# Jahresprogramm

2023/2024



# LandFrauenverband Vulkaneifel

Postfach 1206 – 54544 Daun www.landfrauen-vulkaneifel.de

<u>info@landfrauen-vulkaneifel.de</u> Facebook: LandFrauenverband Vulkaneifel





### WIR HABEN NOCH PLATZ DAFÜR!



- → BÜROFLÄCHEN
- → SEMINAR- UND TAGUNGSRÄUME

AB 70,00 € TAGESPAUSCHALE

Technologie- und Gründerzentrum Daun GmbH Konrad-Zuse-Straße 3 | 54552 Nerdlen Fon 06592 9827-10 | E-Mail diane.schnieder@tgz-daun.de | www.tgz-daun.de

### Liebe LandFrauen, verehrte Mitglieder,

ein bewegendes und ereignisreiches Jahr neigt sich für unseren LandFrauenverband dem Ende zu. Hauptaugenmerk galt unserer Jubliläumsveranstaltung zum 70jährigen Bestehen des LFV Vulkaneifel am 03.06.2023. Die Vorarbeiten begannen natürlich bereits im Vorjahr, aber je näher das Fest rückte, desto mehr klärende Fragen kamen auf uns zu. Sicher kennen Sie diese Situation auchdie Frage "Haben wir an alles gedacht? Wie wird das Wetter? und, und...". Aber der Wettergott war uns mehr als wohlwollend aesinnt.

Oktober 2023



Wir konnten unter strahlendem, blauem Himmel an der historischen Stadtmauer in Hillesheim unser Jubiläum mit vielen Gästen feiern. Dieser Ort wurde natürlich nicht willkürlich ausgesucht, denn vor 70 Jahren wurde hier in Hillesheim die Idee geboren eine Landfrauenvereinigung zu gründen und bereits 1971 führte dies mit dem Zusammenschluss der Dauner und Hillesheimer Landwirtschaftsschulen zum LandFrauenverband Vulkaneifel. Seither ist in der Entwicklungsgeschichte der LandFrauen wahnsinnig viel passiert – wir haben immer an der Weiterbildung in den beruflichen, sozialen, politischen, kulturellen, gesundheitserziehenden und allgemeinbildenden Bereichen "mitgemischt". So lässt unser Leitspruch zu unserer Feier auch Niemanden verwundern: Die moderne LandFrau – innovativ und kreativ. Wir danken allen mitwirkenden Akteuren, ohne die dieses schöne Fest natürlich nicht möglich gewesen wäre.

Aber auch in unserem Verband sind die Spuren der zurückliegenden Coronapandemie nicht vorbeigegangen. Wie viele andere gesellschaftliche Vereinigungen mussten wir einen Mitgliederrückgang verzeichnen, denn unsere Aktivitäten erlahmten, unsere Angebote konnten nicht mehr wahrgenommen werden und auch viele ältere Mitglieder mussten uns aus verschiedenen Gründen verlassen. Erfreulicherweise haben wir zwischenzeitlich wieder vermehrte Mitgliederzugänge zu verzeichnen. Dennoch ließen wir uns nicht unterkriegen und verlagerten unsere Aktivitäten ins Freie oder boten Kurse und Vorträge digital an.

Unsere Lamawanderungen, Fahrradtouren und Wanderungen in unsere wunderschöne Natur wurden zu begehrten Unternehmungen. Bereits im letzten Jahr haben wir unsere Angebotspalette wieder erweitert und gehen auch im kommenden Jahr einige neue, interessante und gefragte Themen an und arbeiten hierbei gerne mit Partnern aus dem öffentlichen Bereich zusammen. Dieses Jahr nehmen wir das aktuelle Thema "Frauen in der Kommunalpolitik" auf und freuen uns auf die Zusammenarbeit mit den

Gleichstellungsbeauftragten unseres Landkreises.

Sie sehen, wir legen noch lange nicht die Hände in den Schoß, blicken trotz vieler einschränkender Ereignisse neugierig in die Zukunft, aber bewahren auch Altbewährtes.

Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit vom Alltag und stöbern Sie in unserem überarbeiteten Jahresprogramm 2023/24 und bestimmt finden Sie etwas Passendes in unseren Angeboten von Kursen, Vorträgen, Wanderungen und natürlich Reisen.

Ich persönlich wünsche mir weiterhin viele interessante, fröhliche und freudige Begegnungen und Gespräche mit Ihnen!

Es grüßt Sie herzlichst

Ilse Spohr

1. Vorsitzende



### <u>Inhalt</u>

| Vorwort                                | Seite | 1  |
|--|-------|----|
| Finanzdaten / Kündigungsfrist          | Seite | 4  |
| Kalender                               | Seite | 5  |
| Übersicht Fixtermine                   | Seite | 7  |
| Veranstaltungshinweis                  | Seite | 9  |
| Nahrungszubereitung                    | Seite | 10 |
| Kurse und Veranstaltungen              | Seite | 11 |
| Wanderungen                            | Seite | 35 |
| Tages- und Mehrtagesfahrten            | Seite | 38 |
| Bus- und Flugreisen                    | Seite | 45 |
| MILAG                                  | Seite | 47 |
| Weiterbildungsangebot DLR              | Seite | 49 |
| 70 Jahre Landfrauenverband Vulkaneifel | Seite | 51 |
| Rückblick                              | Seite | 55 |
| Vorstand                               | Seite | 58 |

### **Wichtige Informationen**



Der Mitgliedsbeitrag beträgt 15 Euro. Die Fälligkeit des jährlichen Mitgliedsbeitrags ist der 01. April.

Seit dem 01.01.2014 verwenden wir das europaweit einheitliche SEPA-Basis-Lastschriftverfahren. Bei allen SEPA-Lastschriften wird folgende Kennzeichnung angegeben:

- die Mandatsreferent: WV-xxxxx-M000000-00001 und
- unsere Gläubiger-Identifikationsnummer:

### DE3401500000195491

LandFrauenverband Vulkaneifel, Konto Nr. 1271 bei der Kreissparkasse Vulkaneifel, BLZ 58651240 IBAN: DE14 5865 1240 0000 0012 71 BIC: MALADE51DAU

Sollten die uns vorliegenden Bankdaten nicht mehr aktuell sein, bitten wir um Ihre umgehende Nachricht.

### **Und noch eine Bitte:**

Machen Sie möglichst auf keinen Fall den Lastschrifteinzug über Ihre Bank rückgängig. Dies ist mit sehr hohen Gebühren verbunden. In diesem Fall wenden Sie sich bitte an unsere Kassenführung. Vielen Dank.

### Kündigungsfrist

Ihre Kündigung muss uns spätestens bis zum **28. Februar** vorliegen. Dies teilen Sie bitte der Kassenführung oder einem Vorstandsmitglied schriftlich oder per E-Mail mit (die Kontaktdaten finden Sie am Ende unseres Jahresprogramms).

### Kalender 2023

| September Oktober |    |    |    |    |    |    |    |    | November Dezember |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|-------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| KW                | Мо | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | KW | Мо                | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
| 35                |    |    |    |    | 1  | 2  | 3  | 39 |                   |    |    |    |    |    | 1  | 44 |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 48 |    |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
| 36                | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 40 | 2                 | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 45 | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 49 | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 37                | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 41 | 9                 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 46 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 50 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 38                | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 42 | 16                | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 47 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 51 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 39                | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |    | 43 | 23                | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 48 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |    | 52 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
|                   |    |    |    |    |    |    |    | 44 | 30                | 31 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

Gesetzliche Feiertage 2023 (bundesweit)

| 1. Januar | Neujahr     | 1. Mai  | Tag der Arbeit      | 3. Oktober   | Tag der Deutschen Einheit |
|-----------|-------------|---------|---------------------|--------------|---------------------------|
| 7. April  | Karfreitag  | 18. Mai | Christi Himmelfahrt | 25. Dezember | 1. Weihnachtstag          |
| 10. April | Ostermontag | 29. Mai | Pfingstmontag       | 26. Dezember | 2. Weihnachtstag          |



| Ka  | lan | de | - 20 | 124 |
|-----|-----|----|------|-----|
| rva | CII | ue |      | ,,, |

