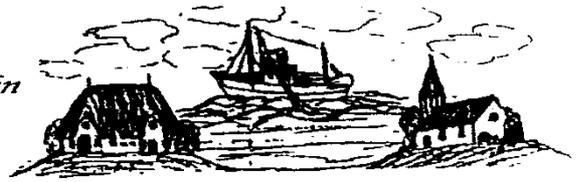




Land - Frauen - Verein  
Everschop e. V.



Liebe Landfrauen,  
unser Programm für den Herbst !

September 2025

**In dieser Einladung:**

29. Sept.: Vortrag „Medizinische Versorgung von Kindern an der Westküste“ in Mildstedt

13. Okt.: **Erntedankversammlung** mit Suppenbüfett und Lottospiel

27. Okt.: Literaturtag \_ Helga Schubert – Identität in DDR-Literatur (KLFV-NF)

10. Nov.: „**Progressive Muskelrelaxation**“ – **Übungen zum Mitmachen**

18. Nov.: **Kegeln** in Husum

**Montag  
29.09.2025**

19:00 Uhr  
Kirchspielskrug Mildstedt  
Hauptstr. 13, 25866 Mildstedt

Impulsvortrag vom Chefarzt  
Dr. med. Thorsten Wygold,  
WKK Heide, zum Thema:  
**“Die medizinische  
Versorgung von  
Kindern an der  
Westküste”**

inkl. Dialogabend mit Politikern  
und Ärzten aus der Region zur  
aktuellen Versorgungssituation

**Perinatalzentren retten Leben  
- und ganze Regionen!**

Mit der geplanten Schließung in Heide und Flensburg bricht ein  
zentrales Versorgungsnetz weg: Für Kinder, für Familien, für Fachkräfte.

Anmeldung per Mail unter: [info@kreis-landfrauenverband-dithmarschen.de](mailto:info@kreis-landfrauenverband-dithmarschen.de)



## Unsere Erntedankversammlung

am Montag, den **13. Oktober**

beginnen wir mit einem Suppenbüfett, von Landfrauen gekocht.



Kosten pro Person: **10 Euro**

Danach wollen wir LOTTO spielen.

Der Einsatz beträgt 2,00 Euro/Karte.

Dazu wünschen wir Euch recht viel Spaß und Glück.

Wir treffen uns **um 19:30 Uhr im Gemeindehaus in Tetenbüll.**



**Anmeldungen bitte bis zum 06. Oktober**

bei Silke Ingwersen ☎ 04862-1589 oder 0174-7618443

---

## Der KreisLandFrauenverband Nordfriesland

lädt alle Mitglieder und Gäste herzlich ein zum

### Landfrauen – Literaturtag

am Montag, den **27. Oktober 2025 ab 09:00 Uhr**  
in der Nordsee Akademie, Flensburger Str. 18, Leck

### **Vom Aufstehen von Helga Schubert – Identität in DDR-Literatur**



Drei Heldentaten habe sie in ihrem Leben vollbracht, erklärt Helga Schuberts Mutter ihrer Tochter: Sie habe sie nicht abgetrieben, sie im Zweiten Weltkrieg auf die Flucht mitgenommen und sie vor dem Einmarsch der Russen nicht erschossen. Mehr als zehn Jahre steht Helga Schubert unter Beobachtung der Stasi, bei ihrer ersten freien Wahl ist sie fast fünfzig Jahre alt. Doch erst nach dem Tod der Mutter kann sie sich versöhnen: mit der Mutter, einem Leben voller Widerständen und sich selbst. Helga Schubert erzählt in kurzen Episoden ein Jahrhundert deutscher Geschichte - ihre Geschichte, sie ist Fiktion und Wahrheit zugleich.

Unsere Referentin Frau Frederike Köhl behandelt in Bezug auf den Roman von Helga Schubert das Thema Identität.

