



LandFrau kurz und knapp

Ausgabe 3/4 2025

LandFrauen aus ganz Deutschland erleben Filmpremiere in Lüneburg

Vor strahlender historischer Kulisse: Ende Juni hat der NLV zum Länderabend in das Kloster Lüne nach Lüneburg eingeladen. Anlass war die Mitgliederversammlung des Deutschen LandFrauenverbandes, die jedes Jahr an einem anderen Ort in Deutschland stattfindet.

Empfangen wurden die Delegierten der 22 Mitgliedsverbände des dlV und die Kreisvorsitzenden im NLV von den Biker-Bienen Lüneburg, die am Kloster mit ihren Maschinen Spalier standen und sie einmal kräftig aufheulen ließen.

Nach dem Auftakt im Garten des Klosters feierte der neue Imagefilm des NLV im Kapitelsaal Premiere. In knapp vier Minuten bringen echte LandFrauen darin zum Ausdruck, was die LandFrauenarbeit für sie bedeutet, warum sie mit vollem Herzen dabei sind und dass die Mitgliedschaft im LandFrauenverein „ein Geschenk ist, das man sich selber macht“.



Die Biker-Bienen stehen für die Gäste am Kloster Spalier



LandFrauen aus ganz Deutschland tauschen sich aus

Mit tosendem Applaus zeigten die LandFrauen ihre Begeisterung auch gegenüber den anwesenden Filmemacher*innen Bianca und Christoph Kuhlmann.

Schauen Sie sich den Film unbedingt an und teilen Sie ihn gern, Zu finden ist er unter: <https://youtu.be/ZVjXP4jps9M>

In seinem Grußwort brachte Landrat Jens Böther seine Wertschätzung für LandFrauen zum Ausdruck und Äbtissin Gräfin Amélie zu Dohna führte in die Geschichte des Frauenklosters ein, das seit dem 12. Jahrhundert ununterbrochen betrieben wird.

An den festlich vom LandFrauenverein Lüneburg dekorierten Tafeln im Sommer-Remter, dem mittelalterlichen Speisesaal, gab es ausführlich Gelegenheit zum Netzwerken unter LandFrauen. Ein Trio um Hans Malte Witte untermalte die Gespräche mit zurückhaltenden musikalischen Klängen.



Liebe LandFrauen, liebe Leser*innen

die Ausgabe der „LandFrau Kurz und Knapp“, die Sie in Ihren Händen halten, wird die letzte sein. Die „KuK“, wie sie liebevoll genannt wird, war uns ein wertvoller Begleiter über viele Jahre. Doch: „Nichts ist so beständig wie der Wandel“, sagte schon der griechische Philosoph Heraklit – und so haben die Delegierten des NLV besch-

lossen, in der Mitgliederinformation neue Wege zu beschreiben. Seien Sie gespannt auf ein kompaktes Format unter dem Titel „Frauen. Leben. Land.“, mit dem wir in die Zukunft gehen.

Doch unter welchem Titel auch immer: LandFrauen strahlen. Das ist ganz besonders in unserem neuen Imagefilm, der am 30. Juni dieses Jahre in Lüneburg Premiere gefeiert hat, zu sehen. Schauen Sie sich diesen Film unbedingt an:

<https://youtu.be/ZVjXP4jpS9M> und teilen Sie ihn gern.

Das Premierenpublikum in Lüneburg jedenfalls war begeistert. Und das bestand aus LandFrauen aus ganz Deutschland. Denn wir haben die Delegierten des Deutschen LandFrauenverbandes zu einem stimmungsvollen Abend in das Kloster Lüne eingela-

den. Mit unseren Kreisvorsitzenden sind sie dabei rege in den Austausch gekommen.

Was erwartet sie darüber hinaus in diesem Heft? – Berichte über unsere Marktgespräche und über Landwirtschaft für kleine Hände, Gina-Maria Mönnich verrät, warum sie LandFrau ist, und der NLV, warum er dem Bündnis Mutterschutz für Selbstständige beigetreten ist.