|    |    |    | Jan  | uar |    |    |    |    |    | - 1 | Feb  | ruai |    |    |    |    |    |    | Má  | irz |    |    |    |    |    |    | Αŗ  | oril |    |    |    |
|----|----|----|------|-----|----|----|----|----|----|-----|------|------|----|----|----|----|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|----|-----|------|----|----|----|
| KW | Мо | Di | Mi   | Do  | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di  | Mi   | Do   | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di | Mi  | Do  | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di | Mi  | Do   | Fr | Sa | So |
| 1  | 1  | 2  | 3    | 4   | 5  | 6  | 7  | 5  |    |     |      | 1    | 2  | 3  | 4  | 9  |    |    |     |     | 1  | 2  | 3  | 14 | 1  | 2  | 3   | 4    | 5  | 6  | 7  |
| 2  | 8  | 9  | 10   | 11  | 12 | 13 | 14 | 6  | 5  | 6   | 7    | 8    | 9  | 10 | 11 | 10 | 4  | 5  | 6   | 7   | 8  | 9  | 10 | 15 | 8  | 9  | 10  | 11   | 12 | 13 | 14 |
| 3  | 15 | 16 | 17   | 18  | 19 | 20 | 21 | 7  | 12 | 13  | 14   | 15   | 16 | 17 | 18 | 11 | 11 | 12 | 13  | 14  | 15 | 16 | 17 | 16 | 15 | 16 | 17  | 18   | 19 | 20 | 21 |
| 4  | 22 | 23 | 24   | 25  | 26 | 27 | 28 | 8  | 19 | 20  | 21   | 22   | 23 | 24 | 25 | 12 | 18 | 19 | 20  | 21  | 22 | 23 | 24 | 17 | 22 | 23 | 24  | 25   | 26 | 27 | 28 |
| 5  | 29 | 30 | 31   |     |    |    |    | 9  | 26 | 27  | 28   | 29   |    |    |    | 13 | 25 | 26 | 27  | 28  | 29 | 30 | 31 | 18 | 29 | 30 |     |      |    |    |    |
|    |    |    |      |     |    |    |    |    |    |     |      |      |    |    |    |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |     |      |    |    |    |
|    |    |    | М    | ai  |    |    |    |    |    |     | Ju   | ıni  |    |    |    |    |    |    | Jı  | ıli |    |    |    |    |    |    | Auç | just |    |    |    |
| KW | Мо | Di | Mi   | Do  | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di  | Mi   | Do   | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di | Mi  | Do  | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di | Mi  | Do   | Fr | Sa | So |
| 18 |    |    | 1    | 2   | 3  | 4  | 5  | 22 |    |     |      |      |    | 1  | 2  | 27 | 1  | 2  | 3   | 4   | 5  | 6  | 7  | 31 |    |    |     | 1    | 2  | 3  | 4  |
| 19 | 6  | 7  | 8    | 9   | 10 | 11 | 12 | 23 | 3  | 4   | 5    | 6    | 7  | 8  | 9  | 28 | 8  | 9  | 10  | 11  | 12 | 13 | 14 | 32 | 5  | 6  | 7   | 8    | 9  | 10 | 11 |
| 20 | 13 | 14 | 15   | 16  | 17 | 18 | 19 | 24 | 10 | 11  | 12   | 13   | 14 | 15 | 16 | 29 | 15 | 16 | 17  | 18  | 19 | 20 | 21 | 33 | 12 | 13 | 14  | 15   | 16 | 17 | 18 |
| 21 | 20 | 21 | 22   | 23  | 24 | 25 | 26 | 25 | 17 | 18  | 19   | 20   | 21 | 22 | 23 | 30 | 22 | 23 | 24  | 25  | 26 | 27 | 28 | 34 | 19 | 20 | 21  | 22   | 23 | 24 | 25 |
| 22 | 27 | 28 | 29   | 30  | 31 |    |    | 26 | 24 | 25  | 26   | 27   | 28 | 29 | 30 | 31 | 29 | 30 | 31  |     |    |    |    | 35 | 26 | 27 | 28  | 29   | 30 | 31 |    |
|    |    |    |      |     |    |    |    |    |    |     |      |      |    |    |    |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |     |      |    |    |    |
|    |    | S  | epte | mb  | er |    |    |    |    | (   | Okto | bei  |    |    |    |    |    | N  | ove | mbe | er |    |    |    |    | D  | eze | mbe  | er |    |    |
| KW | Мо | Di | Mi   | Do  | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di  | Mi   | Do   | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di | Mi  | Do  | Fr | Sa | So | KW | Мо | Di | Mi  | Do   | Fr | Sa | So |
| 35 |    |    |      |     |    |    | 1  | 40 |    | 1   | 2    | 3    | 4  | 5  | 6  | 44 |    |    |     |     | 1  | 2  | 3  | 48 |    |    |     |      |    |    | 1  |
| 36 | 2  | 3  | 4    | 5   | 6  | 7  | 8  | 41 | 7  | 8   | 9    | 10   | 11 | 12 | 13 | 45 | 4  | 5  | 6   | 7   | 8  | 9  | 10 | 49 | 2  | 3  | 4   | 5    | 6  | 7  | 8  |
| 37 | 9  | 10 | 11   | 12  | 13 | 14 | 15 | 42 | 14 | 15  | 16   | 17   | 18 | 19 | 20 | 46 | 11 | 12 | 13  | 14  | 15 | 16 | 17 | 50 | 9  | 10 | 11  | 12   | 13 | 14 | 15 |
| 38 | 16 | 17 | 18   | 19  | 20 | 21 | 22 | 43 | 21 | 22  | 23   | 24   | 25 | 26 | 27 | 47 | 18 | 19 | 20  | 21  | 22 | 23 | 24 | 51 | 16 | 17 | 18  | 19   | 20 | 21 | 22 |
| 39 | 23 | 24 | 25   | 26  | 27 | 28 | 29 | 44 | 28 | 29  | 30   | 31   |    |    |    | 48 | 25 | 26 | 27  | 28  | 29 | 30 |    | 52 | 23 | 24 | 25  | 26   | 27 | 28 | 29 |
| 40 | 30 |    |      |     |    |    |    |    |    |     |      |      |    |    |    |    |    |    |     |     |    |    |    | 1  | 30 | 31 |     |      |    |    |    |

### Gesetzliche Feiertage 2024 (bundesweit)

|           | Literia i cicitage Lei | . (~~.  |                     |              |                           |
|-----------|------------------------|---------|---------------------|--------------|---------------------------|
| 1. Januar | Neujahr                | 1. Mai  | Tag der Arbeit      | 3. Oktober   | Tag der Deutschen Einheit |
| 29. März  | Karfreitag             | 9. Mai  | Christi Himmelfahrt | 25. Dezember | 1. Weihnachtstag          |
| 1. April  | Ostermontag            | 20. Mai | Pfingstmontag       | 26. Dezember | 2. Weihnachtstag          |

## Feststehende Termine für folgende Kurse:

| Kursname/                   | Datum/       |                   | Uhrzeit/  | Ort/    | Anmeldekontakt              |
|-----------------------------|--------------|-------------------|---|---------|-----------------------------|
| Essbarer Wald<br>11.04.2    |              | abi u<br>:00      | nd Rudi Kitzing<br>Berenbach<br>Ilse Spohr      | )       | Tel.02696-515               |
| 17.04.                      | 24 14        | :00               | Berenbach<br>Ilse Spohr                         |         | Tel. 02696-515              |
| Lamawander<br>05.11.2       |              | :00               | Nikolai Wirtz<br>Birresborn<br>Uschi Schifferir | ngs     | Tel. 06594-677              |
| Wanderung zu                | ım Vulkanl   | crate             | r Anne F  | Petry   |                             |
| Frühjal                     | nr 24 14     |                   | Parkplatz Arer<br>Bärbel Maurer                 |         | Walsdorf<br>Tel. 06595-1564 |
| Wanderung zu                | ım Eichhol:  | zmac              | ır Johanı                                       | nes Mui | nkler                       |
| Frühjal                     | nr 24 14     |                   | Duppach geg<br>Uschi Schifferir                 |         | r Kirche<br>Tel. 06594-677  |
| <b>Trend Make-U</b> 27.10.2 |              | e <b>r</b><br>:00 | Jennifer Kräm<br>Waldkönigen<br>Uschi Schifferi | Beauty  | Lounge<br>Tel. 06594-677    |
| Trend Make-U                | p für Frühic | ahr/So            | ommer   |         |                             |
| 22.03.2                     | -            | :00               | Waldkönigen<br>Uschi Schifferi                  |         | Lounge<br>Tel. 06594-677    |
| Klang- und Ar               | omareise     |                   | Elke Thiel                                      |         |                             |
| 15.11.2                     |              |                   | Gemeindehau<br>Natascha Sch                     |         | cheid<br>Tel. 06596-2829964 |

### **Telepathische Tierkommunikation** Fr. Grümmer

09.11.23 19:00 MGH Gerolstein

Ilse Spohr Tel. 02696-515

| Leinenlos |          |       | Alexandra Kipp-Müll    | er              |
|-----------|----------|-------|------------------------|-----------------|
| ☼         | 20.10.23 | 14:00 | Kinderkurs, Birresborr | n Gemeindehaus  |
|           |          |       | Uschi Schifferings     | Tel. 06594-677  |
|           | 20.02.24 | 19:00 | Roth Jugendheim        |                 |
|           |          |       | Severa Faber           | Tel. 06591-4136 |
|           | 06.03.24 | 19:00 | Kopp Gemeindehau       | JS              |
|           |          |       | Sabine Hoffmann        | Tel 06594-309   |

### Kursangebote der Milag

### Käse und seine Begleiter

| 05.02.24 | 18:00 | Gemeindehaus Bet | teldorf         |
|----------|-------|------------------|-----------------|
|          |       | Luise Meyer      | Tel. 06595-1401 |
| 14.02.24 | 19:00 | Gemeindehaus Kop | р               |
|          |       | Sabine Hoffmann  | Tel. 06594-309  |

### DLR – Haltbar machen Gemüse – Mitmach Workshop

Frühjahr 24 14:30 Beinhausen Bürgerhaus Ilse Spohr Tel. 02696-515

Diese Kurse können auf Nachfrage auch zusätzlich in anderen Orten stattfinden.

Achtung: Anmeldungen zu den Kursen sind verbindlich

### **Veranstaltungshinweise**

**Adventfeier 2023** 

**Donnerstag, 07. Dezember 2023** um 14:30 Uhr im Haus Vulkania in Dreis-Brück.

LandFrauentag 2024 Samstag, 23. März 2024 um 14 Uhr im Forum Daun

Näheres hierzu entnehmen Sie bitte unseren Pressemitteilungen!



