

# *Veranstaltungsplan*

***FRAUENZENTRUM  
SCHWEDT***

***OKTOBER 2024***



# Regelmäßige Angebote

## Montag

### **Sportkurs „Rund um Fit“**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 9.00 Uhr

### **Mutter-Kind-Treff „Spatzennest“**

### **Yoga Kurs I**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 10.00 Uhr  
-16.30 Uhr

Beginn: 10.30 Uhr

### **Gymnastik für Frauen**

1 Kurs jeweils 10x 1 Stunde

Beginn: 13.30 Uhr

### **Kreativkurs für Groß und Klein**

Beginn: 13.00 Uhr

### **Strickcafé**

Beginn: 14.00 Uhr

### **Polnisch Sprachkurs**

Beginn: 16.00 Uhr

## Dienstag

### **Englisch Sprachkurs**

Beginn: 8.30 Uhr

### **Yoga Kurs II**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 9.00 Uhr

### **Kreativkurs**

Beginn: 9.30 Uhr

### **Yoga IV**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 10.30 Uhr

### **Nähkurs ZICK ZACK 1**

### **Bewegung, Tanz und Rhythmus**

1 Kurs jeweils 10x 1 1/2 Stunde



Beginn: 11.30 Uhr  
-13.30 Uhr

Beginn: 13.00 Uhr  
-14.30 Uhr

### **Spielerisch Lernen**

Beginn: 14.00 Uhr  
-15.00 Uhr

### **Mal- und Zeichenkurs**

1 Kurs 10x 2 Stunden

Beginn: 14.00 Uhr

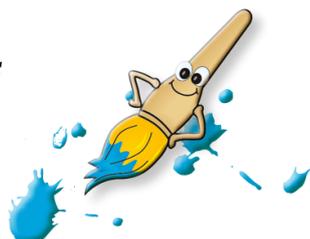
### **Gymnastik für Frauen jeden Alters**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 15.00 Uhr

### **Gymnastik für Frauen**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 16.30 Uhr

**Mutter-Kind-Treff „Spatzennest“**

Beginn: 10.00 Uhr  
-16.30 Uhr

**Mittwoch**

**Yoga III**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 8.45 Uhr

**Yoga IV**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 10.15 Uhr

**Mutter-Kind-Treff „Spatzennest“**



Beginn: 10.00 Uhr  
-16.00 Uhr

**Nordic Walking Kurs**

Beginn: 10.30 Uhr  
-12.00 Uhr

**Kreativcafé**

Beginn: 13.30 Uhr

**Spielenachmittag**

Beginn: 14.00 Uhr

**Vorlesestunde für Kinder**

Beginn: 14.00 Uhr

**Gymnastik „ In Form bleiben“**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 16.00 Uhr

**Gymnastik „ Rund um Fit“**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 17.30 Uhr

**Donnerstag**

**Sport für Frauen jeden Alters**

Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 9.00 Uhr

**Strickkurs „Puppenmutter“**

Beginn: 9.00 Uhr

**Fitness für Frauen**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 10.30 Uhr

**Mutter-Kind-Treff „Spatzennest“**

Beginn: 10.00 Uhr  
-16.00 Uhr

**Nähkurs ZICK ZACK 2**

Beginn: 11.00 Uhr  
-13.00 Uhr

**Spielerisch Lernen**



Beginn: 14.00 Uhr  
-15.00 Uhr

**Freie Singegruppe**

Beginn: 15.00 Uhr

*Beratung für Frauen in Krisensituationen 14.00 - 17.00 Uhr  
(nach Absprache auch an allen anderen Tagen möglich)*

---



# Hilfe...



## ich habe ein Smartphone!?

Sie haben ein neues „Spielzeug“ und wissen nicht wie man damit umgeht?

Alles ist so anders als bei meinem alten Handy...

**WhatsApp?** Bilder versenden? **E-Mail** checken? Internet?

Google? **Account?** Was ist das???

....so viele neue Dinge und keiner hat Zeit Ihnen etwas zu zeigen oder zu erklären!

Dann sind sie bei uns genau richtig...wir nehmen uns die Zeit um viele Fragen zu dem Zauberkasten Smartphone zu beantworten.