Vor Ort ging es unter anderem um Grüne Socken für Chemopatientinnen, um aufrichtige Kommunikation und darum, wie Frauen sich wehren können.

Chapeau! – Sie haben wirklich wesentliche Themen aufgegriffen. Für dieses Engagement, dafür dass Sie ein Teil der LandFrauenbewegung sind und dafür, dass Sie über Jahre treue Lesende der KuK gewesen sind, danke ich Ihnen sehr.

Haben Sie nun bei der letzten Ausgabe viel Freude bei der Lektüre!

Elisabeth Brunkhorst

Herzlich Ihre Elisabeth Brunkhorst
Präsidentin

Niedersächsischer LandFrauenverband Hannover e. V.

„Leben ist nicht genug, sagte der Schmetterling.
Sonnenschein, Freiheit
und eine kleine Blume gehören auch dazu.“

Hans Christian Andersen

NLV News

Landwirtschaft hautnah für kleine Hände

Woher kommt die Milch? Wie fühlt sich ein Huhn an? Und wie wird aus Sahne Butter? Antworten auf diese Fragen bekommen Kinder beim Projekt „Landwirtschaft für kleine Hände“ – organisiert von den Niedersächsischen LandFrauenverbänden Hannover (NLV) und Weser-Ems (NLF).

Zum Auftakt ging es für 22 Kinder aus dem Kindergarten Wohlsdorf auf den Hof der Familie Bassen in Scheeßel. Dort wurde geschüttelt, gemahlen, gemixt und gestaunt: Sahne wurde zu Butter, Getreide zu Mehl, Erdbeeren zu Milchshakes. Die Kinder fütterten Hühner, erkundeten den Bauernhof – ein Tag voller Aha-Momente.

„Wir öffnen die Türen zu Höfen, Gärten und Feldern“, sagt NLV-Präsidentin Elisabeth Brunkhorst. „So erfahren schon die Jüngsten, wo unsere Lebensmittel herkommen und wie wichtig die Arbeit in der Landwirtschaft ist.“

Auch Ina Janhsen, Präsidentin des NLF, ist überzeugt: „Über den erlebnisorientierten Ansatz soll nicht nur Wissen über, sondern insbesondere Wertschätzung für Lebensmittel gefördert werden.“

Das Projekt läuft 2025 bereits zum neunten Mal. Von April bis Oktober werden rund 3.400 Kinder aus ganz Niedersachsen teilnehmen. Ziel ist es, Alltagskompetenzen zu stärken und früh ein Gefühl für Herkunft, Qualität und Bedeutung unserer Lebensmittel zu schaffen.



Glückliche Gesichter nach einem erlebnisreichen Tag bei Familie Bassen – zum Abschluss gab's für alle ein Eis

NLV tritt „Bündnis Mutterschutz für Selbstständige“ bei

Gemeinsam mit weiteren niedersächsischen Verbänden unterstützt der NLV das bundesweite Bündnis „Mutterschutz für Selbstständige“.

Viele selbstständige Frauen – ob in der Landwirtschaft, im Handwerk oder anderen Bereichen – tragen große Verantwortung, haben aber keinen Anspruch auf gesetzlichen Mutterschutz. Das Bündnis setzt sich für faire Regelungen ein: für mehr Sicherheit, Chancengleichheit und Anerkennung!



Gemeinsames Zeichen: Mit vereinten Kräften fordern die Verbände mehr Schutz und Gerechtigkeit für selbstständige Frauen

Neues aus der Delegiertenversammlung

Bei der Delegiertenversammlung in der Stadthalle Northeim wurden wichtige Entscheidungen getroffen:

Ab 2026 ersetzt die kompaktere Mitgliederinformation „Frauen. Leben. Land.“ das bisherige „LandFrau Kurz und Knapp“. Künftig sind außerdem auch digitale, geheime Abstimmungen möglich. Der Mitgliedsbeitrag an den NLV wird ab 2026 auf 15 Euro festgelegt. Weitere Themen waren die neue Mitgliederkampagne, das Dreijahresthema „Zukunft im Blick!“ sowie ein Vortrag von Autorin und Speakerin Miriam Stein zur Menopause. Sie machte deutlich: Dieses wichtige Thema findet noch immer zu wenig Beachtung – politisches Handeln ist gefragt.



