss wird gereicht
Ort	Koblenz, Druckhaus/Medienzentrum, Mittelrheinstraße 2
Kosten	Anteilige Buskosten je nach Teilnehmerzahl
Anmeldung	Ingrid Strohe, Tel. 02646 1485 –abends; e-mail. Ingrid.strohe@online.de Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Die Teilnehmerzahl ist auf 50 Personen begrenzt. Geben Sie bitte den gewünschten Zustiegsort an.
ab Mi. 10.04.	Crashkurs Word für Windows 2010 und Open Office Writer (für Anfänger und Fortgeschrittene)
18:30 - 20 Uhr 4 tägig	Sie lernen die gängigen Funktionen von WORD / WRITER: Einen Brief mit Briefkopf erstellen, formatieren, Bilder und Grafiken einfügen, Tabellen erstellen, Karten und Flyer, speichern und drucken.
Ort	Antweiler, Dorfgemeinschaftshaus
Kursleitung	Manfred Kloer
Kosten	Mitglieder 10,00 € / Nichtmitglieder 20,00 €
Mitzubringen	Laptop oder Tablet-Computer mit Microsoft WORD for Windows 2010 bzw. Open Office – Writer
Anmeldung	Marlene Birk-Schmitz, Tel. 02693 448
Fr. 12.04.	Aktionstag gegen Lebensmittelverschwendung
8-13.30 Uhr	In Zusammenwirken mit der Ernährungsberatung am Dienstleistungszentrum Ländlicher Raum Westerwald-Osteifel machen die Landfrauen auf den sorgsam Umgang mit Lebensmitteln aufmerksam. Im Kochbus des Landes Rheinland-Pfalz werden Lebensmittelreste zu geschmackvollen Genüssen gezaubert. Kostproben werden verteilt.
Ort	Ahrweiler Wochenmarkt

Mi. 24.04.	„Fit mit heimischem Superfood – einfach super gut!“ Vortrag, Vorführung, Kostproben, Rezepte
19 Uhr	Aufklärung über Superfood; Vorstellung heimischer Alternativen; raffinierte Rezepte testen und kosten
Ort	Brenk, Phonolithhalle
Kursleiterin	Elke Krause
Kursgebühr	zuzüglich Umlage für Lebensmittel
Anmeldung	Simone Danzebrink, Tel. 02655 962069; e-mail: simone@danzebrink.net

Mai 2019

Do. 9.05.	„Fit mit heimischem Superfood – einfach super gut!“ Vortrag, Vorführung, Kostproben, Rezepte
19 Uhr	Aufklärung über Superfood, Vorstellung heimischer Alternativen, raffinierte Rezepte testen und kosten
Ort	Ahrweiler, BWV, Walporzheimer Str. 173
Kursleitung	Elke Krause
Kursgebühr	Zuzüglich Umlage für Lebensmittel
Anmeldung	Annegret Kelter, Tel. 02641 5557, e-mail: bernd-annegret-kelter@t-online.de

Sa. 11.05.	Wildkräuter am Wallfahrtsweg Schornkapelle Schuld
14 Uhr	Sie lernen die Wildkräuter kennen, ihre Bedeutung und deren Nutzen für den Menschen sowie die unterschiedlichsten Verwendungsmöglichkeiten
Treffpunkt	Parkplatz Friedhof Schuld
Leitung	Maria Striffler
Kursgebühr	Mitglieder 2,50 €, Nichtmitglieder 5,00 €
Anmeldung	Roswitha Larscheid, Tel. 02695 673, e-mail: latobi@gmx.de

Sa. 18.05.	Die Kraft der wilder Kräuter
14 Uhr	Wildkräuterverarbeitung in der Küche
Ort	Schuld, Pfarrheim
Kursleitung	Maria Striffler
Kursgebühr	wie 11.5.19, zuzüglich anteilige Kosten für Lebensmittel
Anmeldung	Roswitha Larscheid, Tel. 02695 673, e-mail: latobi@gmx.de

