

November

**Montag,
16.11.2020
19.30 – 22.00 Uhr***
Infos und
Anmeldung bis
zum
02.11.2020

Selbstgemachte Weihnachtsgeschenke mit und ohne Thermomix.

Wir stellen verschiedene Speisesalze, Badesalze und vieles mehr her.
Verpackungen werden von uns besorgt.
Kosten: Material, Nichtmitglieder + 5 Euro

Dezember

**Mittwoch,
16.12.2020
19.30 – 21.30 Uhr***
Infos und
Anmeldung bis
zum
02.12.2020

Schmuckdesign mit Pia Bulling

Ihr könnt unter Anleitung euer eigenes Armkettchen oder eine Halskette designen.
Kosten: Material (kommt auf die Steine in eurem Schmuckstück an), Nichtmitglieder + 5 Euro

*Treffpunkt jeweils in der Alten Schule in Nattheim

Änderungen vorbehalten

LandFrauen Nattheim



SELBSTVERSTÄNDLICH SELBSTBEWUSST

Nattheim

Bildungsprogramm 2020

Alle Veranstaltungen werden im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V. Stuttgart durchgeführt.

Anmeldung und Kontakte:

Vorsitzende:

Petra Rößler

Neresheimer Str. 38

89564 Nattheim

Tel. 07321-73558

Ab 17.00 Uhr erreichbar

Stellvertreterin

Barbara Strobl

Bauernstr. 16/1

89564 Nattheim/Auernheim

Tel. 0176-23325154

landfrauen-nattheim@gmx.de

Mitgliedschaft: 35,00 € jährlich, inklusive Versicherungspaket. Der Mitgliedsbeitrag wird am 15.02.2020 abgebucht. Bankverbindung IBAN: DE04632901100029534003, BIC: GENODES1HDH

Besucht uns doch einfach auf unserer Homepage unter:
www.kreislandfrauen-heidenheim.de

Leitthema 2020 - 2023



2020 Lernen im digitalen Zeitalter

LandFrauen Nattheim

September

**Samstag,
26.09.2020**

Infos und
Anmeldung bis
zum
29.08.2020

Wir fahren gemeinsam mit den Landfrauen zur Kürbisausstellung ins Blühende Barock nach Ludwigsburg.

Wir besuchen die weltgrößte und alljährlich stattfindende Kürbisausstellung im Blühenden Barock. Bei zahlreichen Events kann man die prächtigen Kürbisse erleben, schmecken und bewundern. Kunstvolle Kürbisfiguren und leckere Kürbisgerichte verzaubern den Herbsttag. Bitte die Veröffentlichung im Gemeindeblatt beachten. Tagesausflug
Kosten: werden noch bekannt gegeben, Nichtmitglieder + 5 Euro

Oktober

**Mittwoch,
07.10.2020
19.30 – 22.00 Uhr***
Infos und
Anmeldung bis
zum
23.09.2020

Leckere Köstlichkeiten rund um den Kürbis mit und ohne Thermomix.

Bitte kleine Gläser, Dosen und den TM mitbringen.
Kosten: Material, Nichtmitglieder + 5 Euro

LandFrauen Nattheim

Mai

**Mittwoch,
06.05.2020
19.30 – 21.30 Uhr**
*

Infos und
Anmeldung bis
zum
15.04.2020

**Selber machen statt kaufen
Mit Brigitte Bayer von den Landfrauen Nattheim
stellen wir Joghurt und verschiedene Reiniger her.**

Bitte folgendes Material mitbringen: 2 leere
Sprühflaschen, 2 leere Spülmittelflaschen, Glasgefäß
mit Schraubverschluss oder Einweckglas mit
Bügelverschluss, kleiner Dosierlöffel vom Hustensaft,
Kaffee o.ä., Glasgefäß für den Joghurt ca. 250 ml,
Styroporbox, Socke o. ä. zum Warmhalten.
Kosten: Material ca. 5 Euro, Nichtmitglieder + 5 Euro

