

Jahresprogramm

2025/2026



LandFrauenverband Vulkaneifel

Postfach 1128 - 54542 Daun

www.landfrauen-vulkaneifel.de

info@landfrauen-vulkaneifel.de

[Facebook: LandFrauenverband Vulkaneifel](#)

[Instagram:](#)



**TECHNOLOGIE- UND
GRÜNDERZENTRUM DAUN**



TAKE OFF!

Mit attraktiven
Flächen- sowie Leistungsangeboten
für Unternehmer und Existenzgründer!

KONTAKT:

addr **Konrad-Zuse-Straße 3 | 54552 Nerdlen**
tel **06592 9827-10 | mobil 0171 31 79 595**
mail **info@tgz-daun.de web | home tgz-daun.de**

SCAN ME!



das Vorwort zu unserem diesjährigen Jahresprogramm zu verfassen ist etwas ganz Besonderes für mich – ich schreibe es als Vorsitzende unseres LandFrauenverbandes zum letzten Mal. Bei unseren kommenden Vorstands-Neuwahlen am 08.10.25 in Bleckhausen darf ich aufgrund satzungsmäßiger Bestimmungen entsprechend meines Alters nicht mehr kandidieren (Erreichen des 65. Lebensjahres).



„Ich bin dann mal weg...“

ist der Titel des Buches von Hape Kerkeling über die Begehung des Jakobsweges und dieser Titel trifft auch ein wenig bei mir zu, denn für eine längere Zeit durfte ich die Geschicke des LandFrauenverbandes in unserer Vulkaneifel leiten. Dies habe ich mit vollem Herzen und großem Einsatz sehr gerne getan, denn ich habe mich immer mit den LandFrauen identifiziert. Wir haben sicher auch einiges bewegen können, wir waren präsent, haben uns bei verschiedenen Themen ein- und mitgemischt.

Viele bemerkenswerte Ereignisse sind in den letzten Jahren geschehen – denken Sie an die Corona-Pandemie, die Flutkatastrophe, Energiekrisen, Schließungen vieler Geburtsstationen in Kliniken. Höhen und Tiefen wechselten sich in der Landwirtschaft ab und nicht zuletzt die Erderwärmung, die für uns alle spürbar und auch einschneidend für diese Ereignisse war und ist.

Kurz gesagt – es war eine aufregende Zeit, die ich nicht missen möchte.

Für mich stand immer der Mensch, das Miteinander, die Gemeinschaft und der Respekt untereinander im Vordergrund.

Es war und bleibt eine spannende Zeit, in der ich meine Verantwortlichkeiten mit den Neuwahlen am 08.10.25 an meine jüngeren Kolleginnen weitergebe.

Selbstverständlich wird es uns weiterhin ein vornehmliches Anliegen sein, interessante, attraktive und aktuelle Angebote unseren Mitgliedern und Interessierten anzubieten. Dabei bedienen wir uns seit

Jahren im Bereich Social Media den Foren Facebook und Homepage, zukünftig kommt Instagram dazu.

Unser Bestreben ist es „Altbewährtes zu erhalten und stets für Neues aufgeschlossen zu sein“. Das spiegelt sich selbstredend in unseren Kurs- und Vortragsangeboten wieder – nicht zu vergessen, unsere attraktiven Reiseangebote.

Heute verabschiede ich mich von Ihnen als Vorsitzende des LandFrauenverbandes, aber nicht als aktive LandFrau, die sich auch zukünftig immer wieder für die Ziele der LandFrauen einsetzen wird – als einer der wichtigsten Träger der Erwachsenenbildung im ländlichen Raum.

Gleichzeitig wünsche ich den zukünftigen Vorstandsdamen für ihre Arbeiten erfolgreiches Gelingen und stets ein gutes Händchen.

Vielen Dank für das gute Miteinander, Ihr Vertrauen und Ihre Treue.

Es grüßt Sie herzlichst

Ilse Spohr



Inhalt

Vorwort	Seite	1
Finanzdaten / Kündigungsfrist.....	Seite	4
Übersicht Fixtermine	Seite	6
Veranstaltungshinweise	Seite	10
Nahrungszubereitung.....	Seite	11
Kurse und Veranstaltungen.....	Seite	15
Tages- und Mehrtagesfahrten	Seite	44
Fahrradtour	Seite	55
MILAG	Seite	56
Weiterbildungsangebot DLR	Seite	58
Rückblick.....	Seite	61

Wichtige Informationen



Der Mitgliedsbeitrag beträgt 20 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).



Familie **Schnell-Mand** aus Polch

Naheliegend: Heizung und Solar von deiner evm.

Dein Partner aus der Region.

evm.de/energieloesungen

Jetzt
Angebot
einholen



Feststehende Termine für folgende Kurse:

Kursname/ Datum/ Uhrzeit/ Ort/ Anmeldekontakt

Honig – mehr als nur süß

☀ 13.04.2026 19:00 Ute Schmitz-Wielpütz
Gemeindehaus Tettscheid
Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964

Prima Pasta

☀ 20.11.25 19:00 Christin Hoffmann
Gemeindehaus Tettscheid
Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964

Meal Prep

29.01.26 17:30 Christin Hoffmann
DLRG Haus, Schalkenmehren
Anita Lenerz Tel. 0151-25965240

Wildkräuter

06.11.25 15:00 Andrea Häfele
01.04.26 15:00 Herstellen einer Vollmond-Beinwellsalbe
25.06.26 15:00 Zubereitung der 9 Kräutersuppe zu
15.08.26 15:00 Oster
Wildkräuter für Frauen, Mütter, Töchter
Beginn der Frauendreißiger
Stefanie Schneider Tel.0152-59865646
Alle Kurse in Gerolstein – Bewingen

Stollen backen

01.11.25 18:00 Leonhard Emonds
02.11.25 18:00 Backstube Kerpen
15.11.25 18:00 Backstube Kerpen
16.11.25 18:00 Backstube Kerpen
Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964

Thermomix

24.10.25 19:00 Lisa Rehnelt
Gemeindehaus Tettscheid
Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964

Leinenlos



28.10.25

15:00

Alexandra Kipp-Müller

Familienkurs

Bürgerhaus „Alte Schule“ Mehren

18:00

Erwachsenenkurs

Bürgerhaus „Alte Schule“ Mehren

Viola Weiler

Tel. 0175-2576729

12.11.25

19:00

Gemeindehaus Birresborn

Uschi Schifferings

Tel. 06594-677

Nähkurs



06.10. bis

03.11.25

17:30

Anke Teusch

Nähkurs für Fortgeschrittene

Bürgerhaus „Alte Schule“ Mehren

immer montags

Viola Weiler

Tel. 0175-2576729

Makramee



30.10. bis

27.11.25

17:30

Anke Teusch

Makramee für Fortgeschrittene

Bürgerhaus „Alte Schule“ Mehren

immer donnerstags

Viola Weiler

Tel. 0175-2576729

Gartentipps vom Fachmann

Frühjahr 2026

Baumschule van Pütten

Oberehe-Stroheich

Bianca Haack

Tel. 0173-1931097

gerne auch über Whats-App

Gartengespräche

Frühjahr 2026

Hans-Jürgen Kesten

Dohm-Lammersdorf

Sabine Lehmacher

Tel. 0171-3208853

gerne auch über Whats-App

Pilzseminar

03.09.26

13:30

Klaus Rödder

Wanderparkplatz Dockweiler

Michaela Schenk

Tel. 0151-27064018

05.09.26

13:30

Grillhütte Kradenbach

Michaela Schenk

Tel. 0151-27064018

Trend Make-Up Best Ager Jennifer Krämer
07.11.25 14:00 Waldkönigen BeautyLounge
Jennifer Krämer Tel. 06594-922920

