

## **Der Landfrauen-Bote**

Nr. 02/2024

Liebe Landfrauen,

in vier Wochen ist Ostern. Rast das Jahr nicht wieder so schnell voran? Kaum haben wir den Weihnachtsbaum nach draußen befördert, hängen schon wieder die Ostereier an den Zweigen. Aber wir freuen uns auf Ostern. Ostern ist der Vorbote des Frühlings. Die Vögel zwitschern bereits wieder, die Sonne - wenn sie denn scheint - wärmt uns mit ihren ersten Strahlen und die Tage werden spürbar länger. Am letzten Märzwochenende stellen wir übrigens wieder die Uhren um. Das macht doch Lust, auch wieder an unseren neuen Veranstaltungen teilzunehmen. Haben Sie sich beispielsweise schon bei der Schrittzähleraktion angemeldet? Wir erinnern nochmal an die aktuellen Termine:

### **1. Termine!**



#### **Landfrauenverband Hamburg: Wir feiern den 75sten Geburtstag**

Haben Sie den **15. September 2024** schon im Kalender eingetragen? Versprochen - im nächsten Landfrauen-Boten gibt es die ersten Informationen.



#### **Landfrauenverband Hamburg: Es geht zum Deutschen LandFrauentag**

Nach Kiel am **02. Juli 2024**. Es gibt noch Karten - schnell anmelden! Anmeldung über die Webseite: [hamburger-landfrauen.de/termine](http://hamburger-landfrauen.de/termine)



#### **Landfrauenverband Hamburg: Das neue Heizungsgesetz oder auch Gebäudeenergiegesetz (GEG)**

Infos von der Verbraucherzentrale, **10. April 2024**. Es gibt noch wenige Plätze! Anmeldung über die Webseite: [hamburger-landfrauen.de/termine](http://hamburger-landfrauen.de/termine)



#### **Ortsverein Kirchwerder: Vortrag zur Palliativversorgung**

**14. März 2024** um 19 Uhr im Café Molina an der Riepenburger Mühle.

Anmeldungen noch bis zum 07.03.2024 bei Ursel Wedemann Telefon 040 - 7238042 oder 0174 - 9091891



#### **Ortsverein Ochsenwerder: Vortrag von Maren Heuke,**

„Beratung Bewegt – beachten betrachten bewirken“

**14. März 2024** um 18 Uhr im Fährhaus Tatenberg, Tatenberger Deich 162, 21037

Hamburg, Bitte auch dort anmelden: Telefon 040- 737 22 27 (Es gibt eine Auswahl an Gerichten)



#### **Förderkreis LandFrauenverband Hamburg: Schrittzähleraktion**

**Start am 01. März 2024, Ende 30. Juni 2024**

Schnell noch in der Geschäftsstelle oder beim Ortsverein anmelden.



## **Förderkreis LandFrauenverband Hamburg: Düngen aber richtig am 30. April 2024**

Am 30. April kommt wieder Gerhard Preuss zu uns in den Brennerhof und erklärt alles zum richtigen Düngen. Die Einladung kommt in den nächsten Tagen.

## **2. Vom Bundesverband der Deutschen Landfrauen (dlv)**



### **BäuerinnenForum 2024: Altersarmut ohne mich!**

Frauen in der Landwirtschaft sorgen mehrheitlich betrieblich und privat für das Alter vor. Das zeigt die „Studie Frauen. Leben. Landwirtschaft“. Interessant ist, dass 17 Prozent der Befragten das Altenteil als Mittel zur Alterssicherung angaben. Doch hinter dieser scheinbaren Sicherheit verbirgt sich eine kritische Perspektive – das Niveau der Alterssicherung wird von rund einem Drittel der befragten Frauen als nicht ausreichend eingeschätzt. Überraschenderweise konnten weitere 25 Prozent diese Frage überhaupt nicht beantworten – eine beunruhigende Informationslücke, die das BäuerinnenForum 2024 zielsicher schließt. LandFrauenpräsidentin Petra Bentkämper führt aus: „Es ist wichtig, Zahlen, Daten und Fakten zu den Versorgungslücken öffentlich zu machen und den Frauen so die Notwendigkeit des Handelns klar vor Augen zu führen. Es geht auch darum aufzuzeigen, dass mangelnde Perspektiven in der Landwirtschaft das Thema individuelle Altersvorsorge überschatten – der Betrieb geht meist vor“. Und Juliane Vees, alternierende Vorsitzende der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG)-Vertreterversammlung, sagt: „Es ist erschreckend, wenn man sieht, dass ein Viertel der Frauen nicht wissen, ob sie ausreichend für das Alter abgesichert sind.“