**Samstag,
13.06.2020
14.30 – 18.00 Uhr**

Infos und
Anmeldung bis
zum
30.05.2020

**Wir werden mit euch einen gemütlichen, entspannten
und lustigen Nachmittag verbringen.**

Ort werden wir noch bekannt geben.
Kosten: Material, Nichtmitglieder + 5 Euro

Juli

**Samstag,
04.07.2020
14.30 – 16.30 Uhr**

Infos und
Anmeldung bis
zum
20.06.2020

Familienausflug zur Imkerei Fähnle in Zang.

Kleiner Vortrag über Bienen und kreativ Angebot für die
Kinder.
Kosten: 5-7 Euro pro Familie, Nichtmitglieder + 5 Euro
Achtung: Begrenzte Teilnehmerzahl

Januar

Sonntag,
12.01.2020
14.00 Uhr

Die "Alte Schule" öffnet ihre Türen

Die Vereine der alten Schule haben ein buntes Programm
für alle Besucher zusammengestellt
Die LandFrauen zeigen im Raum des Sängerkranzes wie aus
frischem Rahm gute Butter wird.

Montag,
20.01.2020
14:30 Uhr

Kunkelstube in der Alten Schule

Mit Kaffee und Kuchen. Bitte die LandFrauentasse
mitbringen

Mittwoch,
22.01.2020

Besichtigung der Firma Striebel in Langenenslingen

Fair, sozial und solide: Striebel Textil, Recycling-Profi für
Altkleider, ein Spezialist für Altkleidercontainer und die
Altkleidersammlung.
Anmeldung bis 13.01.2020 bei den Ortsvorsitzenden,
weitere Infos in der Tagespresse

Montag,
27.01.2020
20.00 Uhr

"Liebe und Hof" Bäuerinnen Stammtisch

Gelingende Generations- und Paarbeziehungen im
landwirtschaftlichen Familienbetrieb.
Referentin: Angelika Sigel, landw. Familienberatung
Vereinsraum "Alte Schule"
Info und Anmeldung bei Anita Joos (07327-5581)

Februar

Dienstag,
11.02.2019
Winterwanderung nach Fleinheim
Treffpunkt bei der alten Buche Nattheim um 13.30 Uhr
Treffpunkt in Fleinheim, Gasthaus Ochsen um 14:30 Uhr

Freitag
28.02.2020
14.00 Uhr
Schwungfeder (7 Treffen)
Das Projekt ist für Frauen nach dem Berufsleben oder nach Veränderung ihrer familiären Situation, verbunden mit mehr Zeit für eigene Wünsche und Bedürfnisse gedacht.
Leitung und Anmeldung bei Inge Mack-Greiner (07325-5179)
20 € Mitglieder, 50 € Nichtmitglieder

März

Donnerstag,
05.03.2020
20.00 Uhr
Grenzen-los digital!? Lernen im digitalen Zeitalter
Hauptversammlung der KreislandFrauen
Referent: Herr Jan v. der Osten, Medienzentrum, Landkreis Heidenheim
Ort: Gasthaus Ochsen, Molkereistr. 7, Heldenfingen
Wer Lust hat kommt um 19.00 Uhr zum gemeinsamen Vesper

Samstag,
07.03.2020
9.30 – 12.30
Uhr, "Alte Schule"
Gartenfahne aus Weiden selbst gestalten
Doris Heinle zeigt uns wie aus den biegsamen Zweigen der Weide, zusammen mit Wolle und Gras schöne Gartenfahnen entstehen.
Bitte anmelden 28.02.2020