### **Nahrungszubereitung**

Kursleiterin: Monika Jakobs

Hauptstraße 13 54552 Beinhausen Tel. 02692 - 85952



### MealPrep - Vorkochen

In unserer schnelllebigen Zeit, in der Beruf, Haushalt und Familie viel Zeit und Energie in Anspruch nehmen, ist ein gutes Zeitmanagement wichtiger denn je. Oft wissen wir Frauen nicht, was zuerst zu erledigen ist und dabei sollte auch noch etwas gutes, gesundes und lecker Gekochtes auf den Tisch. Das kostet natürlich Zeit und Nerven.

In diesem Jahr hat sich der LandFrauenverband deshalb Rezeptmöglichkeiten erarbeitet, die Ihnen das Kochen erleichtern – nämlich, Kochen auf Vorrat – genannt MealPrep (zu Deutsch: "Vorkochen"). Die Idee von MealPrep ist es, gleich für mehrere Tage zu kochen und dabei verschiedene Variationen mit unterschiedlichen Produktzugaben an den folgenden Tagen anzubieten. Man muss nicht jeden Tag überlegen, was am nächsten Tag auf dem Essensplan steht.

Kostproben und Rezeptblätter verführen wie immer zum Nachkochen daheim.

Teilnehmerzahl: mind. 12 Personen

Dauer: ca. 3 U-Std.

Kursgebühr: 10 Euro für Mitglieder

13 Euro für Nichtmitglieder

plus Lebensmittelkosten und evtl. anteilige

Energiekosten



# Wildkräuter sammeln im Essbaren Waldgarten Berenbach

Kursleiter: Gabi und Rudi Kitzing

Längsbachstr. 5 56766 Berenbach Tel. 02676 - 952942



Schon im zeitigen Frühjahr kann eine Fülle an essbaren Wildkräutern gesammelt werden. Dazu bieten wir Ihnen einen Spaziergang durch den Essbaren Waldgarten in Berenbach an. Dort lernen Sie eine Vielfalt an essbaren Wildgräutern kennen, die bereits Ende März/Anfang April üppig sprießen und gesammelt werden können.

Diese Wildkräuter wachsen einfach so, ohne Hege und Pflege, direkt vor der Haustür und bereichern unseren Küchenzettel nach den langen dunklen Wintermonaten als heimisches "Superfood" mit einer Fülle an Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen. Versorgen uns z.B. mit sehr viel Vitamin C, entschlacken unseren Körper, lassen die Frühjahrsmüdigkeit verschwinden. Bieten zudem mit ihren interessanten Geschmacksnuancen einen kulinarischen Genuss.

Nach dem Sammeln werden die Kräuter noch einmal bestimmt und im Gemeindehaus in Berenbach unter fachkundiger Anleitung von Monika Jakobs zubereitet und schließlich verzehrt.

Teilnehmerzahl: ca. 15 Personen

Dauer: ca. 2 U-Std. Sammeln

ca. 2 U-Std. Zubereiten und Essen

Kursgebühr: 25 Euro für Mitglieder

30 Euro für Nichtmitglieder

plus geringe Lebensmittelumlage

Termin: Donnerstag, 11.04.2024 um 14 Uhr

Mittwoch, 17.04.2024 um 14 Uhr

Ort: Essbarer Waldgarten Berenbach

Längsbachstraße 5, 56766 Berenbach

Anmeldung: Bianca Hack Tel.0173/1931097

### **Pilzseminar**

Bei einer praxisbezogenen Pilzwanderung informiert Klaus Rödder, Pilzsachverständiger und Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Mykologie, über die Genießbarkeit, die giftigen Doppelgänger sowie die Verwertung von Pilzen zu Speisezwecken. Im Anschluss an die Wanderung findet eine sogenannte Fundbesprechung statt.

Da die Veranstaltung bei jedem Wetter stattfindet, sollten die Teilnehmer witterungsangepasst gekleidet sein und einen Korb und ein Messer mitbringen und, falls vorhanden, gerne auch ein Pilzbuch.

Teilnehmerzahl: 15 Personen
Dauer: 4 U-Std

Kursgebühr: 10 Euro für Mitglieder

13 Euro für Nichtmitglieder

Termin: Samstag, 07.09.24 um 13.30 Uhr

Donnerstag, 19.09.24 um 13.30 Uhr

Ort: St. Florian-Grillhütte in Kradenbach

Anmeldung: Bärbel Mauren Tel. 06595-1564





### Bauern- und Winzerverband Rheinland-Nassau e. V.

Kreisgeschäftsstelle und Buchstelle Holunderweg 5, 54550 Daun-Boverath

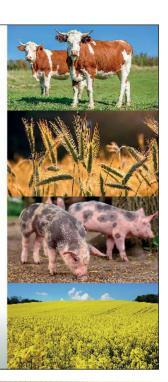
Tel.: 06592/9620-4400

www.bwv-net.de E-Mail: dau@bwv-net.de

Seit 1948 bieten wir als berufsständische Vertretung in einem geschlossenen und starken Verband für Landwirtschafts- und Weinbaubetriebe eine breite Palette an Dienstleistungen und Hilfestellungen in vielfältigen Lebenslagen an:

- · Interessenvertretung, Beratungen in der Region
- · Buchführung und Steuerberatung
- · Rechtsberatung und Sozialberatung
- Versicherungsberatung
- · kompetent und zuverlässig

Profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung und sprechen Sie uns an!





### Über 50 Jahre MBR - Ihr Dienstleister für

- Landwirtschaftliche Vermittlung von Maschinen und Arbeitskräften
- Landwirtschaftliche Verwertung kommunaler Wertstoffe
- Beratung und Betriebsmanagement

# MBR Vulkaneifel Daun e.V.

Holunderweg 5



### MBR Agrar-Service Daun GmbH

54550 Daun-Boverath

Tel.: 06592 / 615960

Fax: 06592/ 6159666 •

eMail: info@mbr-vulkaneifel.de

### Stollen backen mit vielfältigen Zutaten

Kursleiter: Bäckermeister Leonhard Emondts

Im Kapelleneck 20

54578 Kerpen

Keine Fertigbackmischung!

Einen besonderen Genuss erleben Sie beim Backen in der Vorweihnachtszeit. Hier wird Ihnen die Kunst des Stollenbackens in seinen vielfältigen Variationen erklärt und natürlich können Sie selbst einen dieser süßen Leckerbissen backen.

Teilnehmerzahl: 8 - 10 Personen

Dauer: 4 U-Std.

**Stollenbackkurs:** 

Kursgebühr: 25 Euro für Mitglieder

30 Euro für Nichtmitglieder

inkl. Materialkosten

Termine: Sonntag, 05.11.2023 18 - 21 Uhr

Montag, 06.11.2023 14 - 17 Uhr

Ort: Backstube in Kerpen

Anmeldung: Ilse Spohr Tel. 02696-515

### Brot backen mit Natursauerteig

Lassen Sie sich von einem Bäckermeister in die Welt des Backens einführen. Brot mit Natursauerteig selbst backen lässt Sie den Unterschied zum "Fertigprodukt" schnell erkennen. Ob Eifler Landbierbrot, Sonnenblumenbrot oder Eifelrogger – die Backmöglichkeiten werden Ihnen fachmännisch aufgezeigt.

### **Brotbackkurs:**

Kursgebühr: 22 Euro für Mitglieder

27 Euro für Nichtmitglieder

inkl. Materialkosten

Termine: Sonntag, 26.11.2023 18 - 21 Uhr

Montag, 27.11.2023 14 - 17 Uhr

Ort: Backstube in Kerpen

Anmeldung: Ilse Spohr Tel. 02696-515

# Vollkornbäckerei Epp-Emondts Bäckerei - Konditorei - Cafe Inhaber: Epp Jakob 54578 Kerpen Eifel Im Kapelleneck 20 info@vollkornbaeckerei-epp.de Tel.: 06593 - 2104597 Handy.: 0170 - 6872240 www.vollkornbaeckerei-epp.de



### Kursleiterin:

Alexandra Kipp-Müller • Hauptstr. 29 • 54636 Sefferweich Tel: 0 65 69 / 9 62 44 67 • www.leinenlos-eifel.de • info@leinenlos-eifel.de WhatsApp bzw. Signal 01 60 / 1 89 79 43

### Altem Banernleinen neues Leben einhauchen

Du hast noch altes Bauernleinen und möchtest endlich etwas daraus machen?

Dann besuche einen Leinenlos-Workshop und lass dich inspirieren.





Egal ob du Tischwäsche, Kissen, Lichtbeutel, Taschen oder ganz neu: Weihnachtsbaum- bzw. Geschenkanhänger oder etwas ganz anderes aus deinem Leinen herstellen möchtest. Im Leinenlos-Kurs findest du jede Menge Ideen und fachkundige Anleitung. Damit das alte Bauernleinen zu neuem Leben erwacht, stehen dir über 1000 Holzmodel, andere Stempel, Schablonen und viele Farben zur Nutzung zur Verfügung.

Alle weiteren Verbrauchsmaterialien wie z. B. Unterlagen, Schwämme, Klebeband... bringe ich mit, so dass du dich um nichts weiter kümmern brauchst.

In einer Einführung erkläre ich dir im Kurs die verschiedenen Techniken und anschließend kannst du nach Herzenslust experimentieren.

Damit dein Leinen seine positive Eigenschaft behält, arbeiten . wir ausschließlich mit hochwertiger Textilfarbe. Nach dem Fixieren durch Hitze sind die Werkstücke maschinenwaschbar. Wenn du kein eigenes Leinen hast, kannst du im Kurs verschiedene Textilien aus Baumwolle erwerben.

