

Landfrauen-Jahr beginnt mit dem beliebten LandFrauen-Frühstück



Am **Samstag, dem 14. Januar** trafen sich **über 80 Barsinghäuser Landfrauen** zu der beliebten Frühstücks-Veranstaltung im **Dorfgemeinschaftshaus in Stemmen**. Wieder einmal hatten die **ehrenamtlichen Helferinnen des DGH** ein sehr, sehr leckeres Büfett zubereitet. Der Raum war gemütlich dekoriert und alle nutzten die Gelegenheit in dieser netten Atmosphäre zum Klönen und zum Frühstücken.

Renate Zingler, eine der beiden Vorsitzenden, begrüßte die Anwesenden herzlich und nach dem ausgiebigen Frühstück stellte sie die Referentin - **Frau Dr. Sabine Heumann** vor. Sie hat einen großartigen Vortrag gehalten mit dem Thema: **„Gar nichts MUSS ich!“ – Für mehr innere FREIHEIT und Spaß am Leben!** - Viele „To do“-Listen sind in meinem Kopf. Wer sagt mir eigentlich, dass ich all das machen soll? Bin ich das selbst oder...? Was MUSS ich tatsächlich? Und wie kann ich mich innerlich davon frei machen und öfter mal überlegen, was mir selbst noch mehr Spaß und Freude macht? All diese Fragen stellte Frau Dr. Heumann im Laufe ihres Vortrags und beantwortete sie auch. Die Zuhörerinnen waren begeistert und viele konnten sich an etlichen Stellen ihres Vortrags wiederfinden. Viele nahmen sich vor den einen oder anderen Tipp von ihr zu beherzigen, um sich bei Stress besser zu entspannen und sich vorher zu fragen - MUSS ich das wirklich alles machen?

Carola Busse, die Zweite der beiden Vorsitzenden, bedankte sich bei der Referentin und verabschiedete die Landfrauen mit dem Wunsch nun in Zukunft vor Stress an diesen Vortrag zu denken und sich dann diese Frage zu stellen **„MUSS ich das wirklich?“**

