

*Veranstaltungsplan*  
**FRAUENZENTRUM**  
**SCHWEDT**

*Februar 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 10 x 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**

English is fun



Beginn: 8.30 Uhr

### **Yoga Kurs II**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 9.00 Uhr

### **Kreativkurs**

Beginn: 9.30 Uhr

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

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 10.30 Uhr

### **Nähkurs ZICK ZACK 1**



Beginn: 11.30 Uhr  
-13.30 Uhr

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

1 Kurs jeweils 10 x 1 1/2 Stunde

Beginn: 13.00 Uhr  
-14.30 Uhr

### **Spielerisch Lernen**

Beginn: 14.00 Uhr  
-15.00 Uhr

### **Mal- und Zeichenkurs**

1 Kurs 10 x 2 Stunden

Beginn: 14.00 Uhr

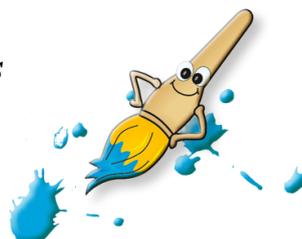
### **Gymnastik für Frauen jeden Alters**

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“**

#### **Nordic Walking Kurs**

#### **Kreativcafé**

#### **Spielenachmittag**

#### **Vorlesestunde für Kinder**

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

### **Gymnastik „ In Form bleiben“**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

### **Gymnastik „ Rund um Fit“**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

### **Englisch-Sprachkurs Anfänger**

1 Kurs jeweils 10x 1 1/2 Stunden

## Donnerstag

### **Sport für Frauen jeden Alters**

Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

### **Strickkurs „Puppenmuttis“**

### **Fitness für Frauen**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

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

### **Nähkurs ZICK ZACK 2**

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

### **Nähkurs ZICK ZACK 3**

### **Freie Singegruppe**



Beginn: 10.00 Uhr  
-12.00 Uhr

Beginn: 10.30 Uhr  
-12.00 Uhr

Beginn: 13.30 Uhr

Beginn: 14.00 Uhr



Beginn: 14.00 Uhr

Beginn: 14.00 Uhr  
-17.00 Uhr

Beginn: 16.00 Uhr

Beginn: 17.30 Uhr



Beginn: 16.00 Uhr

Beginn: 9.00 Uhr

Beginn: 9.00 Uhr

Beginn: 10.30 Uhr

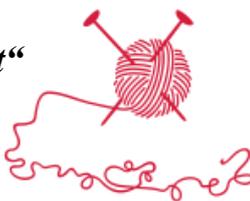
Beginn: 10.00 Uhr  
-12.00 Uhr

Beginn: 11.00 Uhr  
-13.00 Uhr

Beginn: 14.00 Uhr  
-17.00 Uhr

Beginn: 15.00 Uhr  
-17.00 Uhr

Beginn: 15.00 Uhr



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

# **Faschingsparty**

**Happy Fasching!**



**im Frauenzentrum Schwedt**



**Am Rosenmontag, 12.02.2024 sind bei  
uns wieder die Narren los...**

**ab 14.30 Uhr feiern wir gemeinsam  
unsere Faschingsparty.**

**Mit Tanzmusik und Showprogramm  
lassen wir nicht nur die Kostüme  
tanzen...**

**Also mitgemacht und Spaß gehabt....**

**Kostüm in jeglicher Form wäre  
wünschenswert!**

**Karten sind ab sofort erhältlich im  
Frauenzentrum Schwedt**

**Preis pro Person: 10,00 €**

# Rechtsberatung

mit dem Rechtsanwalt  
Herr Charles Dreydorff,

**Dienstag, 20.02.2024**

**ab 16.00 Uhr**

**“Allgemeine Rechtsfragen“**

Kosten: 3,00 €

Anmeldung unbedingt erforderlich!

im

Frauenzentrum Schwedt

Lindenallee 62a

Telefon: 0 33 32/ 51 57 57



# 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.





# 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.*

**Termin ganz individuell nach Vereinbarung!**

# 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*



# **Mutter - Kind - Treff**



*Einfach mal plauschen, Neuigkeiten und Erfahrungen austauschen – sich gemütlich zurück lehnen bei selbstgebackenem Kuchen, Kaffee, Tee, Saft etc. und die Zeit mit Ihren Liebsten nutzen- dies können Sie bei uns - im neu eingerichteten Kinderzimmer mit super tollem Spielzeug für Ihre Kleinen und in unserem Familiengarten mit Sandkasten, großer Spiel-Rasenfläche, Kleinkinderrutsche, diversen Spielgeräten und unserer beliebten Holzeisenbahn.  
Kommen Sie ... und fühlen Sie sich wohl, wir freuen uns auf Sie und Ihre Knirpse!*

**Wir sehen uns im  
Frauzentrum!**

**WOOOO??  
??**

**Mutti ich  
will auch  
dorthin...**



**von Montag bis Donnerstag  
jeweils ab 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr  
und ab 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr**



**Frauzentrum  
Lindenallee 62a  
16303 Schwedt  
☎ (03332) 51 57 57**

# 34. Brandenburgische Frauenwoche

Motto „Dit könn´ wa besser!“



## *Traditionelles Frauenfrühstück mal anders....*



*Am Freitag, den 08.03.2024 ab 14.00 Uhr feiern wir wieder unser traditionelles Frauenfrühstück... mit viel Musik und gute Laune.*

Karte pro Person: 13,00 €

---



### *Lesung*

mit Schauspielerin Angelika Neutschel

Titel: „Den Frauen nach“



Am Donnerstag, 14.03.2024 um 16.00 Uhr

Schauspielerin Angelika Neutschel liest aus dem Buch und wird musikalisch begleitet am Piano durch Frau Irene Wittermann.

Frauenrechtlerin, Dienstmädchen, Arbeiterinnen und bürgerliche Frauen, Künstlerinnen und Unternehmerinnen werden porträtiert. Sie haben alle die Geschichte der Stadt beeinflusst. In einem breit angelegtem Spektrum werden nicht nur Biografien erzählt, sondern auch historische Frauenorte und Frauenbewegungen beschrieben. Es wird von berühmten und weniger berühmten Frauen berichtet.

Karte pro Person: 3,00 €

Anmeldungen ab sofort möglich im

Frauzentrum Schwedt

Lindenallee 62a

Tel. 03332/515757

E Mail: [frauzentrum@swschwedt.de](mailto:frauzentrum@swschwedt.de)

# NATURHEILKUNDE

mit Elke Hapka



**Dienstag, 12.03.2024**

**um 17.00 Uhr**

## **Methylenblau - Stiefkind oder Hoffnungsträger**

*Ist Methylenblau ein neues Wundermittel?  
Methylenblau, seine Eigenschaften und Wirkungen, mögliche  
Anwendungen.*

### **Was ist Methylenblau?**

*Methylenblau heißt korrekterweise Methylthioniumchlorid – eine chemische Verbindung mit der Summenformel  $C_{16}H_{18}N_3SCl$ . Es handelt sich um einen tiefblauen synthetischen Farbstoff, der in verschiedenen Bereichen Anwendung findet, darunter in der Medizin, der Textilindustrie und der Mikrobiologie.*

*Kosten: 3,00 €*

*Anmeldungen im Frauenzentrum Schwedt, Lindenallee 62a*

*16303 Schwedt*

*Tel. 03332515757*

## Weitere Termine:

Montag, 05.02.2024  
Dienstag, 12.03.2024  
Dienstag, 19.03.2024

Entspannung  
Naturheilkunde (Thema wird nachgereicht)  
Rechtsberatung

---

## ***Spendenaufruf!***

*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.

**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