Teilnehmerzahl: 8 - 10 Personen ca 3 U-Std. Dauer:

Kursgebühr: 13 € für Mitglieder, 16 € für Nichtmitglieder jeweils zzgl. Materialkosten







### Kursleiterin:

Alexandra Kipp-Müller • Hauptstr. 29 • 54636 Sefferweich Tel: 0 65 69 / 9 62 44 67 • www.leinenlos-eifel.de • info@leinenlos-eifel.de WhatsApp bzw. Signal 01 60 / 1 89 79 43

Neue Kreativ-Techniken erlernen, gemeinsam kreative Zeit verbringen, schöne Momente zusammen erleben, das sind

# Familien-Kurse bei Leinenlos.

Im Leinenlos-Familien-Workshop haben Kinder und Jugendliche die Möglichkeit, gemeinsam mit einer Bezugsperson (Eltern, Großeltern, Paten...) selbst aktiv zu werden und z. B. Kissen, Lichtbeutel... (je nach Workshop-Thema) zu bedrucken.



In lockerer Atmosphäre erlernt ihr in einer Einführung verschiedene Techniken und könnt dann gleich loslegen und euer Unikat anfertigen. Holzmodel, andere Stempel, Schablonen und viele Farben stehen zur Nutzung zur Verfügung. Mitzubringen ist nichts, achtet aber auf alte Kleidung, bei der ein Farbklecks nicht schlimm ist.



Heimlichkeiten, Überraschungen, Vorfreude.... das beschreibt diesen Workshop, in dem ihr

Weihnachtsgeschenke gestalten könnt. Sicherlich habt ihr schon eine Idee, wem ihr eine Freude bereiten könntet.

In diesem Workshop kannst du (mit einer Bezugsperson) Tischsets oder Beutel aus deinem Leinen mit individuellen Drucken gestalten.

Wenn du kein eigenes Leinen hast, kannst du im Kurs einfache Fertigteile aus Baumwolle erwerben .

Teilnehmerzahl: 8 - 10 Personen Dauer: ca 3 U-Std. Kursgebühr: 8 € / Kind,

Materialkosten: 5 €, zzgl. evtl. Baumwollteile



### **Kreatives Gestalten**

Kursleiterin: Sabine Lehmacher

Prümer Straße 34 a

54568 Gerolstein – Lissingen

E-Mail: bienesstempelcorner@t-online.de

Tel. 0171 - 3208853

Selbst mal kreativ sein und mit Papier, Stempel, Stanzen und Co. Karten, Verpackungen, Gutscheine oder kleine Geschenke basteln? Kein Problem, in diesem Kurs gibt es die passenden Materialien und auch tolle Bastelideen dazu. Gestalten Sie kleine Kunstwerke für mehr Freude am Schenken. Unter fachlicher Anleitung entstehen mit den richtigen Werkzeugen und unterschiedlichen Accessoires kleine und größere Unikate – zu jedem Anlass. Mit speziellen Bastel- und Verpackungstechniken zaubern Sie an einem Abend u.a. wunderschöne Karten, Boxen und Dekoartikel.

Teilnehmerzahl: 8 – 10 Personen

Dauer: 3 U-Std.

Kursgebühr: 10 Euro für Mitglieder

13 Euro für Nichtmitglieder

plus Materialkosten und anteilige

Energiekosten





Taules



### Romy Mommer Stoffparadies

- Stoffe, Patchworkstoffe und Zubehör
- · Jerseystoffe und Bündchenmaterial
- Brother Nähmaschinen, Stickmaschinen
- Juki Overlockmaschinen
- Wolle, Sockenwolle und Garne
- Kurzwaren, Knöpfe, Spitzen, Bänder, Kordeln
- Maschinen-Stickservice
- Annahme Nähmaschinenreparaturen

### Öffnungszeiten:

Montag 9.00 -17.00 Uhr Dienstag bis Freitag 9.00-13.00 Uhr Samstag geschlossen

### Romy Mommer Stoffparadies

Kölner Str. 12 54584 Jünkerath Tel. 06597-5761

Email: romy.mommer@t-online.de

Brother, Juki, Prym, Schachenmayr, Regia, Mez, Opal, YKK, Freudenberg, Swafing, Madeira



### **Nähkurs**

Kursleiterin: Jutta Bläsius

Winkler Weg 6 54574 Birresborn Tel. 06594 - 1515



Frischen Sie Ihre Kenntnisse auf oder entdecken Sie Ihr neues Hobby. Nähen Sie sich aus tollen Stoffen und nach einfachen Schnitten Ihre Kleidung für Klein und Groß zu jedem Anlass selbst.

Teilnehmerzahl: 8 Personen

Dauer: 6 Termine, je 3 U-Std.

Kursgebühr: 60 Euro für Mitglieder

78 Euro für Nichtmitglieder plus anteilige Energiekosten

### **Nähkurs**

Kursleiterin: Renate Post

Bergstraße 8 54589 Stadtkyll Tel. 06597 - 5228



Das erste Kleidungsstück von Grund auf richtig nähen können ist das Ziel dieses Kurses. Anfängern werden die Grundtechniken des Maschinennähens vermittelt.

Das Angebot kann auch gerne mit Kinderkursen erweitert werden. (z.B. Rucksäcke, Kissenhüllen u.ä.)

Teilnehmerzahl: 8 Personen

Dauer: 6 Termine, je 3 U-Std. Kursgebühr: 60 Euro für Mitglieder

78 Euro für Nichtmitglieder plus anteilige Energiekosten







- Dekostoffe und Kunstleder
- brother, Näh- und Stickmaschinen

Kinder- und Modestoffe aller Art

- Karnevalstoffe
- Kurzwaren
- Maschinenstickgarne
- Schnittmuster von Burda & Pattydoo
- Bücher und Zeitschriften
- Nähkurse und Workshops
- Prüm-Taler Teilnehmer

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9.00 bis 18.00Uhr Samstag 10.00 bis 13.00Uhr

### Stoffmaat GmbH

Altenmarkt 3-4 54595 Prüm Tel. +49 (0) 6551-3476

E-Mail: pruem@stoffmaat.de







Kursteilnehmer\*innen der Landfrauennähkurse erhalten im Kurszeitraum einen Rabatt von 10% auf reguläre Stoffe, Kurzwaren und Nähmaschinen. Ein Teilnehmernachweis ist erforderlich.



### Klang- und Aromareise

Kursleiterin: Elke Thiel

Hauptstraße 51 54552 Ellscheid Tel. 0163-6614068

Eine Klang- und Aromareise ist eine wunderbare Möglichkeit, Körper und Geist zu entspannen, um sich vom Alltagsstress zu erholen. Die Kombination aus Beidem kann auch eine Vielzahl gesundheitlicher Vorteile bieten, wie z.B. Reduzierung von Stress, Verbesserung des Schlafs und/oder Förderung des allgemeinen Wohlbefindens.

Diese sinnliche Erfahrung kombiniert die heilenden Klänge/Vibrationen der Klangschalen und die beruhigenden Düfte ätherischer Öle – Hör- und Geruchssinn werden angeregt - Sie tauchen ein in einen Zustand der tiefen Entspannung.

Teilnehmerzahl: max. 8 Personen

Dauer: 3 U-Std.

Kursgebühr: 25 Euro für Mitglieder

30 Euro für Nichtmitglieder plus anteilige Energiekosten

Termin: Mittwoch, 15.11.2023 um 19 Uhr

Ort: Gemeindehaus Tettscheid

Anmeldung: Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964



### <u>Therapeutisches Tanzen – Rhythmische</u> <u>Gymnastik</u>

Kursleiterin: Martina Roth

Lindenstraße 82

53945 Blankenheim-Dollendorf

Tel. 0157-77780812

Wer bewegt sich nicht automatisch, wenn ein besonders schönes, bekanntes und rhythmisches Lied im Radio erklingt? Wissenschaftlich erwiesen ist: Tanzen macht Freude – macht glücklich!!

Durch Tanzen fördern wir die Bewegung, die Koordination und die Fitness. In diesem Kurs wird Ihnen gezeigt, wie man sich in verschiedenen Tanzaufstellungen (Kreis, Gassen, Block und Square) bewegen kann. Es wird mit und ohne Partner zu traditioneller und moderner Musik getanzt.

Daneben zeigt Ihnen die staatlich anerkannte Tanzleiterin rhythmische Gymnastik und Tanzen im Sitzen. Auch hier wird unser Bewegungs-, Koordinations- und Rhythmusgefühl trainiert – alle Kurseinheiten natürlich mit Musik.

So zaubern wir Ihnen bestimmt ein Lächeln ins Gesicht. Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.

Termin: fortlaufend

Ort: HIGIS Wiesbaum, Vulkanring

Anmeldungen: Bianca Haack Tel. 0173-1931097

### Spinnen – altes Handwerk erlernen

Kursleiterin: Sandra Blick

Brodgasse 3 53539 Borler

Tel. 0151-10468142

Viele alte Handwerke werden heute wieder neu entdeckt. Möchten Sie nicht einmal das Spinnen erlernen – mit heimischer Schafwolle Ihr eigenes, handgesponnenes Garn herstellen?

Lassen Sie sich einfach darauf ein und das Spaß-, Entspannungs- und Suchtvergnügen stellt sich ein! Spinnräder und Wollvliese in verschiedenen Farben werden gestellt.

Teilnehmerzahl: max. 8 Personen

Dauer: 4 U – Std.