**Learning by doing...Lernen durch Tun...  
das ist die Lösung.**

*In gemütlicher Runde stehen Ihnen Mitarbeiterinnen des Frauenzentrums zur Verfügung, um viele Fragen zu klären. Wir sind keine Profis, aber haben täglich den Umgang mit dem Handy und geben unser Wissen gern an Interessierte weiter.*

*Sie werden sehen, wie schnell man sich an diese neue Technik gewöhnt ,wieviel Spaß und Freude es bereitet, ihre Kontakte zu pflegen mit Ihrem neuen Smartphone.*

**Einzeltermin ganz individuell nach Vereinbarung!**

Kosten: 2,50 €



Frauenzentrum

# Herbstferienspiele 2024

Lindenallee 62 , Telefon 515757  
E-Mail: frauenzentrum@swschwedt.de

Montag bis Freitag  
8.00-16.00 Uhr

**21. Oktober bis 25. Oktober 2024**

- ▶ Bowlingbahn
- ▶ Kino im FilmforUM Schwedt
- ▶ Ausflüge in die Natur
- ▶ Chillen, toben, spielen, relaxen, basteln uvm.

## **Teilnehmerbeitrag:**

12,50 € pro Tag  
(incl. Mittagsessen, Eintritte, Fahrtkosten)

## **Teilnehmeralter:**

6 bis 12 Jahre

**Alle Ferientage mit Voranmeldung!**  
Änderungen vorbehalten!

---

**Am Freitag, den 18.10.2024 sind wir wieder zur Unterstützung beim Herbstfest in der Grundschule „Am Waldrand“ zum Basteln und Waffeln**

**Backen mit den Kindern!**  
**Wir freuen uns wieder darauf!**





# Familienfeiern im Frauenzentrum

Sie möchten gern Ihren **Geburtstag**, **Jubiläum**, **Jugendweihe** oder Ihre **Hochzeit** feiern und Ihre Wohnung ist zu klein?

Familiäre Feste und Feiern können hier in gemütlicher Atmosphäre und liebevoll eingerichteten Räumlichkeiten stattfinden.



Gegen eine Nutzungsgebühr ab 15,00 € die Stunde pro Raum können Sie auf Wunsch bis zu zwei Räume bei uns mieten.

Essen und Getränke können mitgebracht werden. Zum Service gehören unter anderem das Eindecken der Tische für Ihre Feier, Nutzung des Kaffee- und Essgeschirrs, sowie Wein-, Sekt- und Mehrzweckgläser etc. Genehmigung für diverse Dinge wie z. B. Hüpfburg kann für 10,00 € mit reserviert werden.

Auch für **Tagungen**, **Seminare**, **Beratungen**, **Versammlungen** und **Schulprojektstage** stellen wir unsere Räumlichkeiten gegen eine Nutzungsgebühr zur Verfügung. Bei schönem Wetter kann auch unser Garten genutzt werden. Wir stellen Ihnen auch gerne unseren Grill zur Verfügung.



# ***Entspannung***

***Lassen Sie mal wieder Ihre  
Seele baumeln....***

***schöpfen Sie neue Kraft...  
entgehen Sie dem Alltagsstress...***

**Am Montag, 21.10.2024**

**um 16.30 Uhr**

**im**

**Frauenzentrum Schwedt**

**Kostenbeitrag: 3,00 €  
Inklusive gesunden Imbiss**

**Bitte melden Sie sich bei uns vorher an!**

**Frauenzentrum Schwedt  
Lindenallee 62a  
16303 Schwedt  
Tel. 03332/51575**



# Rechtsberatung

mit dem Rechtsanwalt  
Herr Charles Dreydorff,

**Am Dienstag,  
22.10.2024 ab 16.00 Uhr**

## “Allgemeine Rechtsfragen“

Kosten: 3,00 €

im  
Frauenzentrum Schwedt  
Lindenallee 62a  
Telefon: 0 33 32/ 51 57 57

Um Anmeldung wird gebeten!