Trendfarben Frühjahr/Sommer Jennifer Krämer
06.03.26 14:00 Waldkönigen BeautyLounge
Jennifer Krämer Tel. 06594-922920

Klang – und Aromareise Elke Thiel
☀ 05.11.25 19:30 Bürgerhaus „Alte Schule“ Mehren
Viola Weiler Tel. 0175-2576729

Betreute Wohngemeinschaft Caritasverband
10.03.26 18:00 Raderstr. 15b, 54568 Gerolstein
Bianca Haack Tel. 0173-1931097
gerne auch über Whats-App

Eselworkshop Anja Feld
13.06.26 11:00 Little Donkey Ranch, Trittscheid
14.06.26 11:00 Little Donkey Ranch, Trittscheid
22.08.26 11:00 Little Donkey Ranch, Trittscheid
23.08.26 11:00 Little Donkey Ranch, Trittscheid
Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964



Kursangebote der Milag



Hört jeder auf seinen Darm?

19.03.26 18:00 Gemeindehaus Bleckhausen
Anke Bill Tel. 0172-7173670

Kursangebote DLR



Zucker und seine Alternativen

14.01.26 19:00 Gemeindehaus Tettscheid
Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964

Brot backen – leicht gemacht, Mitmach Kurs

21.10.26 14:30 DLR Bitburg, Westpark 11
Sabine Lehmacher Tel. 0171-3208853
gerne auch über Whats-App

Zurück zur Wurzel und Knolle

28.10.26 13:30 Gemeindehaus Betteldorf
Luise Meyer Tel. 06595-1401

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

Achtung: Anmeldungen zu den Kursen sind verbindlich

Veranstaltungshinweise

Adventfeier 2025

Samstag, 22. November 2025 um 14:30 Uhr im **Rondell in Gerolstein**

LandFrauentag 2026

Samstag, 28. März 2026 um 14 Uhr im Forum Daun

Näheres hierzu entnehmen Sie bitte unseren Pressemitteilungen!



RAUM AUSSTATTUNG

Martin Brakonier

Plissees... Jalousien...
Rollos... und co.
Premiumprodukte...
zu fairen Preisen

■ Bahnhofstr. 10
54568 Gerolstein
tel: 06591-985170

Nahrungszubereitung

Kursleiterin: Ute Schmitz-Wielpütz
Lerchenweg 8
54531 Manderscheid
Tel. 0160-6308515

Christin Hoffmann
Lange Wiese 12
54766 Berenbach
Tel. 02676-2519951
0173-5647718

Essen für die Seele – Einfluss auf unsere Stimmung und unser Wohlbefinden

„Liebe geht durch den Magen“ – ein bekanntes Sprichwort, das sicher einen tieferen Sinn hat. Denn Essen und seelische Gesundheit hängen nachweislich zusammen. Ein wärmender Eintopf, süß-cremiger Nachtisch sind wahre Seelenwärmer und können Glücksgefühle wecken. Sie geben uns nach einem anstrengenden Tag ein gutes Gefühl und ein bisschen Seelenheil zurück.

Dieser Kurs überrascht mit Speisen mit „Glücksfaktor“ und ansprechenden Zusammenstellungen – Sie erhalten Informationen über stimmungsaufhellende Inhaltsstoffe.

Kostproben und Rezeptblätter verführen wie immer zum Nachkochen daheim.

Teilnehmerzahl: mind. 12 Personen

Dauer: ca. 3 Unterrichtsstunden

Kursgebühr: 10 Euro für Mitglieder
15 Euro für Nichtmitglieder
plus Lebensmittelkosten und evtl. anteilige Energiekosten

Prima Pasta – Nudeln und Soße, ein unschlagbares Team

Nudeln sind eine bevorzugte Speise

Besonders spannend wird es dann noch, wenn man die Nudeln selber herstellt. Wir bieten zu diesem Thema einen Mitmachkurs an. Sie erfahren, wie einfach es ist gut schmeckende Nudeln selbst zuzubereiten und worauf man dabei achten muss. Unter Anleitung einer erfahrenen Kursleiterin erlernen Sie Grundlagen der Küchentechnik und bereiten leckere Soßen zu, die gut zur Pasta schmecken. Dabei machen das gemeinsame Kocherlebnis und natürlich anschließendes Probieren richtig Spaß.

Alle Teilnehmer/innen erhalten Rezeptblätter zum Nachkochen für zu Hause.

Teilnehmerzahl:	mind. 12 Personen
Dauer:	ca. 3 Unterrichtsstunden
Kursgebühr:	10 Euro für Mitglieder 15 Euro für Nichtmitglieder plus Lebensmittelkosten und evtl. anteilige Energiekosten

Neu

Honig - mehr als nur Süß

Honig – ein süßer Schatz der Natur, geschaffen von fleißigen Bienen, ist mehr als nur ein süßer Genuss. Dieses goldene Elixier vereint Geschmack, Tradition und vielfältige Vorteile für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden. Ob als natürlicher Süßstoff, heilendes Hausmittel oder pflegender Bestandteil in Kosmetik – seine einzigartigen Eigenschaften machen ihn unverzichtbar. Längst hält der Honig in der einfachen wie auch gehobenen Küche Einzug.

Wer meint, dass Honig nur aufs Brötchen oder in den Tee gehört, liegt falsch. Honig kann so viel mehr und gibt einer Soße, einem Salat, Fisch- oder Fleischgerichten erst den richtigen Pfiff. Er ist nicht nur ein Süßungsmittel, sondern auch ein Gewürz und verfeinert pikante und süße Rezepte gleichermaßen.

Lassen Sie sich von unseren leckeren, herzhaften und süßen Rezepten überraschen. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Ausprobieren.

Teilnehmerzahl:	mind. 12 Personen
Dauer:	ca. 3 Unterrichtsstunden
Kursgebühr:	10 Euro für Mitglieder 15 Euro für Nichtmitglieder plus Lebensmittelkosten und evtl. anteilige Energiekosten



Neu

Themenabend - Thermomix

Kursleiterin: Birgit Leuschen-Meis
In der Hesch 16a
54570 Kalenborn-Scheuern
Tel. 0157-59449763
VG Gerolstein

Lisa Rehnelt
Auf der Held 2
54552 Tettscheid
Tel. 0160-7705309
VG Daun und Kelberg

Thermomix einfach erklärt – Hausgemachtes schnell gezaubert

Lernen Sie in entspannter Atmosphäre die vielseitigen Funktionen des Thermomix kennen – ideal für alle, die sich für selbst gemachte Vorräte interessieren. Die Kursleiterin zeigt Ihnen live, wie einfach es ist, köstliche Dinge selbst herzustellen - ganz ohne Fertigprodukte oder Zusatzstoffe.

Sie brauchen weder ein eigenes Gerät noch Vorkenntnisse. Alles Notwendige wird vor Ort zur Verfügung gestellt. Entdecken Sie, wie viel Freude und Nutzen der Thermomix im Alltag bringen kann!

