

STILLE POST

GEDANKEN UND IDEEN VON LANDFRAUEN FÜR LANDFRAUEN



Kreisverband der LandFrauenvereine Gifhorn e.V.

Liebe LandFrauen,
wenn in diesen besonderen Tagen diese Post in euer Haus flattert, so wollen wir euch damit gern auf andere Gedanken bringen. Weg von Sorgen und Nöten, von Aufgaben und Anforderungen. Hin zu Ideen und Anregungen, zu Inspirierendem und zu neuen Einfällen. Ihr selbst spürt es vielleicht in euch in diesen Frühlingstagen: mal spazieren oder in den Garten gehen und dort graben und pflanzen, ein Work-out auf YouTube mitmachen oder ein Gespräch über Zäune und Gärten hinweg – das tut gut! Viele von euch haben fleißig Mundbedeckungen genäht und tatkräftig mit angepackt. Es ist so viel Bewegung möglich, auch in diesen Tagen der Einschränkung.

Bei allem stellen wir LandFrauen immer wieder fest: LandFrauenarbeit ist in unseren Dörfern einfach unverzichtbar. Wir sind und bleiben eine tragende Säule der Gemeinschaft. Das macht uns stolz und glücklich. Nicht nur in diesen Zeiten, sondern immer!

Viel Spaß beim Lesen und bleibt inspiriert!

Eure Ilse Marie Dralle mit ihrem Vorstandsteam

GEDANKENSPLITTER FÜR LANDFRAUEN

Yoga am Abend und am Morgen auch für Anfänger. Wer es immer schon ausprobieren wollte, die aktivierenden und entspannenden Bewegungen des Yoga kennenzulernen, kann kostenlos die Übungen von Marleen Geissler, Yoga-Lehrerin aus Meinersen, im Internet verfolgen und mitmachen. Selber getestet und super gut nachvollziehbar.

<https://www.youtube.com/channel/UCsJ2zimWjL0hodfbNlj5gvv>

Urlaub zuhause ist immer möglich. Schau dich einmal um in unserem schönen Landkreis. Einige **Radtouren** laden dich ein, ihn ganz intensiv und anders kennen zu lernen. Wie wäre es, sich auf die Spuren von Herzogin Clara von Gifhorn und Fallersleben zu begeben – nähere Infos findest du unter www.allerhoheit.de. Prospekte gibt es dazu auch beim Landkreis oder bei der Südheide-Info. Oder eine Tour in den Drömling? Schau mal hier <http://www.naturpark-droemling.de/de/Radfahren/radwanderkarte.html>

Ein tolles Angebot hält die Stadtbücherei Gifhorn bereit:

Ganz unkompliziert kann man sich den kostenlosen Leihausweis über buecherei@stadt-gifhorn.de abonnieren und dann vom außergewöhnlichen Serviceangebot profitieren: der Online-Ausleihe! Die „Onleihe“ bietet E-Medien zum Ausleihen -von der E-Zeitschrift über Hörbücher bis hin zum dicken E-Wälzer! Schau einmal hier nach https://www.stadt-gifhorn.de/sv_gifhorn/Lebenswert/Stadtb%C3%BCcherei/Onleihe/

Der besondere **Buchtip** kommt von Hanna Meyer aus Tüla. Sie nutzt die Zeit des Masken-Nähens für ein gutes Hörbuch und empfiehlt von Michelle Obama „Becoming – meine Geschichte“!

LandFrauen haben im Übrigen immer tolle Ideen! Annemarie Stüber z.B. Sie hat für Radausflügler die örtliche Schutzhütte zur Kaffeestation umfunktioniert. Nun stehen dort am Wochenende Wasser in Thermoskannen, Tassen, Nescafé etc. und ein Gästebuch lädt ein, Gedanken zu notieren. Und vielleicht auch eine Dose für das kleine „Dankeschön“... Auch eine Idee für euren Verein?

Mit einer **Bastelkiste** überraschen LandFrauen aus Westenfeld in Thüringen die Kinder im Dorf. Sie ist gefüllt mit Materialien und Bastelideen. Jedes Kind/jede Familie bekommt einen Zeitpunkt, wann und wo sie die Kiste abholen und auch wieder abliefern kann. Klappt prima -völlig kontaktlos!

Du kennst sie sicher noch, unsere **Spiele von früher**. Gummitwist und Hunkelkasten, Ballschule und Murmeln... Die LandFrauen aus Württemberg-Hohenzollern haben das als Anleitungs-Idee umgesetzt. Schau mal hier <https://www.landfrauenverband-wh.de/service/spiele-von-fr%C3%BCher/> Das könnte auch unsere Kinder in den Dörfern erfreuen – und vielleicht erprobt die eine oder andere LandFrau auch noch ihre eigenen Twist-Künste?

Der Kreisverband geht mit der Zeit – und musste leider einige Veranstaltungen in diesem Jahr absagen. Dazu gehört der KreislandFrauentag im November. Aber aufgeschoben ist nicht aufgehoben – er findet, wie so vieles in diesen Zeiten – ein Jahr später statt und ihr könnt euch bis dahin auf einen tollen Nachmittag unter uns LandFrauen freuen!

Aber wir sind weiterhin am Ball – und bieten ganz neu für die Vorstandsfrauen der Ortsvereine ein **Online-Seminar** „Mentale Stärke in der Corona-Krise“. Ganz anders als sonst – und eine besondere Art, miteinander ein Seminar zu besuchen. Wir sind gespannt, wie es ist, diese neuen Wege zu gehen!

So – das war es für heute von deinem Kreisverband. Wir hoffen, dass wir uns bald ganz persönlich und gesund wiedersehen!
Bis dahin grüßen wir euch von Herzen –

Euer Team vom Kreisverband Gifhorn

In schwierigen Zeiten werden wir auch immer auf das Gute aufmerksam gemacht, dessen wir uns vorher nicht bewusst waren.

Cornelia Clemens