# GEMEINSAMES FRÜHSTÜCK

---

im Frauenzentrum Schwedt

Kontakt/ Gespräche/ Informationen



*Bei Kaffee und Tee ohne Ende, begleitet von süßen und würzigen Köstlichkeiten, bieten wir Ihnen in gemütlichen Räumen die Möglichkeit zum gemeinsamen Frühstück mit Freunden oder Bekannten.*

*Melden Sie sich bei uns an ...*

*dann kann der Tag gestärkt beginnen...*

*z. B. 3 halbe Brötchen, Ei, Wurst, Käse, Obst, Gemüse, Fisch, Marmelade etc....*

*Kaffee oder Tee so viel man trinken mag*

*Kostenbeitrag pro Person: 7,00 €*

*Frauenzentrum Schwedt*

*Lindenallee 62a*

*16303 Schwedt*

*Tel.03332515757*





# LILA SALON



Kabarett

mit Ralph Richter

im Frauenzentrum Schwedt

am 14.10.2024 um 17.00 Uhr

**GEFALLSDATUM....abgelaufen**

**| Comedy • Kabarett |**

*„Muß das nicht Verfallsdatum heißen? fragt man sich da. Das Verfallsdatum ist das Datum, über das hinaus man nicht mehr genießbar ist. Doch der in Teilen Sachsen-Anhalts weltberühmte Kabarettist Ralph Richter ist jetzt in einem Alter, wo er nicht mehr überall dabei sein muß. Sein Gefallsdatum ist abgelaufen. Aber egal, er tritt wieder ein ins Gruselkabinett des Lebens, in dem er nichts verloren hat, aber trotzdem immer was findet. Er ist Sachenerzähler, und das Publikum kann sicher sein, das bei ihm weder Milde noch Vernunft eingekehrt sind.....“ Stefan Schwarz*

*„Jeder Mensch hat das Recht, nicht ernst genommen zu werden“.* Stefan Schwarz

Karten ab sofort erhältlich im Frauenzentrum Schwedt!

Eintritt: 15,00 €



# *LILA SALON*

*Dienstag d. 10.12.2024 um 15.00 Uhr*

*im Frauenzentrum Schwedt*

## *Weihnachtskonzert*

*mit Heidi Rades „ Dezember Träume“*

*Ob in Zahlreichen Fernsehsendungen oder als Solistin der Oderländer Musikanten und dem OM-Showorchester, die sympathischen Sängerin ist seit vielen Jahren auf der Bühne zu Hause und begeistert mit hervorragendem Gesang und Moderation.*

*Zur Weihnachtszeit bietet Heidi Rades ein weihnachtliches Soloprogramm.*

*Mit neuen und traditionellen Weihnachtsliedern möchte Sie uns durch die schönste Zeit des Jahres begleiten...lassen Sie sich verzaubern!*

*Karte: 12,00 €*

*Erhältlich ab 01.10.2023 ausschließlich im Frauenzentrum Schwedt!*

*Lindenallee 62 a*

*16303 Schwedt*

**Spendenauf Ruf!**



*Wir bitten auch weiterhin um Ihre Unterstützung, um unsere Arbeit für Frauen und Familien erfolgreich fortsetzen zu können.  
Selbstverständlich erhalten Sie eine Spendenbescheinigung.*

Spendenkonto: Stadtparkasse Schwedt  
IBAN: DE97 170523020031006944  
BIC: WELADED1UMX  
Kontoinhaber: Frauenverein Schwedt e.V.

***Ein herzliches Dankeschön an alle, die uns bisher finanziell und ideell unterstützt haben!***

**Öffnungszeiten :** Montag bis Donnerstag  
**08.30-12.00 Uhr und**  
**13.00-17.00 Uhr**  
**( und nach Vereinbarung)**



**Tel.** (03332) 515757  
**Fax.** (03332) 523013  
**Homepage:** [www.frauenzentrum-schwedt.de](http://www.frauenzentrum-schwedt.de)  
**E – Mail:** [frauenzentrum@swschwedt.de](mailto:frauenzentrum@swschwedt.de)

**Ansprechpartner Geschäftsleitung:**

Frau Tatjana Stol/ Frau Ute Gruner

