



LANDFRAUEN  
ONOLZHEIM



# JAHRESPROGRAMM 2025



SO BUNT UND VIELFÄLTIG WIE DU!

## INFOS UND ANMELDUNGEN

landfrauen.onolzheim@web.de

### VORSITZENDENTEAM

**Annette Wörn**

Karl-Soldner-Str. 3, CR  
Tel.: 0171/3584927

**Meike Oberdorf**

Raiffeisenstraße. 1/1, CR  
Tel. 0176/45668061

### SCHRIFTFÜHRER

**Nadine Fleischer**

Tel. 0151/41630606

### KASSIER

**Andrea Feuchter**

Tel.: 0173/7331001

### VORSTANDSTEAM

**Karolina Breuer**

Tel. 0151/40753985

**Katharina Glasbrenner**

Tel. 0160/94786849

**Brigitte Müller**

Tel. 07951/26444

**Brigitte Stephan**

Tel.: 0151/75006802

FOLGT UNS...



@LANDFRAUEN.ONOLZHEIM

## JANUAR

### Mo, 13.01. Stammtisch mit Neujahrsbegrüßung/ Programmvorstellung

Beginn 19:30 Uhr, Schule Onolzheim, keine Anmeldung nötig.

### Fr, 10.01. Eltern-Kind-Musikkurs (Kinder 1-3 Jahre)

Teddybär, komm sing mit mir! (Kurseinheiten 8)  
Beginn 9:30 Uhr, 1,0h, Gemeindehaus Onolzheim, Krabbelgruppenraum  
Es werden musikpädagogische Impulse vermittelt. Dabei kommt das gemeinsame Mitmachen und Entdecken von verschiedenen Tönen und Klängen für Groß und Klein ganz bestimmt nicht zu kurz.  
Kosten: Mitglieder 32,00€, Gäste 64,00€  
Referenten: Stefanie Hofmann und Nadine Fleischer  
Anmeldung bei Nadine Fleischer bis 09.01.

### Do, 16.01. Vortrag Kinderkrankheiten und -notfälle

Beginn 17:00 Uhr, 4,0h, Schule Onolzheim  
Wir erfahren Wissenswertes über Kinderkrankheiten und Kinder-Notfallsituationen, wie man sie erkennt und vorbeugt. Zusätzlich erhalten wir praktische Tipps und Techniken im Umgang damit.  
Referentin: Johanna Hütter  
Kosten: 50,00€, Paare 90,00€  
verbindliche Anmeldung bei Brigitte Stephan bis 09.01.

## FEBRUAR

### Mo, 03.02. Vortrag "Alles Käse!"

Beginn 18:30 Uhr, ca. 1,0h, Schule Onolzheim  
Wir erfahren Wissenswertes über die Geschichte, Herstellung und Vielfalt von Käse. Verköstigung inkl.  
Referentin: Gerda Pfister  
Kosten: Mitglieder 5,00€, Gäste 10,00€  
Anmeldung bei Nadine Fleischer bis 28.01. oder per Email  
**Danach Stammtisch**

## MÄRZ

### Mo, 03.03. Schnuppereinheit Stuhlyoga

Beginn 19:00 Uhr, ca. 1/2h, Schule Onolzheim  
Für Anfänger geeignet!  
Referentin: Gudrun Fach  
Anmeldung bei Meike Oberdorf oder per Email  
**Danach Stammtisch**

### So, 23.03. Vortrag "Helme Heine" und "Das schönste Ei der Welt"

Einlass 14:00 Uhr, Beginn 15:00 Uhr, ca. 1,0h, Turnhalle Onolzheim  
Eine zauberhafte Reise für Groß und Klein, bei der wir Spannendes über das Leben des berühmten Autors Helme Heine, seine weltbekannten Werke, seine 3 berühmten Freunde und natürlich das schönste Ei der Welt erfahren.  
Referent: Christoph Frank  
Karte 7,00€, Kartenvorverkauf bei jeder Veranstaltung verbindl. Reservierung bei Meike Oberdorf o. per Email