Kursgebühr: 20 Euro für Mitglieder

25 Euro für Nichtmitglieder

plus Materialkosten und anteilige

Energiekosten

Anmeldung: Edith Peters Tel. 06591-4414





### <u>Filztechniken</u>

In diesem Kurs lernen Sie die gesponnene Wolle zu verarbeiten. Mit den verschiedenen Filztechniken für Trocken- und Nassfilzen können Sie unter fachlicher Anleitung Kreatives, Nützliches und Dekoratives herstellen.

Alle Wollvliese sind in Handarbeit selbst hergestellt und wurden von den Schafen aus unserer schönen Eifel gewonnen.

Teilnehmerzahl: 8 - 10 Personen

Dauer: 4 U - Std.

Kursgebühr: 20 Euro für Mitglieder

25 Euro für Nichtmitglieder

plus Materialkosten und anteilige

Energiekosten

Anmeldung: Edith Peters Tel. 06591-4414







### Schminkkurse - zeitlose Schönheit

Kursleiterin: Jennifer Krämer

Dorfstraße 25 54574 Kopp

Tel. 06594 - 922920

Unsere Kundenevents sind informativ, unterhaltsam und eine Idee für das etwas andere Geburtstagsgeschenk, Junggesell-innenabschied oder das Beisammensein in netter Runde. In kleinen Gruppen können Sie unter unserer professionellen Anleitung Schminktipps und - Tricks umsetzen.

Kursgebühr: 29 Euro\* pro Termin

\*Bei einem Einkauf ab 50 Euro werden Ihnen 10 Euro

Teilnahmegebühr vergütet.

Termin: Freitag, 27.10.2023 um 14:00 Uhr

"Best-Ager"

Termin: Freitag, 22.03.2024 um 14:00 Uhr

Trend Make-Up Frühjahr/Sommer

Ort: BeautyLounge

Waldkönigener Straße 34 54550 Daun-Waldkönigen

Anmeldungen: Uschi Schifferings Tel. 06594 – 677



# BEAUTYLOUNGE

Jennifer Krämer



info@beautylounge-kopp.de

www.beautylounge-kopp.de

Ich freue mich auf Sie.

Ihre Jenny Krämer



GESICHT



MEDICAL BEAUTY



BRAUT BRÄUTIGAM



MAKE-UP



LEISTUNGEN

### DIE SCHÖNHEIT IST LEBENSNAHRUNG DER SEELE



Waldkönigener Straße 34 54550 Daun-Waldkönigen



Dorfstraße 25 54574 Kopp/Eifel

Terminabsprache & Telefon: 06594 - 922 920 Laden-Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 9.00 - 12.30 Uhr Behandlungen ganztägig nach Vereinbarung

# Vortrag zum Thema: Telepathische Tierkommunikation

Referentin: Regine Grümmer

Pützgasse 35

53945 Blankenheim-Mülheim

Tel. 02449-917678

Diesen interessanten Vortrag hatten wir in jüngster Vergangenheit bereits angeboten und wurde von vielen Tierbesitzern sehr gut angenommen.

Immer noch gibt es Anfragen zu dieser Präsentation und so möchten wir dieses Angebot erneut in unser Jahresprogramm aufnehmen. Kernpunkt in diesem Vortrag ist das Hinterfragen des Verhaltens Ihres Haustieres. Es kann mit Ihnen nicht "sprechen", aber auf vielfältige andere Art zum Ausdruck bringen, was ihm vielleicht fehlt oder braucht.

Frau Grümmer, Ausbilderin in telepathischer Tierkommunikation, Reiki und Energiearbeit, erklärt Ihnen hierzu auf anschauliche Weise, praxisbezogenen Beispielen und aus eigenen Erfahrungen die Bedeutung dieser "Unterhaltungsmethode". Sie zeigt Ihnen zudem, dass Jeder diese Fähigkeit erlernen kann oder sie vielleicht schon intuitiv anwendet. Selbstverständlich wird sie Ihnen Ihre Fragen, soweit möglich, gerne beantworten.

Hierbei ist es egal, um welche Tierarten es sich handelt, von Haustieren (Katze, Hund, Kaninchen) bis hin zu Nutztieren (Kühe, Schweine, Hühner ect.).

**Termin:** Donnerstag, 09.11.2023 um 19 Uhr
Ort: Mehrgenerationenhaus in Gerolstein

Kursgebühr: 7 Euro für Mitglieder

10 Euro für Nichtmitglieder plus anteilige Energiekosten

Anmeldung: Bianca Haak Tel. Tel. 0173-1931097



### Wohlbefinden für Mensch und Tier www.einklang-eifel.de





Regine Grümmer

Pützgasse 35, 53945 Blankenheim, mail@einklang-eifel.de Tel.: 02449 / 917678

### Ich helfe Tieren und Menschen mit:

- Telepathische Tierkommunikation
- · Energetische Heilarbeit
- · Reiki (für Mensch und Tier)
- Lebensberatung / Coaching
- Schamanische Angebote
- Walderleben / Kräuterwissen
- Entspannungstechniken
- · Seminare und Workshops



Aktuelle Termine, Workshops und Angebote auf meiner Homepage



Pelm Prüm Manderscheid Trier www.blumen-groehsges.de



info@blumen-groehsges.de Tel. 06591 3022 Rundgang durch den Öko-Nutzgarten am Heidberg

Ansprechpartner: Hans-Jürgen Kesten

Dipl.-Ing. agrar (FH)

Heidberg 3

54576 Dohm-Lammersdorf

Tel. 06593 – 996258 0176 - 39735072



Der Garten mit Gemüse- und Nutzpflanzenvielfalt wird nach den Vorgaben des biologischen Landbaus bewirtschaftet. Es werden über 120 Sorten und Arten mit folgenden Schwerpunkten kultiviert:

**Altes und historisches Gemüse:** Alte und historische Sorten und Arten sowie in Vergessenheit geratenes, selten angebautes Gemüse. Mit dem Anbau alter Sorten wird auch "altes Kulturgut" erhalten und gepflegt.

**Neue Sorten aus dem Biobereich:** Neue und weiterentwickelte, samenfeste Sorten.

**Nutz- und Futterpflanzen:** Alte Nutz-, Getreide- und Futterpflanzen, Wildblumen- und Blühstreifenmischungen, Zwischenfruchtarten.

**Weitere Schwerpunkte:** Praxiserprobung mit Mischkulturen wie Mais mit Bohnen und Kürbis (Milpa) sowie evtl. überregionale Projekte wie Klima angepasste Sorten und klimafreundliches Gärtnern.

### Klimafreundliches Gärtnern – vertiefende Informationen, Anregungen und Diskussionen

Werden Sie selbst aktiv und verbessern Sie Ihren ökologischen Fußabdruck! Das können Sie, indem Sie z. B. insektenfreundliche Sträucher und Bäume anpflanzen, gemischte Rabatten anlegen oder Randbepflanzung mit Hecken nutzen.

Sie erfahren, wie Sie Gartenwege mit natürlichen, durchlässigen Belägen anlegen, lernen bodenschonende Bearbeitung und Pflege kennen, Sie sehen Mischkulturen und mehrjährige Gemüsesorten.

Informieren Sie sich über weitere Möglichkeiten des klimaschonenden Gärtnerns, wie Fruchtfolge, Bodenbedeckung mit Mulch und Gründüngung, Regenwasser sammeln, nachhaltiges Bewässerungsmanagement, Düngung, Kompostierung, Schädlingsbekämpfung, Pflanzenanzucht ohne Torf, Arbeiten ohne Plastikverwendung und viele weitere Beispiele.

Teilnehmerzahl: max. 12 bis 15 Personen

Dauer: ca. 2 U-Std.

Kursgebühr: 7 Euro für Mitglieder

10 Euro für Nichtmitglieder

Termin: ab April 2024

Ort: Garten am Heidberg in

Dohm-Lammersdorf

Anmeldungen: Maria Leuschen-Krämer Tel.: 06593-760



### **Hochbeet - Kompostierung - Mulchen**

**Gärtnern auf dem Hochbeet:** Fast ganzjährig frisches Gemüse, mit Ideen für die Hochbeetsaison. Sie erfahren, wie ein Hochbeet gebaut und befüllt wird. Sie Iernen, welche Gemüsepflanzen sich besonders für den Anbau im Frühjahr und Sommer eignen, was sich für den Spätsommer und Herbst anbietet und wofür ein Hochbeet im Winter gut ist.

**Kompost:** Wichtigster Nährstofflieferant für den Gartenboden. Es gibt Informationen über die Bedeutung des Kompostes, über Kompostplatz und -behälter, über geeignetes Kompostmaterial sowie über die Kompostbereitung und die sachgemäße Verwendung.

**Mulchen:** In der Natur ist kaum ein Boden unbedeckt. Sie Iernen die Vorteile des "Mulchens" für Boden, Pflanzen und Umwelt kennen und erfahren, welches Mulchmaterial am besten geeignet ist.

Teilnehmerzahl: max. 10 bis 12 Personen

Dauer: ca. 2 U-Std.

Kursgebühr: 7 Euro für Mitglieder

10 Euro für Nichtmitglieder

incl. Infomaterial

Termin: Frühjahr und Herbst 2024

Ort: Garten am Heidberg in

Dohm-<u>Lammersdorf</u>

Anmeldungen: Maria Leuschen-Krämer Tel. 06593 - 760

Beachten Sie bitte hierzu die Informationen in der Presse!