Keine Werbeveranstaltung!

Teilnehmerzahl: 8 bis 12

Dauer: ca. 3 Unterrichtsstunden

Kosten: 10 € für Mitglieder
15 € für Nichtmitglieder
plus Lebensmittelposten und evtl. anteilige
Energiekosten

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 Unterrichtsstunden
Kursgebühr: 10 Euro für Mitglieder
15 Euro für Nichtmitglieder

Termin: **Donnerstag, 03.09.26 um 13.30 Uhr**
Ort: Wanderparkplatz Dockweiler

Termin: **Samstag, 05.09.26 um 13.30 Uhr**
Ort: St. Florian-Grillhütte in Kradenbach

Anmeldung: Michaela Schenk Tel. 0151-27064018





Die starke Stimme für mehr als 15.000 Bauern und Winzer in Rheinland-Pfalz

Bauern- und Winzerverband Rheinland-Nassau e.V. Kreisgeschäftsstelle Daun

Werden Sie Mitglied!

- Interessenvertretung
- Fachberatung regional und überregional
- Rechtsberatung
- Sozialberatung
- Versicherungsberatung
- Seminare / Fortbildungen
- Rabatte, Benefits uvm.

Tel.: 06592/9620-0 | www.bwv-net.de | E-Mail: dau@bwv-net.de
BWV Kreisverband Daun | Holunderweg 5 | 54550 Daun-Boverath



Hier informieren!



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
www.mbr-vulkaneifel.de

Wildkräuter

Kursleiterin: Andrea Häfele
 Bewinger Straße 13
 54568 Gerolstein - Bewingen
 Tel. 06591-8193207 oder 0151-50734287

Wildkräutergartenstunden und -spaziergänge in unserer Natur

Wildkräuter und Heilpflanzen finden wir überall in unserer Natur und sie stehen uns zur freien Verfügung - sie kosten nichts und freuen sich, von uns entdeckt und genutzt zu werden.

Vieles lässt sich von ihnen und über sie lernen. Die Möglichkeiten ihrer Verwendung sind zahlreich – ob in frischem oder getrocknetem Zustand. Unter fachlicher Anleitung erlernen Sie die Zubereitung von Heiltees, Gewürzen, Salben, Essig, Pesto oder Ölen als Zusatz zu Suppen oder Salaten oder Sie genießen sie einfach pur. Wer sie kennen lernen möchte und mit ihnen kochen und sie schmecken möchte, ist herzlich zu unseren Wildkräuter-Abenteuer-Tagen eingeladen.

Das Angebot richtet sich nach der jeweiligen Jahreszeit und der von der Natur vorgegebenen Vegetation.

Dauer: ca. 4 Unterrichtsstunden

Ort/Treffpunkt: Gerolstein-Bewingen



Themen und Termine:

„Herstellung einer Vollmond-Beinwellsalbe“

Beinwell ist eine bekannte Knochenheilsalbe und hilft bei Prellungen, Zerrungen, Blutergüssen, Verstauchungen uvm. Sie wirkt durchblutungsfördernd und schmerzstillend.

Donnerstag, 06.11.25 um 15.00 Uhr

„Zubereitung der 9 Kräutersuppe zu Ostern“

Zu Ostern gehört die traditionelle 9 Kräutersuppe.

Samstag, 01.04.26 um 15.00 Uhr

„Wildkräuter für Frauen, Mütter, Töchter“

Tipps und Hilfe stärkender Kräuter beim prämenstruellen Syndrom, in den Wechseljahren, bei Kopfweg oder Migräne und Krämpfen. Welche Kräuter können uns helfen, unser Bindegewebe zu stärken und evtl. unsere Haut zu verjüngen?

Donnerstag, 25.06.26 um 15.00 Uhr

„Beginn der Frauendreißiger“

Es werden besonders heilwirksame Wildkräuter gesammelt und zu Sträußen gebunden. Daraus bereiten Sie einen stärkenden Tee und backen Wildkräuter-Dinkelwaffeln, gesüßt mit Trockenfrüchten

Samstag, 15.08.26 um 15.00 Uhr

Teilnehmerzahl: bis 12 Personen

Kursgebühr: 17 Euro für Mitglieder
24 Euro für Nichtmitglieder

Anmeldungen: Stefanie Schneider Tel. 0152-5986546

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 Unterrichtsstunden

Stollenbackkurs:

Kursgebühr: 35 Euro für Mitglieder
40 Euro für Nichtmitglieder
inkl. Materialkosten

Termine:	Samstag,	01.11.2025 18 - 21 Uhr
	Sonntag,	02.11.2025 18 - 21 Uhr
	Samstag,	15.11.2025 18 - 21 Uhr
	Sonntag,	16.11.2025 18 - 21 Uhr

Ort: Backstube in Kerpen

Anmeldung: Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964

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



Kreative Kurse zu den Bereichen – Makramee, Häkeln und Nähen

Kursleiterin: Anke Teusch
Zur Siedlung 11
54533 Hasborn
Tel. 06574-900853

Makramee

Mit seinen vielfältigen Knotentechniken ermöglicht Makramee die individuelle Gestaltung von dekorativen Elementen in jeder Wohnung. Eine endlose Vielfalt an Designs von Wandbehängen, Pflanzenaufhängern oder auch kleineren Legearbeiten verleiht jedem Raum eine warme und angenehme Atmosphäre.

Grundlegende Kenntnisse bei dieser Knotentechnik sind nicht erforderlich. Egal, ob geübte Handarbeitende oder Anfänger, jedem ist die Makramee-Kunst leicht zugänglich und bietet eine entspannende Möglichkeit, sich kreativ auszudrücken.

Häkeln

Entdecken Sie die Freude am Häkeln! Von kleinen Dekoartikeln über kunstvoll gestaltete Decken bis hin zu Kleidung für Groß und Klein (auch als aufwertende Verzierung) – Sie können Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Auch mit wenig Material erschaffen Sie wunderschöne, individuelle Stücke.

Nähen für Anfänger

Dieser Kurs startet ohne Vorkenntnisse. Es findet eine ausführliche Einweisung in die Nähmaschine statt und Ihnen werden die grundlegenden Nähtechniken vermittelt. Schritt für Schritt erlernen Sie alles Wichtige und setzen das Gelernte direkt in einem eigenen Nähprojekt um. Die Freude am Nähen kommt dann ganz von selbst.

**ALLE KURSE bieten wir auch als Familienkurse an!!
Perfekt ausgerichtet für Kinder ab 9 Jahren und Erwachsene
jeden Alters.
Gemeinsames Handarbeiten macht Freude und verbindet
Generationen.**

Teilnehmerzahl: 5 - 8 Personen
Dauer: 5 Termine je 3 Unterrichtsstunden

Kursgebühr: 15 Euro für Mitglieder
(je Abend) 20 Euro für Nichtmitglieder
15 Euro für Kinder
plus Materialkosten und anteilige
Energiekosten





Altem Bauernleinen neues Leben einhauchen

Kursleiterin: Alexandra Kipp-Müller, Sefferweich

01 60 / 1 89 79 43

www.leinenlos-eifel.de

info@leinenlos-eifel.de

Vielleicht hast du auch noch altes Bauernleinen und bis jetzt keine Idee, was du daraus machen könntest?

