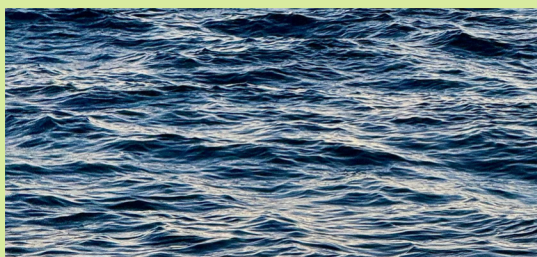




„Wenn man nicht weiß, welchen  
Hafen man ansteuert, ist kein Wind  
günstig.“

*Seneca d.J.*



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



Offen für alle Frauen, die im ländlichen Raum leben

Die Veranstaltungen finden, soweit nicht  
anders vermerkt, im Maichinger Bürgerhaus  
(Seniorentreff) statt.

**Mit unserem Programm laden wir Sie zu allen  
Veranstaltungen ein. Gäste sind herzlich  
willkommen.**


Mitgliedsbeitrag 40€ inklusive  
Versicherungspaket.  
Dieser wird jährlich zum 1. März per SEPA-  
Lastschrift von Ihrem Konto abgebucht.

### Vorstandsteam Maichingen

Bärbel Schneider (Tel. 07031|386791)  
Christa Babel (Tel. 07031|383765)  
**info@landfrauen-maichingen.de**

Kassiererin: Angelika Beuttler (07031|805147)

Den LandFrauenverein Maichingen  
finden Sie auch im Internet:  
[www.landfrauen-maichingen.de](http://www.landfrauen-maichingen.de)  
[www.landfrauen-kreisboeblingen.de](http://www.landfrauen-kreisboeblingen.de)

 @landfrauen\_maichingen




LandFrauenverein Maichingen




**JAHRESPROGRAMM 2026**


Miteinander **ZUKUNFT** gestalten  
  
2026 Demokratie stärken

Sa 17.01.2026 **Frauenfrühstück**  
 9:00 Uhr mit Vortrag im Stephanus-Gemeindehaus Maichingen  
*Gesundheitskompetenzen stärken – für eine selbstbestimmte demokratische Gesellschaft*


Referentin: Frau Aylin Bergemann  
 Landesverband Württemberg-Baden

Di 27.01.2026 **Geschichten rund um die Nadel**  
 14:30 Uhr *Die Erhaltung des Kulturguts der Stoffveredlung mittels Nadel und Faden sowie verschiedenster Stiche*  
 Kaffeemittag mit Vortrag

Referentin: Frau Margarete Grandjot,  
 Stickatelier Kuppigen

Di 10.02.2026 **Artensterben**  
 19:30 Uhr *Gründe des Artensterbens, seine Folgen und was wir alle dagegen tun können*

Referent: Herr Uwe Mutschler,  
 Natur- und Landschaftsführer


Di 24.02.2026 **Superfood und Pausensnacks**  
 19:30 Uhr *Praxisbezogene Tipps und leckere Rezepte für eine gute Ernährung im Alltag*

Referentin: Frau Ute Karlsberg-Gorges,  
 Ernährungsberaterin

Di 10.03.2026 **Sebastian Kneipp**  
 19:30 Uhr *Warum Sebastian Kneipp ganz bestimmt nicht unter kalten Füßen litt*

Referentin: Frau Elke Melchger,  
 Naturheilpraktikerin


Di 17.03.2026 **Mitgliederversammlung**  
 19:30 Uhr

Di 31.03.2026 **Osterfeier und Abschlussabend**  
 19:30 Uhr mit humoristischer Lesung zum Titel „A bissle was ka jeder“  
*Anekdoten, Geschichten und Dialoge aus dem schwäbischen Alltag*


Referent: Herr Olaf Nägele, Autor




## SOMMERPAUSE

Di 15.09.2026 **Regionale Lebensmittel - gut für alle**  
 19:30 Uhr *Wissenswertes zu unterschiedlichen Vorschriften und Produktionsbedingungen innerhalb der EU*


Referentin: Frau Heiderose Ebser,  
 Oberstudienrätin a.D.

Di 29.09.2026 **Bauchgefühl trifft Wissenschaft**  
 19:30 Uhr *Mythen hinter Nahrungsergänzungsmitteln und wie Ernährung den Darm unterstützen kann*

Referentin: Frau Claudia Conzelmann,  
 Ernährungsmedizinerin

Di 13.10.2026 **Mehr Balance im Alltag: Selbstfürsorge und mentale Gesundheit**  
 19:30 Uhr *Methoden zur Stress-Reduktion mit Tipps für den Aufbau von Routinen und Energiequellen*


Referentin: Frau Christiane Scheid,  
 Dipl.-Betriebswirtin

Di 27.10.2026 **Finanzielle Unabhängigkeit für Frauen**  
 19:30 Uhr *Finanzthemen und finanzielle Selbstbestimmung mit Vertrauen und Kompetenz meistern*


Referenten: Frau Michèle Weschke und  
 Herr Marcel Mayrhofer,  
 Versicherungs- und Vermögensberater

Di 10.11.2026 **Kreativ-Abend: Sterne basteln**  
 19:30 Uhr *Herstellung weihnachtlicher Sterne*

Referentin: Frau Waltraud Stäbler

Di 24.11.2026 **Kaffee-Nachmittag**  
 14:30 Uhr *Gemütliches Beisammensein mit Weihnachtsliedern bei Kaffee und Kuchen*

Musikalische Begleitung:  
 Herr Karl-Heinz Beuttler

Di 01.12.2026 **Weihnachtsfeier**  
 19:30 Uhr *Mit unterhaltsamem Vortrag, der Weihnachtsbriefe und ihre VerfasserInnen vorstellt*

Referentin: Frau Dr. Karin de la Roi-Frey,  
 Lehrerin

Sa 12.12.2026 **30. Maichinger Weihnachtsmarkt**  
 11:00 Uhr

## Unsere Kurse

Jeden Dienstag von 9:00-10:00 Uhr  
 in der Turn- und Festhalle in Maichingen

**Kurs 1: Kraftgymnastik**  
 13. Januar - 28. Juli 2026  
*Übungen zur Steigerung der Muskelkraft*

**Kurs 2: Body Fit**  
 15. September - 15. Dezember 2026  
*Ganzkörpertraining für Ausdauer, Flexibilität und Kraft*