### **Gartentipps vom Fachmann**

Das Frühjahr ist neben dem Herbst die klassische Zeit, die Gartenpflanzen auf die kommende Saison vorzubereiten. Sorgen doch der sich erwärmende Boden und die noch vorhandene Winterfeuchtigkeit für gute Bedingungen. Erfahren Sie Wissenswertes über Rückschnitt und Pflege von Bäumen, Stauden und Hecken.

Teilnehmerzahl: max. 20 Personen

Kursgebühr: 7 Euro für Mitglieder

10 Euro für Nichtmitglieder

Termin: Frühjahr 2024

Ort: Baumschule van Pütten

in Oberehe-Stroheich

Anmeldungen: Bärbel Mauren Tel. 06595 – 1564

Beachten Sie bitte hierzu die Informationen in der Presse!



# <u>Pflegebedürftige –</u> Eine Alternative zum Pflegeheim?!

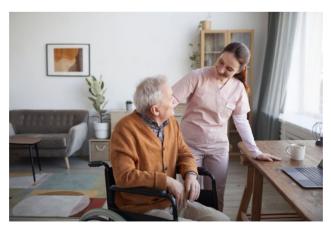
Pflegebedürftigkeit muss nicht gleichbedeutend mit der Aufnahme in einem Pflegeheim sein. Seit geraumer Zeit bietet der Caritasverband Westeifel Wohngemeinschaften für pflegebedürftige Senioren an - mit einer rundum Betreuung durch Pflegefachkräfte ambulanter Pflegedienste. Der Rückzug in den eigenen privaten Bereich ist jederzeit möglich und zugleich wird Hilfe durch Betreuungskräfte bei der Haushaltsführung, in der Küche oder bei der Wäscheversorgung und beim Einkaufen gewährleistet. Silke Mathey, Leiterin der gesundheitspflegerischen Dienste beim Caritasverband Westeifel e.V., wird Ihnen hierzu in einem Vortrag die Möglichkeiten, die Finanzierung und die finanzielle Beteiligung durch öffentliche Träger anschaulich erklären.

Termin: Frühjahr 2024

Ort: Geschäftsstelle des Caritasverbandes,

Alter Marktplatz 2, 54568 Gerolstein

Anmeldungen: Uschi Schifferings Tel. 06594 - 677





# Wanderung zum Vulkankrater -ArensbergWanderführerin

Felsbachstraße 20 54578 Walsdorf Tel. 0151-55953286

Die wunderschöne Vulkanlandschaft, in der wir leben, bietet mehr, als man auf den ersten Blick sieht. Lassen Sie uns einen Spazieraana zurück in unsere vulkanische Geschichte machen. Wir möchten Ihnen eine geologische Attraktion in unserem Umfeld zeigen – den Arensberg, eine kegelförmige Vulkankuppe - versteckt in einem Waldgebiet bei Zilsdorf. Der heute durch Basalt- und Lavaabbau ausgehöhlte Vulkanschlot war früher deutlich höher. Auf der Kuppe befand sich die Arnulphus-Kirche - heute ist davon nur noch eine kleine Kapelle am Hang des Berges übriggeblieben. Ein in die Vulkanwand hineinaetriebener Stollen führt uns zum Vulkan. Dort, im großen Kraterkessel, erklärt uns Anne Petry, zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin, die an den Wänden sichtbaren unterschiedlichen geologischen Formationen. Auf dem Grund des Kraters finden Kinder ein Labyrinth aus Basaltbrocken. Die Wanderung bietet Sehenswertes für die aanze Familie. Festes

Schuhwerk und wetterangepasste Kleidung sind empfehlenswert.

Das Gelände ist nicht rollstuhlgeeignet.

Teilnehmerzahl: max. 15 Personen

Dauer: ca. 2 h

Kursgebühr: 8 Furo für Frwachsene

2 Euro für Kinder

Termin: Frühjahr 2024

Ort: Parkplatz Arensberg, Walsdorf

Bärbel Mauren Tel. 06595 - 1564 Anmeldungen:



#### Wanderung zum Eichholzmaar

Wanderführer: Johannes Munkler

Studentenring 26

54570 Pelm

Tel. 06591 - 3888

Kennen Sie einen kleinen See zwischen Duppach und Steffeln mit dem Namen "Gussweiher"? Vor vielen, vielen Jahren hatte ein Geograph dieses Gewässer entdeckt und in seine Karte eingezeichnet. Heute wissen wir, dass es sich um das Eichholzmaar, eines der zwölf wassergefüllten Maare in unserer Eifel, handelt. Erfahren Sie mehr zur Entstehung und Geschichte dieses Maares. In einer erlebnisreichen, ca. 7 km langen Wanderung erzählt Ihnen unser Natur- und Geoparkführer Johannes Munkler viel Interessantes und Wissenswertes über dieses idyllisch gelegene Maar. Ein kurzer Abstecher zum Duppacher Drees, die römische Ausgrabungsstätte "Weiermühle" und andere Mineralquellen sind weitere Highlights unserer Tour. Da die Wanderung bei jedem Wetter stattfindet, sollten Sie auf festes Schuhwerk und witterungsangepasste Kleidung achten.

Teilnehmerzahl: max. 20 Personen

Kursgebühr: 8 Euro für Erwachsene

2 Euro für Kinder

Termin: Frühjahr 2024

Ort: 54597 Duppach, gegenüber der Kirche

Anmeldungen: Uschi Schifferings Tel. 06594-677



#### **Lamawanderung**

Wanderführer: Nikolai Wirtz

Büdesheimerstraße 60

54574 Birresborn Tel. 0151 - 70127315



Sie sind naturverbunden und mögen Tiere – vielleicht Lamas? Dann haben wir etwas Originelles für Sie – Lamawanderungen! Sie sind eine Verbindung zwischen Abenteuer, Erholung in der Natur und Tiererleben hautnah – eben pures "Genießen". Dieses Angebot finden Sie mitten in Birresborn.

Die Wanderung führt uns durch Wälder, über Wiesen und vorbei an interessanten, versteckt gelegenen Sehenswürdigkeiten. Die geführten Touren sind ebenfalls sehr beliebt bei Familien. Zudem erfahren Sie viel Lehrreiches über die Zucht und Haltung der Lamas direkt vom Züchter.

Kursgebühr: 15 Euro für Mitglieder

20 Euro für Nichtmitglieder

Anmeldungen: Maria Leuschen-Krämer Tel.: 06593-760

Uschi Schifferings Tel.: 06594-677





#### <u>Tagesfahrten</u>

Maria Leuschen - Krämer Hillesheimer Straße 5 54576 Dohm-Lammersdorf Tel. 06593 – 760

## Donnerstag, 21.03.2024 Lehrfahrt zur CREATIVA in Dortmund



Die CREATIVA ist Europas größte Messe für kreatives Gestalten. Tauchen Sie ein in die vielseitige, bunte und interessante Kreativ-Welt, die zum Entdecken und Mitmachen einlädt. Ob Basteln, Spielen, Malen, Land & Garten, Mode & Wohnen, Textil, Torten – das alles und noch viel mehr finden Sie auf der CREATIVA. Praktische Vorführungen und Workshops runden das Programm ab.

Abfahrtszeiten: 07:00 Uhr, Daun, Busparkplatz

gegenüber Autohaus Löhr

07:15 Uhr, Dreis, Haus Vulkania

07:30 Uhr, Hillesheim, Markthalle/Viehmarkt



#### Tageslehrfahrt nach Ulmen

"Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah" meinte seinerzeit schon J.W. von Goethe. - Wir schließen uns seiner Meinung an und bleiben mit unserem Ausflug in unserer schönen Heimat!

Wir fahren nach Ulmen und erkunden unter fachkundiger Führung den neu eröffneten Maar-Stollen, der den Jungferweiher mit dem Ulmener Maar verbindet. Auf seinen 124 Metern erleben wir hautnah Jahrtausende der Erdgeschichte.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen vor Ort steuern wir Cochem an, von wo wir zu einer Moselrundfahrt aufbrechen. Der Rest des Nachmittages steht Ihnen in Cochem zur freien Verfügung, ehe wir von hier mit dem Bus wieder die Heimreise antreten.

Termin: Mai 2024

Beachten Sie bitte hierzu die Informationen in der Presse!

Bei Nichtantritt der Tagesfahrten wird ein Kostenbeitrag

von 20 € fällig



#### **Mehrtagesfahrt**

## <u>Busreise ins Münsterland</u> <u>Romantische Wasserburgen und malerische</u> <u>Altstädte</u>

Das Münsterland ist architektonisch geprägt von einer Vielzahl von Kirchen, Klöstern und Schlössern, die zum Teil noch sehr gut erhalten sind. Zudem ist Münster, genannt "das Herz der Region" als typische Fahrradstadt bekannt und sehr beliebt. Hier findet man viele moderne Gebäude, die gut mit den traditionellen Bauten in Münster harmonieren. Die Universität mit ihren rd. 50.000 Studenten hat ihren Hauptsitz im historischen Stadtschloss.

Das hauptsächlich flache Umland wurde und wird bis heute von der Landwirtschaft geprägt. Die Besichtigung eines modernen Milchviehbetriebes auf der Hinreise gibt uns dazu interessante Einblicke. Aber auch neue Branchen bis hin zum High-Tech-Bereich sind hier angesiedelt. Dennoch ist der Tourismus nach wie vor im Münsterland ein wichtiger Wirtschaftsfaktor.