Zukunft im Blick: In Northeim werden neue Wege für die LandFrauen-Arbeit beschlossen

Erleben | Entdecken | Einkaufen

infa

11.–19.
OKTOBER
MESSE HANNOVER

Tickets
online kaufen
und sparen!



meine-infa.de

Marktgespräche: Landwirtschaft im Dialog

Bei den NLV-Marktgesprächen in Braunschweig und Hildesheim kamen Landwirt*innen, Kirche und Verbraucher*innen ins Gespräch.

Themen waren u. a. Generationenverantwortung, regionale Lebensmittel und soziale Aspekte der Landwirtschaft. Ziel: mehr Verständnis zwischen Erzeugenden und Konsumierenden.

NLV-Präsidentin Brunkhorst betonte: „Egal ob bio oder konventionell – wer regional kauft, liegt richtig!“ Die Veranstaltungen wurden gemeinsam mit Kirche und Landvolk organisiert und von Berit Hartig (Landwirtschaftskammer Niedersachsen) moderiert.

Teilnehmer*innen der NLV-Marktgespräche in Braunschweig setzen auf Dialog statt Vorurteile



Save the Date! Samstagsforum Junge LandFrauen

Am 8. November 2025 von 10:00–15:00 Uhr laden wir die jungen LandFrauen zum Samstagsforum ins Zentrum für Erwachsenenbildung (ZEB), Hannover, ein.

Unter dem Motto „Wer KEINE Visionen hat, sollte zum Arzt gehen“ zeigt Referentin Luisa Gundlach, wie man mit dem Re-teaming-Ansatz kreative Wege aus Zeitdruck und Stress findet. Nach dem Vortrag und einem Mittagsimbiss gestalten die Teilnehmerinnen ein persönliches Vision-Board.

Kostenfreie Anmeldung bis zum 10.10.2025 auf der NLV-Website unter Termine.

Wissen mit Biss - Ernährung & Bewegung im Fokus

Wie sieht eine gesunde Ernährung aus – für Jung und Alt? Und welche Rolle spielt Bewegung beim Älterwerden? Diese Fragen stehen im Mittelpunkt der Veranstaltung „Wissen mit Biss“ am 15.10.2025 von 14:00 bis 17:00 Uhr.

Freuen Sie sich auf einen informativen Nachmittag mit Mitmachaktionen und einem „Markt der Möglichkeiten“. Veranstalter sind unter anderem die DGE-Sektion Niedersachsen, das IfE Göttingen, die Niedersächsischen LandFrauenverbände Hannover und Weser-Ems und die Landesvereinigung Milchwirtschaft Niedersachsen.

Weitere Informationen und Anmeldung unter <https://milchland.de/wissenmitbiss/>

Rezept



Passt super zu Pasta, Kartoffeln, gegrilltem Gemüse oder als Brotaufstrich!

Peters Petersilien Pesto

Zutaten:

- 40 g Mandelstifte
- 1 großer Bund Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g geraspelter Bergkäse
- 8 EL kaltgepresstes Rapsöl
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten. Die Petersilie waschen, grob schneiden und in eine Schüssel geben. Den Bergkäse, die Knoblauchzehe und das Öl dazugeben. Alles mit dem Mixer fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Deutscher LandFrauentag 2026 in Essen

Am 30. Juni 2026 feiern rund 5.000 LandFrauen in Essen unter dem Motto „gestalten.begeistern.bewegen.GEMEINSAM“.

Die Tickets (25 € pro Person) sind ab Dienstag, 7. Oktober 2025, 9:00 Uhr über die dlV-Website erhältlich – ausschließlich für LandFrauengruppen und Einzelpersonen.

