



Veranstaltungsplan

DEZEMBER 2022
JANUAR 2023



Frohes Fest

und

Guten Rutsch ins neue Jahr



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

Freie Singegruppe

Beginn: 14.00 Uhr

Polnisch Sprachkurs

Beginn: 16.00 Uhr

Dienstag

Englisch Sprachkurs

Yoga Kurs II

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

English is fun

Beginn: 8.30 Uhr

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

Bewegung, Tanz und Rhythmus

1 Kurs jeweils 10 x 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 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

Englisch-Sprachkurs Festigung

1 Kurs jeweils 10x 1 1/2 Stunden

Beginn: 8.30 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

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

Spielerisch Lernen

Tanzkurs für Kinder

Yoga V

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



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: 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
-15.00 Uhr

Beginn: 14.30 Uhr



Beginn: 13.00 Uhr
-14.00 Uhr

Mutter-Kind-Treff „Spatzennest“

Nähkurs ZICK ZACK 3

Beginn:14.00 Uhr

-17.00 Uhr

Beginn:15.00 Uhr

-17.00 Uhr

Beratung für Frauen in Krisensituationen 14.00 - 17.00 Uhr

(nach Absprache auch an allen anderen Tagen möglich)

WEITERE INFOS UND KOMMENDE VERANSTALTUNGEN

01.12. BIS 14.12.	WEIHNACHTSBACKEN GRUNDSCHULE AM WALDRAND
05.12.2022	16.30 UHR ENTSPANNUNG
13.12.2022	16.00 UHR RECHTSBERATUNG
14.12.2022	CAFÉ INTERNATIONAL
04.01.2023	NEUJAHRSEMPFANG IM FRAUENVEREIN
30.01.2023	WINTERFERIENSPIELE
14.02.2023	FASCHING IM FRAUENZENTRUM (KARTEN AB JANUAR ERHÄLTlich)



Happy Fasching!



ENGLISCH KURS FÜR ANFÄNGER

Jeden Mittwoch von 16.00 Uhr bis 17.30 Uhr

Sie möchten Englisch lernen und sind Anfänger?

Na dann sind sie hier genau richtig....ob im Urlaub, auf Reisen,

zu Hause oder in der Freizeit, die „englische Sprache“ begegnet einem immer wieder.

Sie haben Interesse die Weltsprache zu erlernen?

Dann melden Sie sich gleich an!



cat
English?
brother
one, two, three
dog
father
sister
mother

Genauere Infos und Kosten erfahren sie bei Kontakt

Englisch Kurs für Kinder

ab 5 Jahre

Donnerstag von 14.00 bis 16.00 Uhr
im Frauenzentrum Schwedt

Du hörst schon oft Wörter aus dem Englischen aber weißt nicht immer was das heißt? Du möchtest gern Einiges lernen und bist Anfänger? Dann komm zu uns und lass dich von Joline begleiten.

Spielerisch aber dennoch mit Erfolg und vor allem mit viel Spaß wirst du schnell deinen englischen Wortschatz erweitern und aufbauen!

*Na, neugierig? Dann melde Dich an bei uns ...
im Frauenzentrum Schwedt*

**Startet wieder durch
im Frauenzentrum Schwedt**



Singen *macht nicht nur gute Laune...*

Wer hat Lust auf Kaffeeplausch und gemeinsam / zwangloses
Singen???

Schluss mit nur unter der Dusche singen...



Wir sind Hobbysänger und suchen Dich!!!

Du magst Musik und singst zwar nicht wie ein Star aber eben gerne?

Dann komm zu uns, wir sind eine kleine Gruppe von
Singliebhaber/innen und freuen uns über neue Mitstreiter/innen.
Mit guter Laune und vor allem viel Spaß, singen wir in netter,
lockerer Atmosphäre gemeinsam zu unserer Aller Freude.

Wir treffen uns in ungezwungener Runde immer
Montag ab 16.00 Uhr im Frauenzentrum Schwedt.