## **3. Gut zu wissen**

### **Eingeloggt!-Woche 2024 vom 11. bis zum 17. März**

Per Video telefonieren, das eigene Smartphone verstehen oder neueste Technik ausprobieren? Alles möglich in der fünften Eingeloggt!-Woche. In ganz Hamburg bieten Initiativen Neugierigen ab 50 kostenlose Workshops zur Nutzung von Internet und Smartphone. Informationen auf [eingeloggt.net](http://eingeloggt.net). Sie brauchen Hilfe, um die Informationen zu bekommen? Fragen Sie in der Geschäftsstelle nach, wie helfen Ihnen gern.

### **Oder Sie fragen Irmtraud Bertram oder Barbara Froh - Unsere Digitalmentoren für Hamburg**

- Wie kann ich mein Gerät (Smartphone, bedienen)?
- Wie suche ich eine passende Busverbindung?
- Wie versende/erhalte ich Fotos?
- Wie lade ich mir passende Apps herunter?

Die beiden Vorstandsdamen haben sich im letzten Jahr zu Digitalmentorinnen ausbilden lassen und unterstützen gern bei Fragen. Die Welt verändert sich und wir uns mit ihr! Wir möchten Sie ermutigen, die neuen digitalen Wege offen und neugierig zu gehen. Bei Interesse und Fragen melden Sie sich gern in der Geschäftsstelle oder direkt bei Barbara Froh und Irmtraud Bertram. Barbara Froh ist regelmäßig am 11. April, 25. April, 16. Mai,

30. Mai, 13 Juni in der Zeit von 11 bis 12 Uhr im Bürgerhaus Westibül, Friedrich-Frank-Bogen 59, 21033 Hamburg zu erreichen (eine Anmeldung unter 040 - 739 56 43 ist erbeten). Irmtraud Bertram unterstützt in der „Digitalen Sprechstunde für Tablet und Smartphone“ bei der AWO im KörberHaus, jeden Freitag von 11 Uhr bis 12 Uhr. Beide sind auch telefonisch unter Irmtraud Bertram 0162 - 1950901 oder Barbara Froh 0177 - 7372837 erreichbar.

#### **4. Veranstaltung**

##### **Grönemeyer: FIT BIS 100 – LIVE-Tour '24 - Hamburg am Montag 15. April 2024**

Prof. Dietrich Grönemeyer live in der Friedrich-Ebert-Halle Hamburg

„Runter vom Sofa – Bewegung macht fit, schlau und fröhlich“ lautet das Motto. Kommt uns bekannt vor, oder? Das Programm ist informativ, unterhaltend und zugleich – im Sinne des Wortes – bewegend. „Gesundheit ist zu 60 Prozent Eigenverantwortung. Und das ist eine Frage der inneren Haltung“, sagt Prof. Dietrich Grönemeyer.

Aktuelle Studien zeigen: Schon kleine Änderungen im Lebensstil reichen aus, um gesund zu altern und länger zu leben. Beispiel: Bei 50-jährigen Frauen verlängert sich demnach die Lebenserwartung um 18,9 Jahre, bei gleichaltrigen Männern sogar um 21,3 Jahre.

gibt es hier: [Tickets](#) oder über die Bestell-Hotline Montag bis Sonnabend von 9 bis 18 Uhr unter 01806 - 570070

Wir wünschen Ihnen einen wunderschönen sonnigen und blumigen Frühlingsbeginn

Ihr

Vorstand und Geschäftsführung des LandFrauenverbandes Hamburg