April

Mittwoch,
22.04.2020
19.00 – 22.00 Uhr*
Infos und
Anmeldung bis
zum
01.04.2020

Seife Sieden unter Anleitung mit Inès Herrmann
Naturseifenherstellung nach dem Kaltverfahren für Einsteiger.
Seifensieden ist ein kreatives, reines Vergnügen. Mit Ölen, Düften, Kräutern und Natronlauge erlernen Sie Schritt für Schritt die Kunst der Seifenherstellung. Verwendet werden nur vegetarische Zutaten, rein pflanzliche Fette und Öle in Lebensmittelqualität. Angereichert mit Duftölen, ätherischen Ölen oder Kräutern entstehen individuelle Seifen, die hautfreundlich und ohne Konservierungsstoffe sind. In jedem Stück selbst gesiedeter Seife steckt ein Hauch Mystik und die Freude, einen alltäglichen Gegenstand kunstvoll zu gestalten. Hausgemachte Naturseife wirkt der Anhäufung von unnötigen Plastikverpackungen in unseren Haushalten entgegen und trägt so zur Vermeidung von umweltschädlichem Müll bei. Bitte Schreibzeug sowie Chips-Dosen, Silikonformen oder Tetrapaks für die fertige Seife mitbringen.
Kosten: Material ca. 5 Euro, Nichtmitglieder + 10 Euro

Achtung: Begrenzte Teilnehmerzahl (15 Personen)

Februar

**Samstag,
08.02.2020
(Ersatztermin
15.02.2020)
14.30 – 16.30 Uhr**
Infos und
Anmeldung bis
zum 25.01.2020

Familienrodeln

Bitte einen Schlitten, Bob oder Schneerutscher sowie Tassen mitbringen.
Ort wird noch bekannt gegeben. Bei schlechtem Wetter überlegen wir uns ein Alternativprogramm.
Kosten: Verpflegungskosten, Nichtmitglieder+ 5 Euro

März

**Montag,
30.03.2020
19.30 – 21.30 Uhr**
*
Infos und
Anmeldung bis
zum 24.02.2020



Upcycling- aus alten Tassen und Tellern gestalten wir eine Vogeltränke.

Bitte Tassen und Teller bis zum 24.02.2020 beim Orga-Team abgeben.

Kosten: Materialkosten,

Nichtmitglieder+ 5 Euro

**Mittwoch
18.03.2020
19.30 Uhr**
"Alte Schule"

Zauberhafte Feen aus Märchenwolle



Miriam Ritzel gestaltet mit uns zauberhafte Wesen aus feinsten Wolle.
Bitte anmelden bis 07.03.2020

**Samstag,
28.03.2020**

"Fahrsicherheitstraining"

"Frau am Steuer – Ungeheuer" war gestern...
Beim Fahrsicherheitstraining stellen was das Ein für alle Mal klar und entlastet unseren Schutzengel.
Info bei Sonja Winkler (07324-5647) Anmeldung bis 22.01.2020, Verkehrswacht Ehingen

**Montag –
Freitag, 30.03.
– 03.04.2020**

Gesundheitswoche in Bad Waldsee

"gesund sein gesund bleiben"

Anmeldung bei Marianne Beißwenger (07324 -3935)
Teilnehmerzahl begrenzt!

April

Mittwoch,
15.04.2020
19.30 Uhr,
"Alte Schule"

Mitgliederversammlung

Tagesordnung:

Begrüßung und Bericht der 1. Vorsitzenden
Berichte der Schriftführerin und Kassiererin
Bericht Junge LandFrauen
Entlastungen
Ehrungen
Ausblick auf Kommandes
Im Anschluss an die Regularien findet ein Vortrag mit Ariane Grundler, Physio-Therapeutin statt.

Wenn das Knie schmerzt

Was kann präventiv getan werden, wie verhalte ich mich nach einem Gelenkersatz und nach der Reha.

Samstag,
18.04.2020
14:00 Uhr

AOK Frauenlauf

7,4 km gemeinsam Laufen, Walken, Nordic Walken. Seit mit dabei und meldet euch unter dem Teamnamen: "LandFrauen" an. Messe Stuttgart, Anmeldung direkt beim Veranstalter ab sofort möglich

Samstag
25.04.2020
9.00 – 12.00
Uhr, Küche
Wiesbühls.