Frühzeitiges Bestellen wird empfohlen, da die Karten erfahrungsgemäß schnell ausverkauft sind.

Bestellbestätigungen kommen per E-Mail (auch SPAM-Ordner prüfen). Rückgabe ist nicht möglich. Der Postversand der Eintrittskarten erfolgt ca. 4 bis 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn.

„Das Leben ist wie ein Fahrrad.
Man muss sich vorwärtsbewegen,
um das Gleichgewicht nicht zu verlieren.“

Albert Einstein

Darum bin ich LandFrau: Gina-Maria Mönnich



Ich bin Gina-Maria, 26 Jahre jung und Erzieherin. 2023 bin ich den LandFrauen Wulften beigetreten. Hier bin ich aufgewachsen.

Meine Mutter und Großmütter sind ebenfalls im Verein und haben mich motiviert, diese Familientradition fortzuführen. Seit 2024 bin ich aktiv im Vorstand. Vorstandsarbeit bedeutet für mich „Mädelszeit“.

Die gemeinsamen Aktivitäten bieten mir eine Abwechslung zum Alltag und viel neues Wissen. Ich finde, wir können alle voneinander lernen – Alt wie Jung. Ich möchte, dass unser Ortsverein lange besteht. Deshalb versuche ich, andere junge Frauen für das Ehrenamt zu begeistern. LandFrauen machen Frauen stark!

KV Osterholz: Grüne Socken für Chemopatientinnen

In Anlehnung an das Projekt „Grüne Socken“ des Vereins Gynäkologische Krebserkrankungen Deutschland e.V. rief der Kreisverband Osterholz die Ortsvereine zum Mitmachen auf. Viele LandFrauen strickten mit Begeisterung – so entstanden zwischen Oktober und März fast 400 Paar bunte, handgestrickte Socken.

Auf Wunsch wurden diese direkt in der Region verschenkt: an die onkologischen Stationen der Kliniken Bremen-Mitte, -Ost, -Nord und ans Diako. Die Freude bei den Patientinnen war groß – die farnefrohen Socken und liebevollen Gedanken dahinter spendeten Trost und Mut in einer schweren Zeit. Eine kleine Geste mit großer Wirkung.



Mit Herz und Wolle: Übergabe der bunten „Grünen Socken“ an die Klinik – ein Zeichen der Solidarität und Wärme

vor Ort

LFV Nienburg: Klimaschutz geht alle an! gemeinsam.klima.aktiv

Klimabotschafterin Heidrun Gerdes lud Johanna Müller vom BAWN (Betrieb Abfallwirtschaft Nienburg) für einen Vortrag ein. Sie stellte Maßnahmen vor, die zur Verbesserung der Klimabilanz beitragen. Das neue Modell der Sperrmüllentsorgung trennt Holz und Metall zur besseren Verwertung – Holz wird im Biokraftwerk genutzt.

Ab 2025 dürfen Textilien nicht mehr in den Hausmüll. Elektroaltgeräte und Akkus gehören in Sammelstellen, da sie Brände verursachen können. Blumenerde aus Bioabfall und Müllfahrzeuge mit HVO 100 zeigen weitere Klimaschutzwege.

Zum Dank gab es Applaus, ein Notizbuch – und kleine Giveaways von Frau Müller.



Johanna Müller vom BAWN informiert als Referentin über alltagstaugliche Klimaschutzmaßnahmen

LFV Neetze: Wie Frauen sich wehren können

Am 5. November erklärte Polizeihauptkommissarin Kathrin Richter den Neetzer LandFrauen anschaulich, wie Frauen sich behaupten und wehren können.

Gewalt ist kein Zufall: Der Täter erlebt eine Kränkung, sucht eine ungestörte Situation und prüft, ob Gegenwehr zu erwarten ist. Kommt es zur Tat, geht es ihm um Macht. Eine Studie zeigt: In 90 % der Fälle ist Gegenwehr erfolgreich.