Hast du noch Fragen oder brauchst mehr Infos?
Dann melde Dich im Frauenzentrum oder komm einfach vorbei!



Frauenzentrum Schwedt
Lindenallee 62a
16303 Schwedt/Oder

Tel. 03332515757

www.frauenzentrum-schwedt.de

Email: frauenzentrum@swschwedt.de



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: 2,00 €

Mutter – Kind – Treff



Einfach mal plauschen, Neuigkeiten und Erfahrungen austauschen – sich gemütlich zurück lehnen bei selbstgebackenem Kuchen, Kaffee, Tee, Saft und die Zeit mit Ihren Liebsten nutzen- dies können Sie bei uns - im liebevoll eingerichteten Kinderzimmer mit super tollem Spielzeug für Ihre Kleinen und in unserem FamilienGarten mit Sandkasten, großer Spiel-Rasenfläche, Kleinkinderrutsche, diversen Spielgeräten, großer, neuer Nestschaukel und unserer beliebten Holzeisenbahn.

*Kommen Sie ... und fühlen Sie sich wohl,
wir freuen uns auf Sie und Ihre Knirpse!*

***Wir sehen uns im
Frauenzentrum!***

WOOOO????

***Mutti ich
will auch
dort hin...***



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



**Frauenzentrum
Lindenallee 62a
16303 Schwedt
☎ (03332) 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
liebervoll 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.

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.





Faschingsparty



im Frauenzentrum Schwedt

**Am Donnerstag, 16.02.2023 sind bei
uns wieder die Narren los...
ab 14.00 Uhr feiern wir gemeinsam
unsere Faschingsparty.
Mit Tanzmusik und Showprogramm
lassen wir nicht nur die Kostüme
tanzen...**

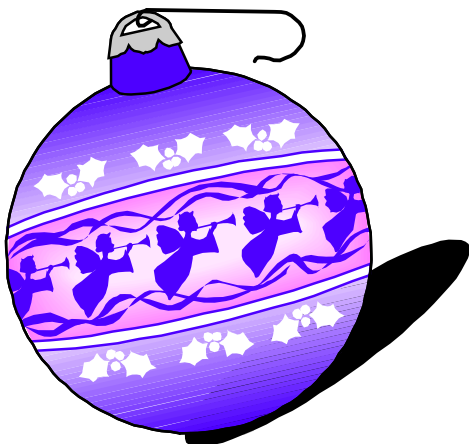
**Also mitgemacht und Spaß gehabt....
Kostüm in jeglicher Form wäre
wünschenswert!**

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

Preis pro Person: 10,00 €



Wir
wünschen Euch
ein frohes Weihnachts-
fest, ein paar Tage
Gemütlichkeit mit viel Zeit
zum Ausruhen und Genießen,
zum Kräfte sammeln
für ein neues Jahr. Ein
Jahr ohne Seelenschmerzen und
ohne Kopfweh, ein Jahr ohne Sorgen,
mit so viel Erfolg, wie man braucht,
um zufrieden zu sein, und nur so viel
Stress, wie Ihr verträgt, um gesund zu bleiben,
mit so wenig Ärger wie möglich und so viel
Freude wie nötig, um 365 Tage lang rundum
glücklich zu sein. Diesen Weihnachtsbaum der
guten Wünsche überreichen wir Euch mit vielen
herzlichen Grüßen
Euer Frauenzentrum



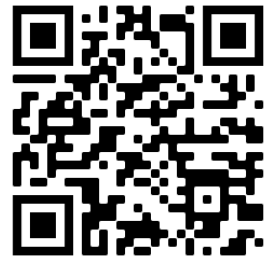
Spendenaufruf!

*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.

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
E – Mail: frauenzentrum@swschwedt.de

Ansprechpartner Geschäftsleitung:

Frau Tatjana Stol/ Frau Ute Gruner