Könnerkuchen – gewusst wie!

Die wahre Backkunst besteht darin, die Klassiker perfekt zu präsentieren. In diesem Kurs verrät Bäckermeister Otto Joos die Kniffe, wie Rhabarber- oder auch Himbeerkuchen optimal gelingen.

Anmeldung bis **18.04.2020**

Januar

Mittwoch,
22.01.2020
19.30 - 22.00 Uhr *
Infos und
Anmeldung bis
zum 08.01.2020

Wir nähen unter Anleitung eine Mütze,
einen Loop oder einen
Lunch/Schwimmbag



Bitte Nähmaschine, Nähzeug und Stoffe mitbringen. Bei der Anmeldung per Mail bitte das gewünschte Nähobjekt angeben, dann kann euch der Stoffverbrauch und die Stoffsorte mitgeteilt werden. Gerne könnt ihr an diesem Abend auch eure angefangenen Nähobjekte von zuhause zu Ende nähen. Kosten: -, Nichtmitglieder + 5 Euro

Kontakt: junge LandFrauen Nattheim
Nadine Gayer, Miriam Ritzel, Nadine Junginger
junge-landfrauen-nattheim@gmx.de

Im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des
LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

Alle Infos und Anmeldungen
erfolgen unter:
junge-landfrauen-nattheim@gmx.de

Mai

Sonntag,
03.05.2020

Seniorenfeier in Nattheim

Wir LandFrauen bewirten auch dieses Jahr wieder die
Seniorenfeier, wir freuen uns über alle die mithelfen. Bitte
bei Petra Rößler melden

Mittwoch,
13.05.2020

Heilende Wickel und Auflagen

Die Anwendung von Wickeln und Auflagen gibt es schon seit
tausenden von Jahren. Sie können viele Leiden lindern oder
sogar heilen. Wir testen im Selbstversuch Kohlwickel, die bei
chronischen Gelenkbeschwerden für Linderung sorgen. Wer
möchte kann auch eine wohltuende Kompressenauflage
gegen Blasenentzündung ausprobieren.

Bitte mitbringen: kleines Messer, Schneidebrett,
Geschirrtuch oder Stoffwindel, Handtuch, ev. Wärmflasche
Referentin: Jasmin Slijepcevic
Anmeldung bis **06.05.2020**

Juni

Donnerstag-
Montag,
11.06.-
15.06.2020

Tour zu den Schlössern der Loire

Mehrtägige Bildungsfahrt

Das Loiretal weist eine sehr große Anzahl an historisch bedeutenden Monumenten auf, unter anderem die majestätischen Märchenschlösser. Info und Anmeldung bei Inge Mack-Greiner, (07325-5179)

Dienstag,
16.06.2020
14:00 Uhr

Riffmuseum und Wasserturm in Gerstetten

Zeitzeugen der Erdgeschichte der Schwäbischen Alb und insbesondere der Gerstetter Alb geben dem Besucher einen umfangreichen Einblick in die Zeit und das Leben vor 150 Millionen Jahren in unserer Region. Vom 40m hohen Wasserturm bietet sich ein herrlicher Rundblick über die Albhochfläche.

Anmeldung bei den Ortsvorsitzenden bis **08.06.2020**

Samstag,
27.06.2020
9:00 Uhr

Frauenfrühstück in der Alten Schule

Thema: "Warum essen wir was wir essen?"

Frauen essen anders als Männer, was animiert uns zum Essen? Warum sind manchmal die Augen größer als der Bauch?

Referentin: Daniela Schweikhart, Landratsamt Heidenheim

Bitte Kaffeegedeck mitbringen



Programm 2020

junge
Land Frauen

Nattheim

Yoga

Durch Yoga das innere Gleichgewicht zu erhalten oder zu verbessern, das hilft ausgeglichen und gesund zu bleiben.