Wie schön, dass dieser hochwertige Stoff hergestellt wurde und die Zeit überdauert hat, jetzt darf er nachhaltig wiederverwendet werden und dich begleiten.

In meinen Leinenlos-Workshops biete ich dir die Möglichkeit, dein Leinen zeitgemäß und modern zu gestalten. Entdecke und erlebe dieses wunderbare Material und verändere es für dich. Gestalte dein ganz persönliches Einzelstück aus einer Vielzahl der Möglichkeiten.

Freue dich auf das kreative Schaffen und genieße Ruhe und Entspannung vom Alltag.

Altem *Bauernleinen*
neues Leben einhauchen!

Teilnehmerzahl: 8 - 10 Personen

Dauer: ca 3 U-Std.

Kursgebühr: 15 € für Mitglieder, 20 € für Nichtmitglieder
jeweils zzgl. Materialkosten





Altem Bauernleinen neues Leben einhauchen

Kursleiterin: Alexandra Kipp-Müller, Sefferweich
01 60 / 1 89 79 43
www.leinenlos-eifel.de
info@leinenlos-eifel.de

Gemeinsam kreativ sein!

Dieser **Familien-Workshop** lädt Kinder und Jugendliche gemeinsam mit einer Bezugsperson zum Bedrucken von Textilien ein.

Nach kurzer Einführung kannst du mit Holzmodellen, Stempeln, Schablonen und Farben deine Lieblingsstücke gestalten. Alles Material ist vorhanden, ziehe aber alte Kleidung an, bei der ein Fleck nichts ausmacht.

Du kannst im Kurs bedrucken:

- Tischsets
- Geschenk-, Brot- oder Turnbeutel
- Kissenhüllen
- Lichtbeutel
- Adventskalender
- Schürzen
- Wimpelketten

Werde zum Textil-Designer und lass uns zusammen Spaß haben.

Teilnehmerzahl: 8 - 10 Personen
Dauer: ca 3 U-Std.
Kursgebühr: 8 € / Kind,
Materialkosten: 7 €, zzgl. zu bedruckende 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 Unterrichtsstunden

Kursgebühr: 10 Euro für Mitglieder
15 Euro für Nichtmitglieder
plus Materialkosten und anteilige
Energiekosten



Romy Mommer

Stoffparadies



Jetzt wieder mit größerer Ladenfläche

Stoffe, Patchworkstoffe und Zubehör
Jerseystoffe und Bündchenmaterial
Vlieseline, Volumenvliese, Stickvliese
Brother Nähmaschinen, Stickmaschinen
und Overlockmaschinen
Wolle, Sockenwolle und Garne
Kurzwaren, Knöpfe, Spitzen, Bänder, Kordeln
Bastelwatte, Taschenzubehör
Annahme Nähmaschinenwartungen
Nähkurse montags von 18.00 bis 20.30 Uhr

Öffnungszeiten:

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

Romy Mommer

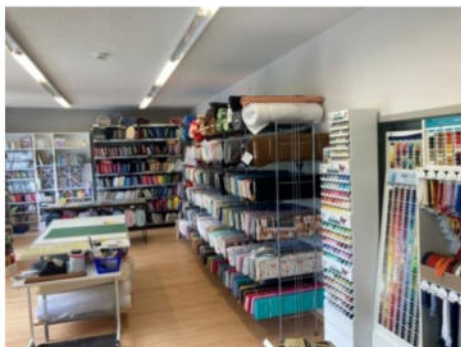
Stoffparadies

Kölner Str. 12

54584 Jünkerath

Tel. 06597-5761

Email: romy.mommer@t-online.de



Marken: Brother, Prym, Schachenmayr, Regia, Mez, YKK, Vlieseline, Vliesofix, Swafing, Madeira, Union-Knopf, Schmetz-Nadeln,

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: 5-6 Termine, je 3 Unterrichtsstunden
Kursgebühr: 10 Euro/Termin für Mitglieder
15 Euro/Termin 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 Unterrichtsstunden
Kursgebühr: 10 Euro/Termin für Mitglieder
15 Euro/Termin für Nichtmitglieder
plus anteilige Energiekosten



Ihr Stoff- und
Nähexperte in Prüm



- Kinder- und Modestoffe aller Art
- Dekostoffe und Kunstleder
- **brother** Näh- und Stickmaschinen
- 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:	ca. 3 Unterrichtsstunden
Kursgebühr:	25 Euro für Mitglieder 30 Euro für Nichtmitglieder plus anteilige Energiekosten





Selbstliebe mit den Pflanzenseelen

Dampfbad
Reinigung
Peeling
Maske
Meditation
Klangschalen



Wellness Spa-Abend

TERMINE NACH
VEREINBARUNG

GÖNN DIR
WAS

www.seelen-stärke.de

Freue Dich auf einen Abend im Sinne der Selbstliebe.
Wir machen gemeinsam einen Wellness-Spa Abend mit
Naturprodukten und ätherischen Ölen, incl. einer kleinen
Meditation und Klangschalen.

Was bringst du mit?

- 1 gr. Schüssel (Gesicht)
- 1 kl. Schüssel (zum Anrühren)
- 1 Handtuch
- 1 Spiegel zum Aufstellen
- ggf. 1 Pinsel

Teilnehmerzahl:	max. 15 Personen
Dauer:	ca. 3 Unterrichtsstunden
Kursgebühr:	25 Euro für Mitglieder 30 Euro für Nichtmitglieder plus anteilige Energiekosten



Meine Vulkaneifel

Entdecke jetzt die Web-App



Ausflugsziele

Erlebnisse

Wandertouren

Gastronomie

Radtouren

Familienspaß

Entdecke die gesamte Bandbreite an Ausflugszielen, Erlebnissen, Wandertouren sowie Einkehrmöglichkeiten rund um das Gerolsteiner Land, die Ferienregion Kelberg sowie das GesundLand Vulkaneifel gebündelt in einer Web-App.

Abgerundet wird das Angebot durch Informationen zu Radverleih-Stationen, Öffnungszeiten der Tourist Informationen sowie eine Darstellung der Unterkünfte der Regionen.

Vorteil: Die Web-App „Meine Vulkaneifel“ kann direkt über den Webbrowser aufgerufen und genutzt werden und erfordert keinen Download.

So geht's:

Web-App zum Startbildschirm deines Mobiltelefons hinzufügen

Android-Betriebssystem:

1. Öffne www.meine-vulkaneifel.de im Browser
2. Öffne oben rechts das 3-Punkte-Menü
3. Wähle „Zum Startbildschirm hinzufügen“

iOS-Betriebssystem:

1. Öffne www.meine-vulkaneifel.de im Browser
2. Öffne unten das Teilen-Menü
3. Wähle „Zum Home-Bildschirm“



Speichere
die Web-App
auf deinem
Handy!



Tanzspaß am Samstag

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 Tanz 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: jeden 2. Samstag im Monat,
beginnend am 11.10.25 ab 14 Uhr

Teilnehmerzahl: ab 10 Personen

Dauer: ca. 3 Unterrichtsstunden

Kursgebühr: 10 Euro für Mitglieder
15 Euro für Nichtmitglieder
plus anteilige Energiekosten

Ort: HIGIS Wiesbaum, Vulkanring

Anmeldungen: Bianca Haack Tel. 0173-1931097

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, Junggesellinnenabschied oder das Beisammensein in netter Runde. In kleinen Gruppen können Sie unter unserer professionellen Anleitung Schminktipp und - Tricks umsetzen.