Lernen Sie die Sehenswürdigkeiten der Stadt Münster und das Umfeld kennen, freuen Sie sich auf die Besichtigung imposanter Burgen und prächtiger Schlösser.

Termin: 17.09. bis 21.09.2024 5 Tage



#### **Anmeldeformular Mehrtagesfahrt**

Für die Reise mit den LandFrauen ins Münsterland vom 17. September bis 21. September 2024

| 1)<br>Nan   | ne, Vorname  | 2)_<br>No  | ime, Vorname   |  |
|---|--|--|--|--|
| Geburtsdatum                                      |  | —<br>Ge  | Geburtsdatum   |  |
| Straße, Hausnummer                                |  | Str  | Straße, Hausnummer   |  |
| PLZ, Ort  |  | PL   | PLZ, Ort   |  |
| Telefonnummer                                     |  | Tel  | Telefonnummer  |  |
| Email   |  | Em   | Email  |  |
| Zutı  | reffendes bitte ankreuzen:   |  |  |  |
|   | Mitglied Nichtmitglied   |  | Mitglied Nichtmitglied   |  |
|   | Einzelzimmer gewünscht   |  | Einzelzimmer gewünscht   |  |
|   | Versicherung gewünscht   |  | Versicherung gewünscht   |  |
|   | Inkl. Covid Schutz   |  | inkl. Covid Schutz   |  |
|   | nzahlung beträgt 20% des Reisepreises und ist nach Ert<br>hen vor Reisebeginn fällig.  | nalt d   | der Rechnung sofort zahlbar. Die Restzahlung ist vie   |  |
|   | mpfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittversicherun<br>Unterstützung einschließlich einer Rückbeförderung be  |  |  |  |
| Anlag<br>Co. k<br>Reise<br>ten V<br>die V<br>auch | irhalt des Formblatts zur Unterrichtung des Reisenden b<br>ge "Informationen zur Reise" wird bestätigt. Entspreche<br>(G, die ich erhalten habe und ausdrücklich als Vertrag-<br>anmeldung mit den vorstehenden Festlegungen vor. Ic<br>ferkehrsträger, die Datenschutzerklärung, die vorliegt u<br>rersicherungsbedingungen, die mit vollständig übermitt<br>in für die vertraglichen Verpflichtungen aller von mir ang<br>Gesamtpreis zu schulden. | nd conditions on the condition of the co | er Reisebedingungen von Linden Reisen GmbH &<br>alt anerkenne, nehme ich diese verbindliche<br>kenne die Beförderungsbedingungen der beteilig-<br>oweit ich Versichertenschutz in Anspruch nehme,<br>urden als verbindlich an. Ich erkläre ausdrücklich, |  |

Datum, Unterschrift

#### **Tagesfahrten**

Bärbel Mauren Döhmstraße 6 54578 Oberehe Tel. 06595 - 1564

#### <u>Tageslehrfahrt im Advent zum Schloss Merode</u>

Schloss Merode ist eines der eindrucksvollsten Renaissance Wasserschlösser des Rheinlandes. Dort findet auch alljährliche der "Romantische Weihnachtsmarkt" statt – ein Besuchermagnet mit Scharm und besonderer Atmosphäre. Lassen Sie sich davon verzaubern und tauchen Sie ein in die besinnlich, anheimelnde – vergnügte vorweihnachtliche Stimmung.

Traditionelle Handwerker, vom Drechsler und Schmied bis hin zum Korbflechter, produzieren ihre Waren und Unikate noch selbst. Viele altrheinische Spezialitäten und Gaumenfreuden runden das kulinarische Angebot ab.

Termine: Donnerstag, 30.11.2023 Dienstag, 19.12.2023

Die Abfahrtszeiten werden in der Presse bekannt gegeben.



Reiseveranstalter bei den aufgeführten Tagesfahrten: Linden-Reisen, Stadtkyll

Bei Nichtantritt der Tagesfahrten wird ein Kostenbeitrag von 20 € fällig

#### **Mehrtagesfahrt**

#### Grüezi in der Schweiz

**Naturparadies Graubünden** – ein Tal, so schön, wie ein riesiger Obstgarten.

Während dieser Reise erleben Sie mit dem sog. Bernina-Express Fahrten durch zahlreiche Tunnel und über waghalsige Viadukte. Sie lernen bei einer Busfahrt nach Sur zu einer Schafzucht viel Interessantes über die Herstellung typischer Schafswolle und wandern auf dem längsten Baumwipfelpfad der Welt von Laax Murschetg nach Laax Dorf mit beeindruckenden Ausblicken in den Laaxer Wald. Eine Panoramafahrt durch das Val Paschiava führt Sie zu einem landwirtschaftlichen Biobetrieb mit seinem berühmten Kräuteranbau. Das Highlight dieser Reise ist zweifelsohne ein Besuch bei den LandFrauen in Scharanz, bei dem ein Gesprächsaustausch natürlich nicht fehlen darf.

Termin: 26.05. bis 01.06.24 7 Tage

Zu den geplanten Reisen liegt das Programm vor und wird auf Wunsch zugesandt.



#### Linden Reisen GmbH & Co. KG

Schwammertstr. 28 · 54586 Stadtkyll Tel.: 06597/90253-0 · Fax: 06597/9025328

E-Mail: stadtkyll@linden-reisen.de

www. linden-reisen.de

#### **Anmeldeformular Mehrtagesfahrt**

Für die Reise mit den LandFrauen in die Schweiz vom 26. Mai bis 01. Juni 2024

| 1)  |  | 2)  |   |  |  |
|---|--|---|---|--|--|
| Nan   | ne, Vorname  | No  | ame, Vorname  |  |  |
| Geburtsdatum  |  | Ge  | Geburtsdatum  |  |  |
| Straße, Hausnummer  |  | Str   | Straße, Hausnummer  |  |  |
| PLZ, Ort  |  | PL  | PLZ, Ort  |  |  |
| Telefonnummer   |  | Tel   | Telefonnummer   |  |  |
| Email   |  | Em  | Email   |  |  |
| Zut   | reffendes bitte ankreuzen:   |   |   |  |  |
|   | Mitglied Nichtmitglied   |   | Mitglied Nichtmitglied  |  |  |
|   | Einzelzimmer gewünscht   |   | Einzelzimmer gewünscht  |  |  |
|   | Versicherung gewünscht   |   | Versicherung gewünscht  |  |  |
|   | Inkl. Covid Schutz   |   | inkl. Covid Schutz  |  |  |
|   | Anzahlung beträgt 20% des Reisepreises und ist nach<br>hen vor Reisebeginn fällig.   | Erhalt o  | der Rechnung sofort zahlbar. Die Restzahlung ist vie  |  |  |
|   | empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittversicher<br>r Unterstützung einschließlich einer Rückbeförderung  |   |   |  |  |
| Der I<br>Anla<br>Co. I<br>Reise<br>ten \<br>die \<br>auch | Erhalt des Formblatts zur Unterrichtung des Reisender<br>ge "Informationen zur Reise" wird bestätigt. Entsprec<br>KG, die ich erhalten habe und ausdrücklich als Vertreanmeldung mit den vorstehenden Festlegungen vor<br>Verkehrsträger, die Datenschutzerklärung, die vorlieg<br>versicherungsbedingungen, die mit vollständig überr<br>n für die vertraglichen Verpflichtungen aller von mir of<br>Gesamtpreis zu schulden. | n bei eir<br>chend c<br>ragsinho<br>r. Ich er<br>yt und so<br>mittelt w | ner Pauschalreise gem. §651 a BGB sowie der<br>Ier Reisebedingungen von Linden Reisen GmbH &<br>alt anerkenne, nehme ich diese verbindliche<br>kenne die Beförderungsbedingungen der beteilig-<br>oweit ich Versichertenschutz in Anspruch nehme,<br>vurden als verbindlich an. Ich erkläre ausdrücklich, |  |  |
|   | um, Unterschrift   |   |   |  |  |

#### **Busreisen 2023**

Brigitte Willems Üdersdorfer Straße 8 54570 Oberstadtfeld Tel. 06596 - 523

#### Weihnachtliches Erzgebirge

Erleben Sie das weihnachtliche Erzgebirge und lernen Sie die Tradition und das Brauchtum zur schönsten Zeit des Jahres kennen. Einen besonders festlichen Glanz bieten die Orte am Abend, wenn überall die Fenster, Straßen und Plätze hell mit dem besonderen weihnachtlichen Schmuck der Gegend erleuchtet sind.

Termin: 27.11 bis 01.12. 2023 5 Tage

#### **Adventlicher Harz**

Zwischen den Fachwerkkulissen der Altstädte, in Klöstern und Burgen und an anderen Orten verbreiten Adventsmärkte zauberhaftes Flair im Mittelgebirge. Einst versorgten sich die Harzbewohner auf Märkten im Spätherbst mit Vorräten für die lange Winterzeit. Denn oft gelangten monatelang keine Händler in die tief verschneite Bergwelt. Heute sind die Weihnachtsmärkte im Harz zum Vergnügen, Genießen und Einkaufen da. Erleben Sie den adventlichen Harz und lernen Sie die Tradition und das Brauchtum zur schönsten Zeit des Jahres kennen.

Termin: 08.12 bis 11.12.2023 4 Tage

#### Flugreise 2024

#### Ostkanada – Indian Summer

Nachdem Corona uns die Reise im Jahr 2020 nicht erlaubte, versuchen wir es wieder.