Juni 2019

ab Mo. 03.06.	Bildungstage für Landfrauen in Maria Rast
Termin bitte vormerken	Einzelheiten werden im Rundschreiben Januar 2019 mitgeteilt.
Mi. 26.06.	Ein Nachmittag für unsere Seniorinnen
14 Uhr	Ungezwungen plaudern, Erfahrungen von früher austauschen und Gemeinschaft erleben.
Ort	Schuld, Hotel zur Linde
Programm	wird derzeit vorbereitet, Wer Beiträge, Gedichte, Geschichten vortragen oder Bilder zur Verfügung stellen möchte, melde sich bitte jetzt schon bei der Vorsitzenden
Kosten	eigener Verzehr
Anmeldung	Ingrid Strohe, Tel. 02646 1485, bei Bedarf wird ein Bus eingesetzt

Juli 2019

Sa. 13.07.	Frauentag im Land der erloschenen Vulkane
10.30-17 Uhr	In Fahrgemeinschaften zur Burgolbrück, Besuch/Erklärung des Kräutergarten, Turmbesteigung, weiter mit dem Auto zum Rodder Maar mit einem Saum blühender Seekanne....., Gelegenheit zur Einkehr im Maarhof, Je nach Wunsch auf der Rückfahrt Bausenberg, Europas besterhaltener Schlackenvulkan
Ort/Treffpunkt	Parkplatz Burg Olbrück
Leitung	Maria Striffler
Kosten	5 € Mitglieder, 6 € Nichtmitglieder
Anmeldung	Ingrid Strohe, Tel. 02646 1485, e-mail:ingrid.strohe@online.de



Praktische Kurse auf Ortsebene

Termine werden in allen Orten nach Terminabsprache mit den Kursleiterinnen durchgeführt; (Mindestteilnehmer: 10 Personen)

Nahrungszubereitung (Einführung, Vortrag und Vorführung)

"Fit mit heimischem Superfood – einfach super gut!"

Die Versprechen rund um Superfood sind gewaltig. Heimische Lebensmittel bieten oft mehr und kosten nur einen Bruchteil der importierten Waren. Die Kursleiterin klärt auf und stellt Rezepte in ungewöhnlichen Zusammenstellungen vor. Informationen und Warenkunde runden den Vortrag ab. Rezeptblätter verführen zum Nachkochen daheim.

Kursgebühren ohne Lebensmittelkosten

Mitglieder/Nichtmitgl.: 2,50 Euro/ 4,00 Euro pro Veranstaltung

Kursleiterin: Elke Krause, Lederbach 6

56746 Lederbach, Tel. 02655/1843

Ernährungsbildung für Kinder und Jugendliche

Altersgerechte Mitmachkurse mit neuen Themen in diesem Jahr:

"Her mit dem Gemüse" - Kinder lernen Kochen

Kinder kochen gemeinsam unter der Anleitung einer qualifizierten Kursleiterin für Ernährungsbildung. Sie lernen den Geschmack und die Verarbeitung von unterschiedlichen Gemüsesorten kennen. Jedes Kind erhält ein Kochbuch zum Nachkochen daheim.

"Fastfood – einfach selbst gemacht"

In den Mitmachkursen erfahren die Jugendlichen, wie sie beliebte Fastfood-Gerichte einfach selbst herstellen können. Bei diesen Rezepten weiß Jede und Jeder, was auf die Teller kommt! Das Kocherlebnis und das gemeinsame Verkosten machen Spaß. Rezeptkarten werden ausgegeben.

Kursgebühren ohne Lebensmittelkosten

Mitglieder/Nichtmitgl.: 2,50 Euro/ 4,00 Euro pro Veranstaltung

Kursleiterin: Magret Nelles-Lawnik, Karlshof

53501 Nierendorf, Tel. 02641-27144

E-Mail: margret.nl@t-online.de

Malen mit Acrylfarben

Schritt für Schritt Freude am Malen entdecken!

