

---

## Vorstand

### Vorsitzende

Martina Hepting  
Brigitte Scirmaier  
Martina Schuler

### Schriftführerin

Alexandra Zapf

### Rechnerin

Sylvia Burger

### Presse

Brigitte Schirmaier

### Beisitzerinnen

Angelika Armbruster  
Agnes Braun  
Sonja Schwer  
Christa Wernet-Doll

## Über uns

Wir sind eine starke Gemeinschaft, offen für alle Frauen, die auf dem Land leben – unabhängig von Alter, Beruf und Lebensform.

Unser Angebot umfasst Vorträge, Kurse und Exkursionen sowie Spaß und Engagement in der Dorfgemeinschaft.

Herzlichkeit, Zusammenhalt, Aktivität und Bewegung prägen unser Miteinander. Gemeinsam setzen wir Akzente für einen lebenswerten und attraktiven ländlichen Raum.

### Was uns verbindet ...

- die Lust aufs Land und ein gesundes selbstbestimmtes Leben
- die Neugier, sich stetig weiterzuentwickeln
- der Wunsch etwas zu bewegen
- die Freude an der Begegnung mit Menschen

Wer noch mehr über uns LandFrauen wissen möchte und vielleicht Lust hat bei uns mitzumachen, kann sich gerne an uns wenden.

**Neue Mitglieder sind herzlich willkommen!**

## Info & Kontakt

LandFrauen Oberes Bregtal  
Martina Hepting  
Josef-Zähringer-Str. 50, 78120 Furtwangen  
☎ 07723/ 7702  
[www.landfrauen-oberes-bregtal.de](http://www.landfrauen-oberes-bregtal.de)

## Weitere Bildungsangebote

LandFrauenverband Südbaden  
mit seinem Bildungs- und Sozialwerk e. V.  
[www.landfrauenverband-suedbaden.de](http://www.landfrauenverband-suedbaden.de)



## Veranstaltungsprogramm 2022 / 23



Die Bildungsveranstaltungen werden im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des LandFrauenverbandes Südbaden e. V. durchgeführt.

[www.landfrauenverband-suedbaden.de](http://www.landfrauenverband-suedbaden.de)

## Räuchern mit Kräutern

Vortrag mit praktischer Anwendung

Datum: Donnerstag, 17.11.2022,  
Uhrzeit: 19.30 Uhr  
Ort: Gasthaus Bad  
Referentin: Christiane Denzel  
Kosten für Nichtmitglieder: 5 Euro

An einem Räucherabend werden drei Räucherarten durchgeführt. Dabei erfahren wir Hintergründe des jeweiligen Brauches, des Räucherns und die Wirkung der dabei verwendeten typischen Kräuter und Harze. Lassen Sie sich auf einen Ausflug in Ihr Inneres ein! Genießen Sie einen meditativen, entspannten Abend voll betörender Düfte!

## Weihnachtliches Nähen

praktische Veranstaltung

Datum: 11.11. und 18.11.2022 und  
Uhrzeit: 19.00 Uhr  
Ort: Gemeindehaus Linach

Referentinnen: Agnes Braun, Sylvia Burger  
Alexandra Zapf  
Kosten: Stoff besorgt jeder selbst nach Wunsch. Für Tipps und Anregungen stehen wir gerne zur Verfügung

Wir werden gemeinsam eine schöne Sternentischdecke oder einen Wichtel nähen. Siehe Bild unten. Was Ihr dazu besorgen müsst, wird noch bekanntgegeben.  
Bitte anmelden bei Alexandra Zapf: (☎ 07723 / 5604 oder Whatsapp)



## Adventskaffee

Datum: Donnerstag, 01.12.2022,  
Uhrzeit: 14.00 Uhr  
Ort: Bergstüble, Linach

Wir werden mit Euch eine schöne Adventszeit einläuten. Wer Lust und Zeit hat kann gerne einen Kuchen oder Weihnachtsgebäck mitbringen.

## Märchennachmittag mit Martina-Luise Wiemer

Vortrag

Datum: Freitag, 13.01.23  
Uhrzeit: 14.30 Uhr  
Ort: Bergstüble, Linach  
Referentin: Martina-Luise Wiemer  
Kosten für Nichtmitglieder: 5 Euro

Viele Sagen und Märchen, erzählen von der Winterzeit. Bei einem gemütlichen zusammen sein, werde ich Ihnen Sagen und Märchen aus der Nähe und der Ferne erzählen. Noch heute, üben sie eine große Faszination auf viele Menschen aus.

## Damit der Körper nicht sauer wird

Vortrag

Datum: Freitag, 23.02.2023  
Uhrzeit: ab 19:30 Uhr  
Ort: Bergstüble Linach  
Referentin: Claudia Moser  
Kosten für Nichtmitglieder 5 Euro

Sie sind häufig müde und schlapp? Fühlen Sie sich nicht richtig wohl in Ihrer Haut? Haben Sie öfters Sodbrennen oder Magen-Darm-Beschwerden? Leiden Sie unter Kopfschmerzen, Verspannungen oder Gelenkschmerzen? Dann könnte die Ursache hierfür eine Störung des Säure-Basen-Haushalts sein. In diesem Vortrag lernen Sie die drei einfachen Schlüssel kennen, die Ihren Körper in Form bringen, damit Sie sich wieder rundum wohlfühlen.

## Horch da klopft die Seele an

Vortrag

Datum: Freitag, 24.03.2023  
Uhrzeit: ab 19:30 Uhr  
Ort: Bergstüble Linach  
Referentin: Bärbel und Sebastian Rockstroh  
Kosten für Nichtmitglieder 5 Euro

Schlafstörungen, Kopf-, Nacken- und Rückenschmerzen Allergien oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Hinter körperlichen Beschwerden stecken häufig psychische Belastungen – entweder aus dem Leben der Betroffenen oder auch Unverarbeitetes aus früheren Generationen. Sie zeigen sich manchmal als Angst, Panik oder Depressionen, für die es keine offensichtliche Erklärung zu geben scheint.

## Hauptversammlung

Datum: Freitag, 21.04.2023  
Uhrzeit: ab 20:00 Uhr  
Ort: Gasthaus Löwen, Schönenbach