Der Osten Kanadas verzaubert seine Besucher mit einer wunderschönen Natur aus glasklaren Flüssen und Seen, spektakulären Wasserfällen und dichten Wäldern. Dazwischen Farmen und Blockhäuser - Kanada wie aus dem Bilderbuch. Als Kontrast findet man auch die pulsierenden Metropolen Toronto, Ottawa, Montreal und Quebec City. Das Besondere an dieser Reise sind nicht nur die landschaftlichen und kulturellen Schönheiten, sondern auch die Begegnungen mit Europäern, die vor Jahren nach Kanada ausgewandert sind und sich dort eine neue Existenz aufgebaut haben.

Termin: September 2024 14 Tage

Auf Wunsch werden die Programme zu den einzelnen Reisen zugesandt.



#### Kursangebote der Milag

(Milchwirtschaftliche Arbeitsgemeinschaft Rheinland-Pfalz e.V.) "Die Vorträge der MILAG sind auf folgende Themen eingegrenzt."

#### Thema 1:

#### Hört jeder auf seinen Darm?

- Zusammenhang zwischen Darmgesundheit und Immunsystem
- Darmgesundheit und Sauermilchprodukte
- Fermentierte Lebensmittel und deren Einfluss auf den Darm
- Rezeptvideo

#### Thema 2:

#### Immer in Balance mit Milch und Milchprodukten!?

- Der Säure-Basen-Haushalt zwischen Unfug und Wissenschaft
- Welche Rolle spielen Milchprodukte?
- Rezeptvideo

#### Thema 3:

#### Frischkäse – was gehört dazu und wie gesund ist er?

- Von selbst gemacht bis Frischkäsezubereitung, von Quark, Skyr, Ricotta und Mozzarella bis Mascarpone
- Gehört Frischkäse zu einer abwechslungsreichen Ernährung?
   Ein kurzer Überblick über Nährwerte und Inhaltsstoffe
- Video Herstellung Frischkäse, Rezeptvideo

#### Thema 4:

### Milchprodukte sind wertvoll – viel zu schade, um im Müll zu landen!

- "Milch Hat's Drauf" Mindesthaltbarkeit vs. Verbrauchsdatum
- Haltbarkeit und Lagerung von Milch und Milchprodukten
- "Noch genießbar oder schon verdorben" wie erkenne ich den Verderb von Milchprodukten?
- Was mache ich mit Resten? Ideen zur Weiterverarbeitung mit Rezeptbeispielen

#### Thema 5:

#### Butter – den traditionellen Brotaufstrich neu entdeckt

- Ist Butter gleich Butter was gehört dazu?
- Marktpolitische Bedeutung von Butter
- Butter in der Ernährung ist das noch zeitgemäß?
- Rezeptvideo

Bei Präsenzvorträgen Thema 1 - 5 werden (sofern die geltenden Hygieneregeln dies zulassen) Kostproben angeboten (Kostenbeitrag 3,00 – 4,00 €).

#### Thema 6:

#### Käse und seine Begleiter

- Mal klassisch, mal innovativ eine überraschende Auswahl
- Was gehört auf eine Käseplatte?
- Vorstellung und Verkostung verschiedener K\u00e4sesorten

Zu den Präsenzvorträgen wird der Käse zur Verkostung mitgebracht (Kostenbeitrag 7,00 € – 10,00 €), bei digitalen Vorträgen bekommen die Teilnehmer vorab eine Einkaufsliste.

#### Thema 7:

#### Milch vs. Milchalternativen wie Haferdrinks Co.

- Was sind Milchalternativen und was gehört dazu?
  - o EU Bezeichnungsschutz
  - Geschmackstest
- Was unterscheidet Kuh-Milch von Pflanzendrinks was ist
- gesünder?
- Wie sieht es bei dem Klimaretter-Effekt aus wo kommen die Rohstoffe her?

NGU

- Verwendungsmöglichkeiten in der Küche

Die Vorträge können in Präsenz und Digital bei der Milag gebucht werden.

Termin: siehe feststehende Termine (S.6) Plus anteilige Energiekosten

#### Fortbildungsangebote des DLR Eifel 2023/2024 Ernährungsberatung

(Dienstleistungszentrum Ländlicher Raum Eifel)

#### Fit für die gesunde Familienkost – Fit in jedem Alter

Dieses Angebot startet mit einem kurzen Vortrag, in dem die Empfehlungen für eine gute Mahlzeitenzusammenstellung vorgestellt werden. Dabei werden die ernährungsrelevanten und ökologischen Aspekte betrachtet.

Anschließend werden gesammelte Lieblingsrezepte in Kleingruppen hinsichtlich der Empfehlungen in den Blick genommen und ggfs. Änderungsvorschläge erarbeitet. Je nach Wunsch kann der Schwerpunkt auf die Verpflegung von Kindern oder von Senioren gelegt werden.

Wie gewohnt erhalten Sie zu diesem Thema ein Rezeptheft.

## Haltbarmachen von Gemüse – leicht gemacht

Seit jeher werden Lebensmittel mittels verschiedener Verfahren haltbar gemacht. Lange Zeit war es überlebenswichtig, um in den Wintermonaten nicht hungern zu müssen. Heute legt man Vorräte an, weil man es möchte, aber nicht muss. Dabei sind der Fantasie und Experimentierfreude keine Grenzen gesetzt. Besonders beliebt sind aktuell das Dörren, Abfüllen in Twist-Off-Gläser, Einlegen in Essig-Sud, Einwecken und Fermentieren.

In einem Mitmach-Workshop können Sie diese Verfahren ausprobieren und Gemüse - gerne auch aus dem eigenen Garten – haltbar machen.

## Das Leben "versüßen??" – Zucker und seine Alternativen

Wie gesund oder besser gesagt ungesund ist normaler Zucker? Welche Alternativen gibt es für eine gesunde Ernährung? Viele Produkte wie Stevia, Kokosblütenzucker, Xylit etc. werden im Handel angeboten. Können wir damit etwa gesünder süßen? Diesen Fragen wollen wir auf den Grund gehen und beleuchten einige Zuckeralternativen mit ihren Vor- und Nachteilen. Eine kleine Verkostung rundet den Vortrag ab.

#### Lebensmittel-kontrovers diskutiert

#### Auf dem Prüfstand: Milch, Weizen....

Zum Thema Ernährung und Lebensmittel kursieren zahlreiche Mythen, wie etwa: Ist Milch ungesund? Unser erstes Lebensmittel von Geburt an! Ausgerechnet ein Kalziumräuber, der den wertvollen Mineralstoff unserem Knochenaufbau und - erhalt vorenthält? Oder denken Sie an unser altbewährtes Getreide, den Weizen - Zutat zu vielen Nahrungsmitteln unseres täglichen Lebens. Wird er zum Stolperstein in unserem Ernährungsalltag?

Was ist besser – pflanzliches oder tierisches Eiweiß für eine gesunde Ernährung?

In diesem Vortrag werden aktuelle Lebensmittelthesen aufgegriffen und anhand seriöser, wissenschaftlich belegter Erkenntnisse bewertet.

Kostproben runden das Angebot ab.

#### Bitte beachten Sie die Pressemitteilungen

#### 70 Jahre LandFrauen Vulkaneifel 03.06.2023





































#### Rückblick 2023



Fahrradtour



Leinendruckkurs mit Kindern







Lago Magggiore





Hamburger Hafengeburtstag



Apfelblüte im alten Land



BUGA Mannheim







oberitalienische Seen





Rom



Am Sellerpass Tirol



Nösslach Tirol



#### **Unser Vorstand**

**Vorsitzende** Ilse Spohr

Am Hellenberg 11 54579 Üxheim Tel. 02696 - 515

vorsitzende@landfrauen-

vulkaneifel.de

1.Stellvertreterin Bärbel Mauren

Döhmstraße 6 54578 Oberehe Tel. 06595 – 1564



**2.Stellvertreterin** Uschi Schifferings

Vulkanhof 54574 Birresborn Tel. 06594 - 677



Kassenführerin Bianca Haack

Antoniusstraße 8

54568 Gerolstein - Müllenborn

Tel. 0173-1931097

kasse@landfrauen-vulkaneifel.de



#### Weitere Vorstandsmitglieder:

Bianca Haack Antoniusstraße 8 54568 Gerolstein-Müllenborn Tel. 0173-1931097



Sabine Lehmacher Prümerstraße 34a 54568 Gerolstein – Lissingen Tel. 06591 - 984119



Maria Leuschen – Krämer Hillesheimer Straße 5 54576 Dohm-Lammersdorf Tel. 06593 - 760

Sylvia Magor Im Browelt 27 53539 Kelberg Tel. 02692 - 8908



Edith Peters Untere Layenstraße 13 54570 Neroth

Tel. 06591 - 4414



Adelheid Reif Berghof 54552 Katzwinkel

Tel. 02692 - 1534



Michaela Schenk Auf dem Horstert 11 54552 Mehren

Tel. 06592 - 9836343



Natascha Schmitz Auf der Held 3 54552 Tettscheid

Tel. 06569 - 2829964





Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wir investieren in unsere Region und Unternehmen vor Ort und nicht in internationale Spekulationsblasen. Denn egal was die Zukunft bringt: Krisensicheres und nachhaltiges Handeln kommt nie aus der Mode.







Wenn man einen kompetenten Partner hat, der zu allen finanziellen Fragen eine Lösung bietet. Mit uns holen Sie das Beste aus Ihrem Vermögen heraus. Vereinbaren Sie einfach einen Termin mit Ihrem persönlichen Berater.

ksk-vulkaneifel.de