09.00 - 10.30 Uhr Begrüßung, Einführung

- Einführung in Biografie und Werk von Helga Schubert
- historische und literarische Einordnung des Romans – DDR-Literatur, Autobiografie

10.30 - 11.00 Uhr KAFFEPAUSE

11.00 - 12.30 Uhr Exkursion in die Philosophie?

- Wer sind wir? – Vorstellen von philosophischen Positionen zum Thema Identität
- Narrative Identität nach Paul Ricœur

12.30 - 13.30 Uhr MITTAGESSEN

13.30 - 15.00 Uhr Gruppenarbeit mit Textpassagen:

Bezug zwischen philosophischen Theorien und Textausschnitten herstellen

15.00 - 15.30 Uhr KAFFEE & KUCHEN

15.30 - 16.30 Uhr Neue Bücher & mehr, Empfehlungen von der Buchhandlung Blattwerk

Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit der Nordsee Akademie statt.

**Kosten:** 55 € / Person, 64 € für Nicht-Mitglieder

(inkl.: Vormittagskaffee, Mittagessen, Kaffee & Kuchen, nicht enthalten: Fahrtkosten)

Den Betrag bitte auf das Konto des KreisLandFrauenVerband überweisen,

DE64 2175 0000 1800 0016 85 mit Angabe „Literatur-Tag 2025“ plus Name.

**Anmeldungen** bis zum **15.10.2025** unter 04671-7979307 oder magret@albrecht-nf.de



Unsere Versammlung am **10. November** steht unter dem Motto **Entspannung**.

**Lockere, entspannte Muskeln auch in stressigen Zeiten?**

**Die Progressive Muskelentspannung hilft, frei von Verspannungen zu bleiben.**



Sie ist einfach, aber wirkungsvoll und wird auch Progressive Muskelrelaxation genannt, kurz PMR. Nach einiger Übung erkennen wir im Alltag problemlos, wo wir gerade unnötig Muskeln anspannen und sie gezielt lockern können. Auch ohne vorherige Anspannung, lediglich, indem wir uns daran erinnern, wie sich die Entspannung anfühlt.

**Beate Peters wird uns diese Entspannungstechnik erklären und mit uns einüben.**

Wir treffen uns **um 19:30 Uhr** im Gemeindehaus Tetenbüll.

Die Kosten hierfür betragen **8,-- Euro** pro Person.

Die Vorbereitung des Abends übernehmen

**die Landfrauen aus Garding und Umgebung.**

**Anmeldungen bitte bis zum 03. November**

**bei Silke Ingwersen ☎ 04862-1589 oder 0174-7618443**

**Wer gerne mithelfen möchte, meldet sich bitte ebenfalls bei Silke.**

Und für die Entspannung zuhause steht an diesem Abend wieder der **Büchertauschtisch** für Euch bereit.



**Und weil Bewegung immer gut ist und es auch noch Spaß macht:**

Kegeln in der Kegelsporthalle

**in Husum, Schleswiger Chaussee 23**

**am Dienstag, den 18. November um 18:30 Uhr**

Danach wollen wir **in den Keglerstuben** einen **kleinen Imbiss** zu uns nehmen.

Bitte bringt Eure Hallen-Sportschuhe mit, ein Schuhverleih wird nicht angeboten.

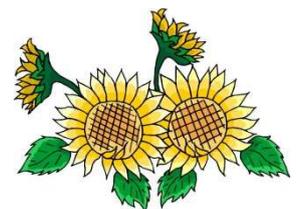
**Anmeldungen bitte bis zum 11. November bei Heidi Holste**

**☎ 04864-316 (auch Anrufbeantworter)**

Wir bilden dann Fahrgemeinschaften.

Gäste sind jederzeit willkommen.  
Im Namen des Vorstandes grüßen Euch alle ganz herzlich

*Beate Peters, Elke Lampe u. Levke Thiesen*



Beate Peters ☎ 04862-2174973 • Elke Lampe ☎ 04864-2716862 • Levke Thiesen ☎ 04862-8907

[landfrauen-everschop@tetenbuell.de](mailto:landfrauen-everschop@tetenbuell.de)