Kursgebühr: 29 Euro* pro Termin

*Bei einem Einkauf ab 50 Euro werden Ihnen 10 Euro Teilnahmegebühr vergütet.

Dauer: 3 Unterrichtsstunden

Termine: Freitag, 07.11.2025 um 14:00 Uhr
„Strahlende Looks für makellose Schönheit“

Freitag, 06.03.2026 um 14:00 Uhr
„Trendfarben Frühjahr/Sommer für Best Ager“

Ort: BeautyLounge
Waldkönigener Straße 34
54550 Daun-Waldkönigen

Anmeldungen: Jennifer Krämer

Tel. 06594 – 922920



BEAUTY LOUNGE

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



ZUSATZ-
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 ganztätig nach Vereinbarung

Alles Reiki oder was?

Interaktiver Vortrag über Heilmöglichkeiten

Referentin: Regine Grümmmer
Pützgasse 35
53945 Blankenheim-Mülheim
Tel. 02449-917678

Egal, was um dich herum geschieht – deine Gesundheit und dein Wohlbefinden sollten immer im Mittelpunkt stehen.
Natürlich unterstützt dabei unser Arzt. Doch kennen Sie auch andere Wege, wie z. B. Reiki? Sicher haben Sie schon mal davon gehört! Diese fernöstliche Methode überträgt kosmische Lebensenergie und kann Körper und Seele wieder in Einklang bringen. Ein spannendes Thema, über das man viel sprechen, diskutieren und nachdenken kann. An diesem Abend wird Ihnen Fachfrau Regine Grümmmer zeigen, wie Reiki funktioniert und wie Sie sich bei vielen gesundheitlichen Themen selbst helfen (lassen) können. Sie öffnet ihre „Schatzkiste“ und bringt das Ein oder Andere mit.
Wie genau der Abend verläuft? Das bestimmen Sie mit. Lassen Sie sich überraschen und freuen Sie sich auf einen spannenden, interaktiven Vortrag.

Termin: 26.02.2026 um 18:30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Raderstraße 9, 54568 Gerolstein

Kursgebühr: 10 Euro für Mitglieder
15 Euro für Nichtmitglieder
plus einen kleinen Teil der anteiligen
Energiekosten

Anmeldungen: Bianca Haack Tel. 0173-1931097
(gerne auch per WhatsApp)



Regine Grümmer

Pützgasse 35, 53945 Blankenheim

www.einklang-eifel.de

mail@einklang-eifel.de

Tel.: 02449/917678 und 0177/7739186

Du möchtest mehr Leichtigkeit in deinem Leben? Du möchtest deine Intuition trainieren und mit Tieren sprechen?

- Telepathische Tierkommunikation
- Energetische Heilarbeit und Reiki
- Coaching und Lebensbegleitung
- Schamanische Rituale
- Walderleben und Kräuterwissen
- Entspannungstechniken
- Seminare und Workshops

Weitere Infos und Termine auf meiner Homepage www.einklang-eifel.de




BLUMEN
Gröhsges
Sträuße
Pflanzen
drinnen & draußen
Deko

Pelm Prüm Manderscheid Trier
www.blumen-groehsges.de

Grabpflege

*Wir kümmern
uns gern dauerhaft!*

Sträucher
Hecken
Bäume


BÄUME
Gröhsges

info@blumen-groehsges.de
Tel. 06591 3022

Rundgang durch den Öko-Nutzgarten am Heidelberg

Ansprechpartner: Hans-Jürgen Kesten
Dipl.-Ing. agrar (FH)
Heidelberg 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.



Gartengespräche

Pflegeleichtes Gärtnern von leckerem Gemüse – aktuelle Tipps und Anregungen aus der Praxis mit Rundgang durch den Garten.

Sie erfahren praktische Hinweise zu aktuellen Gartenthemen – z. B. zur Bodenbeschaffenheit, Fragen der Kompostierung, Mulchen, Mischkulturen und Fruchtfolge, eigene Pflanzenanzucht und Saatgutbehandlung, biologische Pflanzenstärkung und Schädlingsbekämpfung. Natürlich werden auch Nachhaltigkeit und Ressourceneinsparung besprochen und zahlreiche Kulturvorschläge unterbreitet. Wie wäre es, auch mal den Blick auf ein paar seltene und ausgefallene Gemüsearten zu werfen? Bei Interesse wird ebenfalls auf die zahlreichen insektenfreundlichen Blütenmischungen, die den Garten umranden, eingegangen.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen
 Kursgebühr: 7 Euro für Mitglieder
 10 Euro für Nichtmitglieder

Dauer: ca. 3 Unterrichtsstunden

Termin: ab Frühjahr 2026

Ort: Garten am Heidberg in
Dohm-Lammersdorf

Anmeldungen: Sabine Lehmacher Tel. 0171-3208853
 (gerne auch über Whats App)

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
12 Euro für Nichtmitglieder

Termin: **Frühjahr 2026**

Ort : Baumschule van Pütten
in Oberehe-Stroheich

Anmeldungen: Bianca Haack Tel. 0173-1931097
(gerne auch über Whats-App)

Beachten Sie bitte hierzu die Informationen in der Presse!

Die Baumschule in der Eifel, direkt in Ihrer Nähe.

**Baumschule und Gartenbau
van Pütten GbR**

*Das ganze Jahr pflanzbereit mit
Containerpflanzen.*

Kaisersgarten 9, 54578 Stroheich
Telefon 0 65 95 / 2 69

info@baumschule-eifel.de www.baumschule-eifel.de

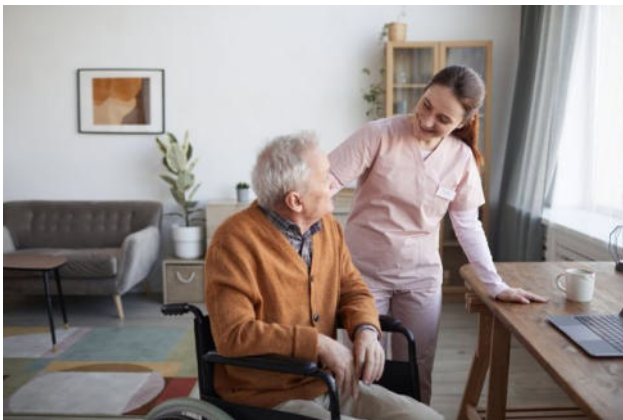


Betreute Wohngemeinschaften für Pflegebedürftige – Eine Alternative zum Pflegeheim?!

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. Christoph Biegel, Leitung ambulant betreute Wohngemeinschaft 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: 10.03.2026 um 18 Uhr
Ort: Wohngemeinschaft des Caritasverbandes,
Raderstraße 15b, 54568 Gerolstein

Anmeldungen: Bianca Haack Tel. 0173-1931097
(gerne auch per Whats-App)



Plötzlich Rente – und jetzt?? **Interaktiver Mitmach-Vortrag**

Der Übergang vom Arbeitsleben in den Ruhestand ist ein mitunter schwerwiegender Veränderungsprozess, den die meisten Menschen unterschätzen – es ist mehr als nur „nicht mehr arbeiten“! Sie müssen für sich eine neue Rolle im Leben finden, neue Rituale verankern, evtl. Beziehungen neu definieren und sind stärker mit sich selbst und Ihren Partner konfrontiert - kurz: Sie sehen sich ganz ungewohnten „Belastungen“ ausgesetzt.