### Sa, 29.03. SelfMakeUp Workshop

Beginn 17:00 Uhr, ca. 1,5h, Schule Onolzheim  
Unter Anleitung erlernen wir die Grundtechniken des Schminkens.  
Kosten: Mitglieder 14,00€, Gäste 18,00€  
Anmeldung bei Meike Oberdorf oder per Email

## APRIL

### Do, 03.04. Kurs Stuhlyoga

(6 Kurseinheiten)  
Beginn 18:15 Uhr, 1,0h, Schule Onolzheim  
Wir erlernen einfache Grund- und Atemtechniken des Yogas, kräftigen und stärken dabei unsere Muskulatur, Koordination und Körperwahrnehmung.  
Referentin: Gudrun Fach, keine Vorkenntnisse nötig.  
Gesamtkosten: Mitglieder 15,00€, Gäste 20,00€  
Anmeldung bei Meike Oberdorf bis 20.03. oder per Email

### Mo, 07.04. Stammtisch, 19:30 Uhr

### Sa, 12.04. KreativWorkshop

Beginn 15:00 Uhr, ca. 1,5h, Schule Onolzheim  
Wir erlernen dekoratives Gestalten mit der Arbeitstechnik Raysingießen und der Bindetechnik von Trockenblumen und gestalten dabei einen Loop und 2 Raysinfiguren.  
Kosten: Mitglieder 25,00€, Gäste 28,00€ inkl. Material  
Referentin: Anna Stephan  
Anmeldung bei Meike Oberdorf bis 30.03. oder per Email

### So, 13.04. Osterkaffee

Beginn 14:00 Uhr, Gemeindehaus Onolzheim  
Mit leckeren Kuchen, Bastel-Aktion (Grußkarten und Geschenkanhänger) und den "Ei-Land-Games" für Groß und Klein!  
Wir freuen uns auf Euch!

## MAI

### Mo, 05.05. Vortrag "Gesunde Füße"

Beginn 18:30 Uhr, 1,0h, Schule Onolzheim  
Wir erfahren Wissenswertes über unsere Füße und lernen, wie wir diese präventiv gesund halten.

Referentin: Christina Frank

Kosten: Mitglieder 4,00€ Gäste 6,00€

Anmeldung bei Meike Oberdorf bis 20.04. oder per Email

**Danach Stammtisch**

### Mo, 12.05. Kräuterwanderung mit Kräuterverköstigung

Beginn 17:30 Uhr, ca. 2,5h, Schule Onolzheim

Kosten: Mitglieder 7,50€, Gäste 9,00€

Anmeldung bei Brigitte Müller bis 28.04. oder per Email

### Sa, 17.05. Schlossführung Langenburg

Altersempfehlung für die Kinderführung: 5-12 Jahre

Kosten: erwachsene Mitglieder: 7€, Kinder: 5€, Nichtmitglieder: 10€

Die Fahrt erfolgt privat (gerne Fahrgemeinschaften)

Anmeldung bis 30.04. und weitere Informationen bei Nadine Fleischer oder per Email

## JUNI

### Mo, 02.06. Vortrag Resilienz bei Kindern

Beginn 18:30 Uhr, ca. 1,0h, Schule Onolzheim

Wir erfahren, wie Resilienz bei Kindern aufgebaut werden kann, wie man Kinder stärkt und Ängste nimmt. Dazu erhalten wir praktische Tipp und wertvolle Techniken.

Referentin Britta Bös. Vortrag auf Spendenbasis.

**Danach Stammtisch**

### Di, 03.06. Achtsam Essen - restlos glücklich

Beginn 18:00 Uhr, ca. 2,5h, Landwirtschaftsamt Ilshofen

Wir lernen, wie man Lebensmittelverschwendung vermeidet, Lebensmittel richtig aufbewahrt und Resteküche verarbeitet.

Referentin: Doris Markert-Kaske, Mitglieder 5,00€, Gäste 10,00, Unkosten Lebensmittelverbrauch ca. 8,00€

Anmeldung bei Meike Oberdorf bis 25.05. oder per Email

## JULI

### Mo, 07.07. Gesunde vegetarische Brotaufstriche

Beginn 18:30 Uhr, ca. 1,0h, Schule Onolzheim

Unter Anleitung lernen wir die Herstellung von gesunden vegetarischen Brotaufstrichen.