Kursleiterin: Beate Feil

Kursdauer: 12x



08.01.2020	Mittwoch	Kurs 1	9:00 Uhr
		Kurs 2	10:15 Uhr
09.01.2020	Donnerstag	Kurs 3	17:30 Uhr
		Kurs 4	19:00 Uhr
22.04.2020	Mittwoch	Kurs 1	9:00 Uhr
		Kurs 2	10:15 Uhr
23.04.2019	Donnerstag	Kurs 3	17:30 Uhr
		Kurs 4	19:00 Uhr
16.09.2020	Mittwoch	Kurs 1	9 .00 Uhr
		Kurs 2	10:15 Uhr
17.09.2020	Donnerstag	Kurs 3	17:30 Uhr
		Kurs 4	19:00 Uhr

Gebühren:

Mittwoch Kurse **42--€** für Mitglieder/**57--€** Nichtmitglieder

Donnerstag Kurse **54,--€** für Mitglieder/**69,--€** Nichtmitglieder

Wer neu einsteigen möchte, setzt sich bitte mit Bärbel Strobl ([0176 23325154](tel:017623325154)) in Verbindung.

Juli

Sonntag,
12.07.2020

Breema-Hock Nattheim Kaffeestube im Vereinszimmer

Wir freuen uns über Kuchenspenden und viele helfende Hände.

Dienstag,
21.07.2020

Sommertreff bei der Pfadi-Hütte

Als Abschluss vor den Sommerferien treffen wir uns um 18:00 Uhr bei der Pfadi-Hütte zum gemütlichen Beisammensein.

September

Samstag,
26.09.2020

Besuch der Kürbisausstellung im Blühenden Barock in Ludwigsburg

Wir besuchen die weltgrößte und alljährlich stattfindende Kürbisausstellung im Blühenden Barock. Bei zahlreichen Events kann man die prächtigen Kürbisse erleben, schmecken und bewundern. Kunstvolle Kürbisfiguren und leckere Kürbisgerichte verzaubern den Herbsttag. Bitte die Veröffentlichung im Gemeindeblatt beachten.

Oktober

Dienstag,
13.10.2020
14:00 Uhr

Besuch der Schäferei Wiedenmann

Kerstin Riek wird uns den Betrieb und Hofladen vorstellen. Im Anschluss noch Zwiebelkuchen und neuer Wein im Vereinsraum „Alte Schule“
Anmeldung bis 05.10.2020

November

Freitag-
Sonntag, 06.-
08.11.2020 **Wohlfühltag in Bad Waldsee auf'm Berg**
Für Berufstätige und junge Frauen.
Info und Anmeldung bei Sonja Winkler (07324-5647)

Donnerstag,
12.11.2020
14:00 Uhr **“Ehrenamt – Lust oder Frust?”**
Referentin: Inge Grein-Feil
ARCHE, Rosenbachstr. 20, Dischingen

Mittwoch,
25.11.2020
14:00 Uhr **Knusper, knusper
knäuschen, wer
knuspert an meinem
Häuschen**
Wir wollen gemeinsam
mit unseren Kindern,
Enkelkindern ein
Lebkuchenhaus
zusammenbauen und verzieren.
Anmeldung bis **14.11.2020**



KURSE GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

Warmwassergymnastik

Präventive Gymnastik für alle Gesundheitsbewussten.
Neben den LandFrauen sind auch männliche Teilnehmer und Nichtmitglieder herzlich willkommen.

Kursleitung: Hallenbad-Team

- **Kursbeginn: Montag, 13.01.2020; 11x,**
- **Folgekurs: Montag, 11.05.2020; 10x
Montag, 14.09.2020; 14x**

Beginn: **13.00 Uhr**, Ramensteinbad Nattheim

Kursgebühr: **10,-- EUR** für Mitglieder
25,--EUR für Nichtmitglieder

Dezember

Donnerstag,
10.12.2020
19:30 Uhr **Besinnlicher Adventsabend**
Vereinsraum Alte Schule