Wichtig ist, überhaupt zu handeln – je nach Typ und Situation. Möglichkeiten: deutliche Worte, Flucht, Hilfe holen, notfalls körperliche Gegenwehr (Pfefferspray wird nicht empfohlen). Auch beim Beobachten von Gewalt gilt: Hinschauen, handeln, Hilfe holen.

„Die Welt könnte wieder ein Paradies werden.
Alles ist möglich.“

Erich Kästner



Zum Dank für ihren eindrucksvollen Vortrag erhält Polizeihauptkommissarin Kathrin Richter ein Präsent von den Neetzer LandFrauen

KV Osterode: „Gute und aufrichtige Kommunikation ist Voraussetzung für erfolgreiche Vereinsarbeit“



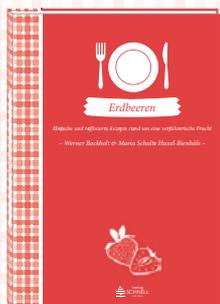
Gute Stimmung beim Training für gelingende Vereinskommunikation

Gute Kommunikation – der Schlüssel zur erfolgreichen Vereinsarbeit: Im März 2025 nahmen die LandFrauen des Kreisverbands Osterode an einem Seminar in Lonau teil.

Sprechtrainerin Uschi Siemon (Uni Göttingen) zeigte anhand vieler Praxisbeispiele, wie Kommunikation im Vereinsalltag gelingt – besonders in der Teamarbeit.

Übungen verdeutlichten die Bedeutung von aktivem Zuhören und klarer Informationsweitergabe. Das Vier-Seiten-Modell und Carl Rogers' Grundhaltungen (Echtheit, Wertschätzung, Empathie) standen im Fokus.

Der Austausch war lebendig, das Ambiente im Restaurant „Zur Quelle“ angenehm. 2026 soll ein weiteres Seminar folgen.



Erdbeeren

Erdbeeren sind nicht nur geschmacklich ein Erlebnis, sondern vor allem sehr gesund.

Mehr als 130 Rezepte zum Ausprobieren, darunter natürlich die klassischen Vor- und Nachspeisen, aber auch Suppen, Hauptgerichte, Gebäck, Getränke und Fruchtaufstriche mit Erdbeeren.

144 Seiten, gebunden, 12,80 Euro.

ISBN 978-3-87716-832-5

Verlag
SCHNELL
– seit 1834 –



Bestellen Sie jetzt: Auf www.schnell-verlag.de, telefonisch unter 05204-998 123 oder beim Buchhändler Ihres Vertrauens.

LFV Westtharz: Kochen macht Spaß - LandFrauen in der Hördener Grundschule aktiv



Schüler*innen der Hördener Grundschule kochen mit den LandFrauen – ein Tag voller Spaß und Genuss

„Kochen wir heute wieder?“ – Diese Frage stellten viele Kinder der 3. und 4. Klasse in der Grundschule Hörden. Von September 2024 bis März 2025 boten die LandFrauen Westtharz unter Leitung von Gisela Exner eine Koch-AG an.

Gemeinsam wurde gekocht, gegessen und über Ernährung gesprochen. Ziel war es, Freude am Kochen zu wecken, Wissen über gesunde Ernährung zu vermitteln und den Umgang mit Lebensmitteln zu üben.

Auf dem Speiseplan standen z. B. Nudelmuffins, Gemüsetaucher und Obstsalat. Zum Abschluss gab es Rezepte für zu Hause – eine Fortsetzung der AG ist geplant.

„Nichts kommt dem Landleben gleich.
Es vermittelt mehr echte Freuden als irgendeine
andere Lebensweise.“

Katherine Mansfield

Anzeige

Altes Leinen

Verlag
SCHNELL
– seit 1834 –

Der stille Luxus

Gertrud Berning, langjährige Leiterin der Redaktion **Landlust** und ehemalige Chefredakteurin der Zeitschrift **Einfach Hausgemacht** holt die kostbaren alten Leinenraritäten ans Licht und gibt ihnen eine neue Bedeutung.