Referentin: Meike Oberdorf, Anmeldung bei Meike Oberdorf oder per Email. Kosten werden noch bekannt gegeben.

**Danach Abschluss-Stammtisch in die Sommerpause**

## AUGUST

**Sommerpause. Kein Stammtisch bis 14.09.**

## SEPTEMBER

### Sa, 06.09. Tagesausflug mit Weinvortrag

Beginn Weinvortrag: 9:30 Uhr, ca. 3,0h, Markelsheim  
In mitten der Weinberge Markelsheim, auf dem gelben Wagen, lernen wir Wissenswertes über Weinanbau und Rebsorten kennen. Im Preis sind enthalten

Weinverköstigung und Vesper vor Ort, sowie Busfahrt.

Referent: Weingartner Markelsheim e.G

Kosten werden noch bekannt gegeben.

Anmeldung und nähere Informationen zum gesamten Tagesausflug bei Katharina Glaßbrenner.

### Mo, 29.09. Jahreshauptversammlung

Beginn 19:30 Uhr, Schule Onolzheim

## OKTOBER

### Do, 02.10. Musik, "Hammeltanzeinsingen"

Beginn 18:00 Uhr, ca. 2,5h, Vereinsheim Onolzheim

Wir lernen das traditionelle Liedgut des Onolzheimer Hammeltanz kennen und singen dies gemeinsam.

Die Veranstaltung ist bewirtet.

Referent: Hammeltanzausschuss

### Mo, 06.10. Stammtisch mit Hammeltanzfilm aus vergangenen Zeiten

Beginn 19:30 Uhr, Schule Onolzheim

### So, 19.10. / Mo, 20.10. Kuchenverkauf Hammeltanz

### Sa, 25.10 Häkel-Workshop

Beginn 15:00 Uhr, ca. 1,5h, Schule Onolzheim

Wir erlernen die Häkeltechnik und gestalten ein Stirnband

Kosten: Mitglieder 4,00€, Gäste 6,00€, zuzüglich

Materialverbrauch (ca. 5,00€). Für Anfänger geeignet!

Referentin: Gudrun Fach

Bitte mitbringen: Häkelnadel Nr. 3-4 , eine Nähnadel

Anmeldung Meike Oberdorf bis 14.10. oder per Email

## NOVEMBER

### Mo, 03.11. Vortrag Beckenboden

Beginn 18:30 Uhr, ca. 1,0h, Schule Onolzheim

Wir lernen, wie wir unseren Beckenboden gesund halten und erhalten unter Anleitung präventive Übungen dazu.

Kosten: Mitglieder 4,00€, Gäste 6,00€

Referentin: Franciele Kroetz

Anmeldung bei Meike Oberdorf bis 28.10. oder per Email

**Danach Stammtisch**

### Sa, 15.11. Workshop Kerzengießen

Beginn 15:00 Uhr, ca. 1,5h, Schule Onolzheim

Unter Anleitung erlernen wir die Technik des Kerzengießens und stellen eine Outdoorkerze her.

Kosten werden noch bekannt gegeben

Referentin: Katharina Glaßbrenner

Anmeldung bei Katharina Glaßbrenner bis 01.11.

## DEZEMBER

### Mo, 01.12. Stammtisch, 19:30 Uhr

### Weihnachtsfeier und 40 Jahre Landfrauen Onolzheim

Termin wird noch bekannt gegeben.



## WUSSTET IHR SCHON...

Ca. alle 6 Wochen veranstalten wir Kaffeemittags (werden im Stadtblatt und online bekannt gegeben).

Immer montags, 17:30 Uhr, findet der offene Laufftreff "Nordic Talking" statt! (Treffpunkt Schule Onolzheim)



i.A. des Bildungs- und Sozialwerks LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V. Gäste sind willkommen!

Info Mitglieder: Der Jahresbeitrag 2025 in Höhe von 35,00€ wird am 10.02.2025 abgebucht.