Cornelia Bloss, zertifizierte Fachfrau und Leiterin dieses Interaktiv – Mitmach - Vortrags zeigt Ihnen, wie Sie Ihrem neuen Lebensabschnitt Sinn geben und Ihre Ressourcen stärken können. Beginnen Sie die Ruhestandsphase positiv, denn dies ist nach dem Erwachsenenalter der längste Lebensabschnitt, der nicht fremdbestimmt sein sollte.

Raus aus dem Arbeitsmodus – rein ins Leben!

Termin: **06.11.2025 um 17 Uhr**

Ort: Junior Uni Daun
Alter Weg 18, 54550 Daun

Kursgebühr: 12 Euro für Mitglieder
20 Euro für Nichtmitglieder

Anmeldungen: Michaela Schenk Tel. 0151-27064018

Eselworkshop

Wanderführer: Anja Feld
Dorfstraße 18
54552 Üdersdorf-Trittscheid
Tel. 0151-46603491



Du möchtest einfach mal dem stressigen Alltag entfliehen oder dich durch die gemütliche Art der flauschigen Langohren entschleunigen?

Dann ist dieser Workshop genau das Richtige.

Von diesem Kurs profitieren nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder ab 6 Jahren.

Hier lernst du die Tiere kennen, erhältst Einblick in die Haltung und Pflege. Zum Thema Fressen werden wir gemeinsam einen Kräuterteller für die Esel herstellen und uns an einem Parcours der Führung der Tiere beteiligen.

Spaß garantiert!

Kursgebühr: 20 Euro für Mitglieder und Kinder
30 Euro für Nichtmitglieder

Kursdauer: ca. 3 Unterrichtsstunden

Anmeldungen: Natascha Schmitz Tel. 06596-2829964



Tagesfahrten

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



Donnerstag, 26.03.2026 **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, Bushaltestelle Schulzentrum
 07:15 Uhr, Dreis, Haus Vulkania
 07:30 Uhr, Hillesheim, Markthalle/Viehmarkt



Tageslehrfahrt nach Münstermaifeld und Maria Laach

Weites Land zwischen Eifel und Mosel – das ist das Maifeld. Wir besuchen das historische Städtchen Münstermaifeld und starten eine Zeitreise in die Welt unserer (Ur-) Großeltern, die wir im Heimat- und Erlebnismuseum finden. Hier, im größten Ladenmuseum Deutschlands, geben über 20.000 Exponate einen detailgetreuen Einblick in das Leben auf dem Maifeld im 19. und frühen 20. Jahrhundert. Ob Damenhutladen, Klassenzimmer, Kolonialwaren oder Werkstätten von Schuhmacher, Sattler, Stellmacher usw. – alles wirkt so, als seien die Menschen darin nur für ein paar Momente weggegangen.

Nach einem Spaziergang durch Münstermaifeld steuern wir die bekannte Benediktinerabtei Maria Laach an. Die beeindruckende Kirche mit ihren klostereigenen Betrieben wie Buch- und Kunsthandlung, Klosterladen, Kunstschmiede, Klostergärtnerei, Hofladen und Restaurant zieht das ganze Jahr über eine Million Besucher an und ist immer wieder eine Reise wert. Auf Wunsch ist eine Führung durch das Kloster und die Bibliothek möglich (gegen Aufpreis).

Termin: **Mittwoch, 22.04.2026**

Anmeldungen an Maria Leuschen-Krämer, Tel. 06593 – 760

Bei Nichtantritt der Tagesfahrten wird ein Kostenbeitrag von 20 € fällig



Tageslehrfahrt über Kloster Maria Frieden und Vellerhof nach Monschau

Das ehemalige Trappistinnenkloster Maria Frieden in Dahlem, jetzt in Trägerschaft des Rheinischen Vereins für Katholische Arbeiterkolonien e.V., ist eine ganz besondere Einrichtung und erster Halt unserer Tagesreise nach Monschau. Hier finden wohnungslose Frauen in besonderen sozialen Schwierigkeiten ein stationäres Hilfsangebot. Wir fahren weiter zum Vellerhof, wo der Verein u. a. ein Alten- und Pflegeheim und eine stationäre Wohnungsloseneinrichtung unterhält. Das dorfähnliche Anwesen mit eigener Kapelle und landwirtschaftlichem Betrieb bietet jedem Bewohner eine therapeutische Betreuung und ein sinngebendes Beschäftigungsfeld. - Nach der Führung durch die Einrichtungen und dem gemeinsamen Mittagessen auf dem Vellerhof bleibt noch Zeit für offene Fragen.

Das malerische Städtchen Monschau ist unser nächstes Ziel. Wir besichtigen die historische Senfmühle, und anschließend können Sie durch die Altstadt mit ihren idyllischen Fachwerkhäusern und dem berühmten Roten Haus schlendern. Vielleicht legen Sie noch eine gemütliche Kaffeepause ein, bevor es wieder in die schöne Eifel zurück geht.

Termine:	Mittwoch,	29.04.2026
	Donnerstag,	16.07.2026

Anmeldungen an M. Leuschen-Krämer, Tel. 06593/760

Bei Nichtantritt der Tagesfahrten wird ein Kostenbeitrag von 20 € fällig

Lehrfahrt zur Landesgartenschau in Neuss

Vom 16. April bis 11. Oktober 2026 lädt die Landesgartenschau Menschen aus nah und fern nach Neuss ein. In zentraler Lage zwischen historischer Innenstadt, Hafen und Rhein ist aus der ehemaligen Galopprennbahn ein 38 ha großer lebendiger Park, ein grünes Herz der Stadt entstanden. Mehr als 50 Haus- und Themengärten zeigen ökologische und zeitgemäße Gartenkunst und Inspirationen für Ihr Zuhause. Freuen Sie sich auf eine lebendige und innovative Gartenschau mit herausragenden Ausstellungen und einzigartigen Erlebnissen für alle Sinne. Lassen Sie sich von floristischen Hallenschauen verzaubern und genießen Sie die rheinische Herzlichkeit!

Termin: Dienstag, 05.05.2026
Mittwoch, 30.09.2026

Anmeldungen an Maria Leuschen-Krämer, Tel. 06593 – 760

Bei Nichtantritt der Tagesfahrten wird ein Kostenbeitrag von 20 € fällig



Tageslehrfahrt nach Mendig und Maria Laach

In Mendig, im „Land der Vulkane“, werden wir völlig gefahrlos Zeugen eines Vulkanausbruchs und spüren im Lava-Dome die extremen Kräfte der Natur auf spektakuläre Art und Weise. Mit einem Gästeführer steigen wir in den Lavakeller hinab, mitten in ein 32 m tiefes System aus Stollen und Schächten.

Achtung: Im Keller herrschen Temperaturen von **8°C bis 9°C!**
Denken Sie an warme Kleidung und festes Schuhwerk!

Nächstes Ziel ist die Benediktinerabtei Maria Laach. Die beeindruckende Kirche mit ihren klostereigenen Betrieben wie Buch- und Kunsthandlung, Klosterladen, Kunstschmiede, Klostergärtnerei, Hofladen und Restaurant zieht das ganze Jahr über eine Million Besucher an. Auf Wunsch ist eine Führung durch das Kloster und die Bibliothek möglich (gegen Aufpreis).

