

STILLE POST

GEDANKEN UND IDEEN VON LANDFRAUEN FÜR LANDFRAUEN



Kreisverband der LandFrauenvereine Gifhorn e.V.

Liebe LandFrauen,

für viele von uns ist Urlaubszeit. Vom „da kann ich endlich machen, was ich möchte“ und „in Ruhe frühstücken“ bis hin zum „Seele baumeln lassen“ ist alles drin.

Die Jahresuhr steht im 3. Quartal. Die Tage und Wochen verfliegen oder sie verlangsamen unser Lebensgefühl.

Was plant ihr in den kommenden Rest-Sommerwochen?

Seid ihr ganz aktiv in eurem Garten? Beschenkt er euch mit reichlicher Ernte? Wir sehen das ja: die Kürbisse werden rund und dick, die Zucchini munden schon. Und was alles sonst noch so geerntet und verarbeitet werden kann... Himbeeren und Blaubeeren, Augustäpfel – lecker!

Oder seid ihr unterwegs auf neuen Entdeckungen z.B. in unserem schönen Landkreis?

Wir wünschen euch auf jeden Fall eine erholsame Zeit ohne jeglichen Stress, Bienensummen, Blütenduft, Wasserplätschern und Sonnenschein!

Viel Spaß beim Lesen und lasst euch inspirieren!

Eure Ilse Marie Dralle mit ihrem Vorstandsteam wünscht allen noch einen schönen Sommer!

GEDANKENSPLITTER FÜR LANDFRAUEN

Die Urlaubszeit zur Quality time zu machen ist eine Kunst. Ilona Bürgel, promovierte Psychologin, hat fünf Ideen, wie das Stresspotenzial im Urlaub abgebaut werden kann:

1. Neue Erfahrungen machen.
2. Urlaubsglück selbst bestimmen.
3. Das Urlaubsglück sich entwickeln lassen.
4. Viele Gründe zum Lächeln finden.
5. Negative Ereignisse relativieren.

<https://www.ilonabuergel.de/5-grundregeln-stress-im-urlaub-vorzubeugen/#more-4220>

Das IT-Sommerfestival für Frauen in Braunschweig möchten wir euch ans Herz legen. Vom 17. bis 21. August gibt es jede Menge Kurse! Quality time der anderen Art für alle, die sich weiter fit machen wollen für Beruf und Ehrenamt.

<https://www.vhs-braunschweig.de/die-vhs-braunschweig/die-vhs/bereich/sonderkategorien/kategorie/IT-Sommerfestival+fuer+Frauen/kat/184/>

Der ultimative Tipp für einen naturnahen Draußen-Vormittag in Wolfsburg kommt von Melanie Rosenthal:

Er beginnt mit dem Aufstieg zum Klieversberg. Ausgehend vom Theaterparkplatz Wolfsburg (kostenloses Parken) benötigt man etwa 15 Gehminuten, um den Klieversberg unter großen Bäumen bequem zu erklimmen. Dortiges Ziel ist das Mahnmal der Heimatvertriebenen. Der Weg dorthin führt unter anderem an einem Insektenhotel und der historischen Porschehütte, in welcher einst Ferdinand Porsche lebte, vorbei. Oben angelangt,

wird man mit einem **tollen Panoramablick auf Wolfsburg** belohnt.

Anschließend bietet sich die Gelegenheit, im **Wolfsburger Tiergehege** vorbei zu schauen (aktuelle Öffnungszeiten von 8.30 -13 Uhr täglich), dessen Eingang nur etwa 300 m vom Mahnmal entfernt ist. Dort freuen sich ganz viele, überwiegend gefiederte Tiere, aber auch Kaninchen oder Igel auf deinen Besuch.

www.tiergehege-wolfsburg.de

Und bevor man wieder am Theater ins Auto steigt, ist ein Verweilen auf oder an den überdimensionalen grünen Sitzbänken in der Grünfläche vor dem Theater zu empfehlen, da sich von dort aus das rege Großstadttreiben mit etwas Abstand beobachten lässt. Oder ihr nutzt die weitere Zeit für einen kleinen Stadtbummel...

Habt ihr schon einmal Geocaching

gemacht? Das machen viele Erwachsene! Einfach eine App, z.B. eine Free App aus dem Playstore/Appstore auf dem Smartphone installieren und los geht die Suche – das ist wie Schnitzeljagd, nur online. Auch auf dem AllerHoheits-Radweg kann man geocachen. Da geht es rund um Gifhorn und Fallersleben auf den Spuren von Herzogin Clara unter dem Titel „Clara-Adel verpflichtet“ mit Klatschgeschichten im Stil der Regenbogenpresse. Einfach köstlich. Schaut mal unter www.allerhoheit.de/geocache .

Mit dem gefundenen Lösungswort gibt es im Schloss Gifhorn oder im Schloss Fallersleben ein kleines Präsent. Und hinterher ein kühles Kräuterbier im Brauhaus Fallersleben oder ein selbstgemachtes Eis im Schlossrestaurant Zentgraf?

Der Buchtipps kommt heute von Jutta Tietge mit der Jahrhundert Trilogie von Carmen Korn. Sie legt euch die Bücher „Töchter einer neuen Zeit“, „Zeiten des Aufbruchs und „Zeitenwende“ sehr an Herz. Die Bücher handeln von den vier Freundinnen Käthe, Henny, Lina und Ida aus Hamburg, von zwei Weltkriegen, von nahezu hundert Jahren Deutschland. Es tut gut, mit den Büchern in Erinnerungen zu schwelgen oder aber auch, sich in diese Zeit hinein zu versetzen.

Wissen teilen, ländliche Entwicklung und Ernährung sichern!

Der DLV setzt sein Ghana-Projekt fort und unterstützt Frauen in Ghana – für eine gleichberechtigte Teilhabe von Frauen in der Land- und Ernährungswirtschaft. Das ist gerade in Corona-Zeiten noch wichtiger geworden, denn es geht um nachhaltige Lebensqualität, um Arbeitsbedingungen und gesellschaftliche Teilhabe. Wenn ihr mehr wissen wollt, schaut hier nach <https://www.landfrauen.info/themen>

Die Kreisbereisung des Kreisverbandes führt uns in diesem Jahr leider doch nicht nach Fallersleben.

Wir werden erst im kommenden Jahr mit Ilona Habermann durch die Hoffmannstadt schlendern. Aber dann wird es richtig schön!

Soweit für heute von uns. Genießt diesen letzten Sommermonat, bevor mit dem September schon der Herbst naht. Wir wünschen euch herrliche Sommertage und grüßen euch von Herzen!

Euer Team vom Kreisverband Gifhorn

„Ich bin sehr glücklich – weil ich oft im Leben die Möglichkeit zum Unglücklichsein hatte und sie einfach nicht angenommen habe.“

Peter Ustinov