Verblüffend einfach und dennoch raffiniert arbeitet sie altes Leinen für den heutigen Gebrauch um. So werden Tischdecken zu äußerst komfortablen Bettdecken, zu saugfähigen Badetüchern. Aus Kissenbezügen, Servietten oder Handtüchern entstehen Kinderkleidchen, Shirts und Röcke. Sie tragen sich wie eine zweite Haut. Und traumhaft schön, so wie sanftes Mondlicht, fällt das Licht durch Gardinen aus altem Leinen.

ALTES LEINEN – Der stille Luxus
von Gertrud Berning

144 Seiten, Paperback, Format: 20 x 25 cm | ISBN: 978-3-87716-663-5



24,00 €

Bestellen Sie jetzt: per E-Mail an buch@schnell-verlag.de, telefonisch unter 05204-998 123, im Internet auf www.schnell-verlag.de oder im Buchhandel.

Buchtipp

Martina Behm: Hier draußen

In Fehrdorf scheint jeder seinen Platz im Leben gefunden zu haben – außer Ingo und Lara. Das Paar ist mit den Kindern aus der Großstadt ins holsteinische Dorf gezogen, doch die Eingewöhnung fällt schwer.

Besonders Ingo leidet unter der täglichen Pendelei zu seinem Start-up in Hamburg. Als er eines Abends mit dem Auto eine weiße Hirschkuh anfährt, gerät das Dorf aus dem Gleichgewicht.

Der Aberglaube besagt: Wer solch ein Wesen tötet, dem bleibt nur noch ein Jahr zu leben. Plötzlich beginnen auch der Jäger, die engagierte LandFrau und die letzten Mitglieder einer einstigen Öko-WG zu hinterfragen, ob das Leben auf dem Land wirklich das ist, was sie erfüllt.

Behm, Martina: „Hier draußen“, dtv-Verlag, 2025, Hardcover, 496 Seiten, ISBN: 978-3-423-28478-3, 24,00 Euro

„Nichts im Leben ist zu fürchten,
sondern nur zu verstehen.“

Marie Curie



Termine

Wo?	Wann?
21.08.2025	Schulung für Kompost- und Wurmboxenprojekt in Kitas / Schule, Hannover
23.09.2025	NLV-Hauptausschusssitzung, Hannover-Ahlem
05.10.2025	Erntedankfest
15.10.2025	WeltlandFrauentag
15.10.2025	1. Fachtagung Seniorenernährung: Wissen mit Biss. Schwungvoll ins Alter, Hannover
28.10.2025	Start Online-Vortragsreihe zum Thema „Menopause“
29.10.2025	7. Fachtagung für Frauen in der Landwirtschaft, Hannover-Ahlem
07.11.2025	Tagung „Steuern und Versicherungen im Verein“, online
08.11.2025	Samstagsforum Junge LandFrauen, Hannover
25.11.2025	Orange Day
05.12.2025	Internationaler Tag des Ehrenamtes
08.05.2026	Große Delegiertenversammlung und LandeslandFrauentag in Bad Fallingbostal
30.06.2026	Deutscher LandFrauentag, Essen

Impressum

Geschäftsstelle des NLV

Karmarschstraße 43, 30159 Hannover
Tel.: 0511 / 35 39 60 0

nlv@landfrauen-nlv.de | www.landfrauen-nlv.de
www.facebook.com/LandFrauenNLV

Redaktion

Birgit Wessel (verantwortlich),
Julia Gardlo, Dörte Stellmacher

Herausgeber und Verlag

Eventum Media | Medien Service Runge GmbH
Bergstraße 2, 33803 Steinhagen
Tel.: 05204 / 998 460 | www.eventum-media.de
www.facebook.com/EventumMediaVerlag

Bild- & Textnachweis

NLV, LandFrauen

Mehr Infos vom NLV über unseren E-Mail-Newsletter: Einfach auf unserer Website abonnieren!

Folgen Sie uns auf Facebook 

und auf Instagram 

und laden Sie sich unsere NLV-App herunter! 