Termin: Donnerstag, 30. Juli 2026

Anmeldungen an Maria Leuschen-Krämer, Tel. 06593 – 760

Bei Nichtantritt der Tagesfahrten wird ein Kostenbeitrag von 20 € fällig



Mehrtagesfahrt



Willkommen am Bodensee – Zeit für See, Kultur und Genuss

Der Bodensee – hier treffen drei Länder aufeinander - Wasser, Berge und Kultur bilden eine einzigartige Kulisse.

Unsere Reise führt uns an die Ufer dieses faszinierenden Sees, dessen Charme zu jeder Jahreszeit begeistert. Im Mittelpunkt steht die österreichische Festspielstadt Bregenz, malerisch gelegen zwischen dem glitzernden Bodensee und den sanften Hügeln des Pfänders. Hier übernachten wir stilvoll und genießen die besondere Mischung aus urbaner Eleganz, Seeidylle und alpiner Leichtigkeit.

Ob gemütliche Spaziergänge entlang der Uferpromenade, ein Ausflug mit dem Schiff, ein Besuch der berühmten Seebühne oder ein Bummel durch die historische Altstadt – Bregenz ist der perfekte Ausgangspunkt für unvergessliche Erlebnisse rund um den Bodensee.

Freuen Sie sich auf entspannte Tage voller Eindrücke, Genuss und Entschleunigung, direkt im Herzen einer der schönsten Regionen Mitteleuropas!

Termin: 13.05.2026 bis 19.05.2026

7 Tage

Anmeldungen an Maria Leuschen-Krämer, Tel. 06593 – 760 oder reisen@landfrauen-vulkaneifel.de

Das Programm zu der Mehrtagesfahrt liegt vor und wird Ihnen auf Wunsch zugesandt.

Tagesfahrten

Bärbel Mauren
Döhmstraße 6
54578 Oberehe
Tel. 06595 - 1564

Tageslehrfahrt zum Spargelhof nach Alpen am Niederrhein

Ein Besuch des Spargelhofes Schippers in Alpen am Niederrhein ist immer wieder eine Reise wert. Aufgrund der großen Nachfrage bieten wir diese Tagesfahrt erneut an. „Frisch auf den Tisch“, von den Feldarbeiten über die Verarbeitung bis hin zur Vermarktung – der erfahrene Spargelbauer beantwortet Ihnen alle Fragen vor Ort. Von der feinen Geschmacklichkeit des Wurzelgemüses können Sie sich bei einem gemeinsamen Mittagessen selbst überzeugen.

Nachmittags besuchen wir den Wallfahrtsort Kevelaer.

Termin: Mittwoch, 27.05.2026
Donnerstag, 11.06.2026

Die Abfahrtszeiten entnehmen Sie bitte der Presse!

Anmeldungen an Bärbel Mauren, Tel. 06595 – 1564

Bei Nichtantritt der Tagesfahrten wird ein Kostenbeitrag von 20 € fällig



Mehrtagesfahrt

Advent in Oberbayern – Alpenromantik & Weihnachtsklänge

Erleben Sie die besinnliche Adventszeit in der malerischen Kulisse Oberbayerns. Freuen Sie sich auf eine gemütliche Übernachtung in Miesbach und festliche Ausflüge in die winterlich geschmückten Orte der Region. In Bad Tölz erwarten Sie traditionsreiche Gassen und stimmungsvolle Marktstände, während am Tegerensee und in Bad Wiessee zauberhafte Weihnachtsmärkte mit alpenländischem Flair begeistern.

Ein musikalischer Höhepunkt der Reise ist das feierliche Nikolauskonzert des weltbekannten Tölzer Knabenchors – ein unvergessliches Erlebnis inmitten vorweihnachtlicher Stimmung. Lassen Sie sich verzaubern von bayrischer Herzlichkeit, regionaler Kulinarik und festlicher Atmosphäre!

Termin: 04.12.2025 bis 07.12.2025

4 Tage

Anmeldungen an Bärbel Mauren, Tel. 06595 – 1564

Das Programm zu der Mehrtagesfahrt liegt vor und wird Ihnen auf Wunsch zugesandt. Programmänderungen bleiben vorbehalten!



Wintermärchen in Finnisch Lappland – Nordlichter, Eisbrecher & Helsinki

Tauchen Sie ein in ein faszinierendes Winterabenteuer nach Finnland, wo märchenhafte Schneelandschaften, flackernde Nordlichter und einmalige Erlebnisse auf Sie warten. Ob eine Übernachtung im Glasiglu unter dem Polarhimmel, eine Fahrt mit dem mächtigen Eisbrecher, Huskysafari oder eine rasante Fahrt mit dem Schneemobil. Diese Reise vereint Naturwunder, Abenteuer und nordische Lebensart zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Erleben Sie die Magie des Nordens!

Termin: 31.01.2026 bis 08.02.2026

9 Tage

Anmeldungen an Bärbel Mauren, Tel. 06595 – 1564

Das Programm zu der Mehrtagesfahrt liegt vor und wird Ihnen auf Wunsch zugesandt.

Programmänderungen bleiben vorbehalten!



Entdecken Sie Nordholland – Erholung und Natur in Bergen aan Zee

Erleben Sie die atemberaubende Schönheit der niederländischen Küste! Unser Reiseziel Bergen aan Zee, ein charmantes Seebad in Nordholland, bietet Ihnen eine perfekte Mischung aus Erholung, Natur und kulturellen Highlights. Die beeindruckende Vielfalt Hollands bietet ihnen traumhafte Küsten, malerische Städte und einen unvergesslichen Ausflug zum weltberühmten Keukenhof, dem schönsten Frühlingspark der Welt.

Termin: 16.04.2026 bis 19.04.2026 4 Tage

Anmeldungen an Bärbel Mauren, Tel. 06595 – 1564

Das Programm zu der Mehrtagesfahrt liegt vor und wird Ihnen auf Wunsch zugesandt.
Programmänderungen bleiben vorbehalten!



Willkommen zu unserer Reise in den Spessart

Eine der schönsten und sagenumwobensten Mittelgebirgslandschaften Deutschlands! Zwischen sanften Hügeln, dichten Wäldern und idyllischen Fachwerkdörfern erwartet uns eine Region voller Natur, Geschichte und Genuss. Ob auf den Spuren von Räubern und Märchen, beim Wandern auf verwunschenen Pfaden oder beim Entdecken kultureller Schätze – der Spessart bietet für Jeden etwas. Lassen Sie den Alltag hinter sich und tauchen Sie mit uns ein in eine Welt voller Ruhe, Abenteuer und echter Gastfreundschaft.

Termin: 12.08.2026 bis 16.08.2026 5 Tage

Anmeldungen an Bärbel Mauren, Tel. 06595 – 1564

Das Programm zu der Mehrtagesfahrt liegt vor und wird Ihnen auf Wunsch zugesandt.
Programmänderungen bleiben vorbehalten!

**Veranstalter sämtlicher Tages- und
Mehrtagesfahrten:
Linden-Reisen GmbH & Co.KG, Stadtkyll**

Marita Schweitzer
Fliederweg
54550 Daun-Boverath
Tel. 06592-4864

Radtour im Sommer 2026

Der Landfrauenverband Vulkaneifel lädt wie jedes Jahr zu einer Radtour im Sommer 2026 ein.