6-teiliges Seminar bzw. Wochenendseminare

Kursgebühr ohne Material

Mitglieder/Nichtmitgl.: 35 € /60 € pro Person und Kurs

Kursleiterin: Petra Hörsch, Havingenstr. 32
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
Tel. 02641/28815, mobil: 0171 9549283
E-mail: petra.hoersch@online.de

Kreatives Gestalten -Effektvolle Heimdekoration /individuelle Geschenke durch fantasievoll gestaltete Leuchtkugeln und Lampen

Acrylkugeln und Tischlampen werden mit transparenter Strohseide beklebt, ggf. mit Lichterketten bestückt und Sprüchen verziert.

Zusätzlich können sie mit Kordeln, Bändern und Dekomaterial fantasievoll ausgestaltet werden. Sämtliches Material kann vor Ort erworben werden.

Dekoschalen, Vasen etc. zum Ausdekorieren können mitgebracht werden.

Kursgebühr ohne Material:

Mitglieder/Nichtmitgl.: 2,50 €/5,00 € pro Person und Kurs

Kursleiterin: Ulrike Hoffmeyer, Niederhutstr. 54
53474 Ahrweiler, Tel. 02641/900123; mobil: 0163-3900123

Acrylmalen in 3D-Technik

Schritt für Schritt werden Bilder auf Holzkeilrahmen mit Acrylfarben, Naturmaterialien, Sand, Metall und/oder Papierschnipsel in 3D-Optik fantasievoll hergestellt. Acrylfarbe kann sowohl mit dem Pinsel vermalt, mit einem Schwamm verwischt, aber auch mit einem Spachtel aufgetragen oder mit einer Bürste aufgespritzt werden. Die Kombination aus diesen Techniken ermöglicht einen individuellen Gestaltungsspielraum.

Vorkenntnisse und besonderes Geschick zum Malen sind nicht erforderlich.

Sämtliches Material kann bei der Kursleiterin erworben werden.

2-teiliger Kurs (aneinanderhängend an einem Tag)

Kursgebühr ohne Material

Mitglieder/Nichtmitgl.: 5,00 € /10 € pro Person und Doppelkurs

Kursleiterin: Ulrike Hoffmeyer, Niederhutstr. 54
53474 Ahrweiler, Tel. 02641/900123; mobil: 0163-3900123

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

8-teiliges Seminar

Kursgebühr ohne Material

Mitglieder/Nichtmitgl: 20,00 €/40 € pro Person und Kurs

Kursleiterin: Birgit Theis, Keltenstraße 21,
56753 Pillig, Tel. 02605/960333, E-Mail:
birgit.theis@googlemail.com

Hardanger Stickerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Einführung in die Technik

(Vortrag mit Demonstration und praktischen Übungen)

8-teiliges Seminar

Mitzubringen: Spitze Stickschere, Nadeln ohne Spitze, Zählstoff, Perlgarn und Stickrahmen

Kursgebühr ohne Material

Mitglieder: 20,00 Euro pro Person und Kurs

Nichtmitglieder: 40,00 Euro pro Person und Kurs

Kursleiterin: Adelheid Jacoby, Wimbachstr. 47
53518 Adenau, Tel. 02691/4599843
E-Mail: Ajacoby@gmx.de

Halsketten individuell selbst gestalten

In verschiedenen Techniken und Herstellungsarten werden Halsketten aus Glasperlen, echten Steinen, Zuchtperlen individuell gestaltet.

Material kann bei der Kursleiterin erworben werden

Kursgebühr ohne Material

Mitglieder/Nichtmitgl: 2,50 € /4,00 € pro Person und Kurs

Kursleiterin: Gisela Blortz, Pützstr. 5, 53501 Holzweiler,
Tel.: 02641 4526, E-Mail: Gisela-blortz@t-online.de

Floristik für drinnen und draußen – passend zu jeder Jahreszeit

Unter fachlicher Anleitung können Sie Ihre Dekorationen gestalten.

Materialien können mitgebracht oder bei der Kursleiterin erworben werden.

Kursgebühr ohne Material

Mitglieder/Nichtmitgl: 2,50 €/4,00 € pro Person und Kurs

Kursleiterin: Elke Hennes, Fischerweg 12, 53340 Meckenheim
Tel.: 02225/10687, 02641/359865, 0171 5075967
E-Mail: elkehennes@web.de