Die Wegstrecke und der genaue Termin stehen noch nicht fest. Bitte beachten Sie hierzu unsere Informationen in der Presse.

Anmeldungen und weitere Informationen können Sie gerne bei Frau Schweitzer erfragen.



Linden Reisen GmbH & Co. KG
Schwammertstr. 28 · 54586 Stadtkyll
Tel.: 06597/90253-0 · Fax: 06597/90253 28
E-Mail: stadtkyll@linden-reisen.de

www.linden-reisen.de

Kursangebote der Milag

(Milchwirtschaftliche Arbeitsgemeinschaft Rheinland-Pfalz e.V.)

„Die Vorträge der MILAG sind auf folgende Themen eingegrenzt.“

Aufgrund von Personalveränderungen werden von Seiten der Milag derzeit nicht mehr alle bisherigen Kurse angeboten.

Man ist jedoch bemüht, in absehbarer Zeit wieder mehr Veranstaltungen mit den beliebten Themen „Käse und Frischkäse oder Butter...“ durchzuführen.

Für unser aktuelles Jahresprogramm können wir Ihnen folgende Kurse anbieten:

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:

Milch multikulti - Was kommt in anderen Ländern auf den Tisch, Einsatzmöglichkeiten in unserer Küche

Milchprodukte wie Joghurt und Käse sind weltweit beliebt.

Dabei entwickelten sich in vielen Ländern im Laufe der Geschichte ähnliche Produkte. Manche davon haben auch schon unsere heimische Küche erobert. Doch was verbirgt sich hinter den Namen wie – Lassi, Kefir, Ayrán u.v.m. -, wie unterscheiden sie sich und was kann man daraus zubereiten? Fachfrau Yvonne Riede, Mitarbeiterin bei der Milag, wird Ihnen dazu Vieles erklären können. Bei einer Geschmacksprobe können Sie Milchprodukte kennenlernen, die Sie auch bei uns im Supermarkt finden.

Kostproben runden den Vortrag ab (Lebensmittelumlage 4,00 Euro).

Thema 3:

Immer in Balance mit Milch und Milchprodukten!?

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

Milch vs. Milchalternativen wie Haferdrinks & Co.

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

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

Termin: siehe feststehende Termine (S.9)

Kursgebühr: siehe Veröffentlichung, plus anteilige Energiekosten

Fortbildungsangebote des DLR Eifel 2025/2026

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.

Nachhaltige Ernährung: Zurück zu Wurzel und Knolle Herbst- und Wintergemüse neu entdecken

Vorführung mit Verkostung

Wenn im Oktober die Erntezeit der wärmeliebenden Gemüsearten endet, beginnt die Saison für Herbst- und Wintergemüse wie Pastinaken, Petersilienwurzel, Schwarzwurzel, Rote Bete, Grün- oder Rosenkohl. Diese Gemüse bieten nicht nur eine Fülle an Vitaminen, Mineral- und Ballaststoffen, sie punkten zudem mit einer günstigen Ökobilanz. Die Transportwege vom Feld bis in den Einkaufskorb sind meist kurz. Das Angebot in der Haupterntezeit ist reichhaltig und damit oft preiswert. Wintergemüse bietet reiche Geschmacksvielfalt und will wiederentdeckt werden.

Nudelvielfalt

Des Deutschen liebstes Essen sind u.a. Nudeln!

Den Zubereitungsmöglichkeiten sind keine Grenzen gesetzt.

In diesem Vortrag stellen Sie nicht nur Nudeln selber her, sondern Sie erfahren Vieles zu den verschiedenen Mehlen mit der dazugehörigen Warenkunde.

Viele Rezepte werden Ihnen vorgestellt und eine kleine Verkostung rundet das Kursangebot ab.

Neu

Brot backen – leicht gemacht Mitmach-Workshop

Mit nur vier Zutaten – Mehl, Wasser, Lockerungsmittel, Salz – können Sie verschiedene Brotsorten herstellen. In diesem Mitmach-Workshop erfahren Sie einiges über die Grundzutaten und über verschiedene Möglichkeiten, Körner zu zerkleinern. Außerdem werden die Herstellung von Sauerteig und die Techniken der Teigführung erklärt. Jeder bringt für sein Wunschbrot eigene Zutaten mit und backt individuell sein eigenes Brot.

Eine kleine Verkostung rundet das Kursangebot ab, wobei die selbst gebackenen Brote und Rezepthefte mit nach Hause genommen werden können.

Termin: 21.10.2026 um 14.30 Uhr für ca. 3 Stunden

TN-Zahl: max. 12 Personen

Ort: Westpark 11, 54634 Bitburg

Anmeldungen: Sabine Lehmacher
Tel. . 0171-3208853

(gerne auch über Whats App)

Bitte beachten Sie die Pressemitteilungen!

Rückblick 2024



Garten
Herr Kesten



Betrieblicher
Gesundheitstag
KSK Daun



Backkurs
Kerpen



Erntedank
Trier



Frankenland/Bayreuth

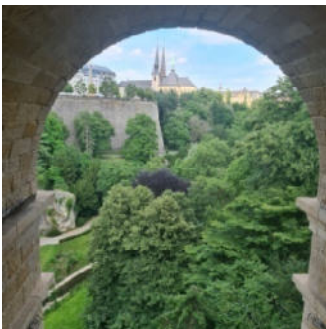


Gruppenfoto Costa Dorada



Gruppenfoto Andorra

Betriebsbesichtigung
Engelshof in Hetzerath
und Fahrt nach
Luxemburg





Vierzehnheiligen im
Frankenland



Fahrt zum
Spargelhof

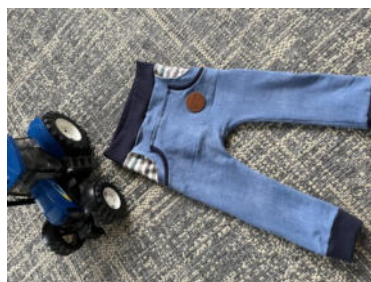
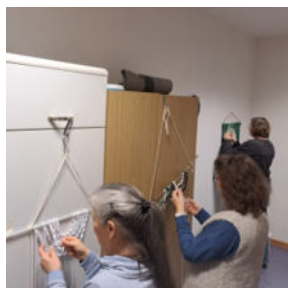


Häkelkurs in
Tettscheid





Makrameekurs



Projekte aus dem Nähkurs



Landfrauentag 05.04.2025



Jürgen und Horst



Adventssfeier 22.11.2024



Unser Vorstand

Die Mitglieder des neuen Vorstandes können Sie nach den Wahlen an der Jahreshauptversammlung am 08.10.2025 auf unserer Homepage unter www.landfrauen-vulkaneifel.de einsehen.





**Der Weg zu einer
besseren Welt beginnt
vor der Haustür.**

**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.



Eine sichere Bank.

Die Welt verändert sich – Ihre Sparkasse bleibt für Sie da.

Seit jeher sind wir eine verlässliche Partnerin in unserer Region. Mit Erfahrung und Beständigkeit sorgen wir dafür, dass Ihre finanzielle Sicherheit jederzeit gewährleistet ist.

ksk-vulkaneifel.de

Weil's um mehr als Geld geht.



**Kreissparkasse
Vulkaneifel**