

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

## *JULI/ AUGUST 2024*



# Regelmäßige Angebote

## Montag

### **Sportkurs „Rund um Fit“**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 9.00 Uhr

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



Beginn: 10.00 Uhr  
-16.30 Uhr

### **Yoga Kurs I**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

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**

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**



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“**



Beginn: 10.00 Uhr  
-12.00 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

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



Beginn: 14.00 Uhr  
-17.00 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

English is fun

Beginn: 17.30 Uhr

## Donnerstag

### **Sport für Frauen jeden Alters**

Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 9.00 Uhr

### **Strickkurs „Puppenmuttis“**

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  
-12.00 Uhr

### **Nähkurs ZICK ZACK 2**

Beginn: 11.00 Uhr  
-13.00 Uhr

### **Spielerisch Lernen**

Beginn: 14.00 Uhr  
-15.00 Uhr

### **Tanzkurs für Kinder**

Beginn: 14.30 Uhr

### **Freie Singegruppe**



Beginn: 15.00 Uhr

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

Beginn: 14.00 Uhr  
-17.00 Uhr

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

---

## *Weitere wichtige Infos und Termine:*

*Freitag: 19.07.2024 Vereinsfahrt zum Lavendelhof Brüssow*  
*Mittwoch: 31.07.2024 Agenda Diplom*  
*Freitag: 02.08.2024 Vereinsfahrt Flossfahrt auf Randow und Ucker*  
*Sonnabend: 24.08.2024 Zuckertütenfest*

*Wir und unsere Kurse machen vom 05.08.2024 bis zum 18.08.2024 eine kleine Sommerpause.*  
*Ab 19.08.2024 starten wir wie gewohnt wieder durch.*

*Wir wünschen allen eine wunderschöne  
erholsame Urlaubszeit mit vielen Abenteuern  
und unvergesslichen Erlebnissen.*



# **Hurra-Sommerferien 2024**



*Ihr seid 6- 12 Jahre alt und wollt Spaß haben in euren Ferien??*

*Na dann kommt zu uns....  
ins Frauenzentrum Schwedt /Lindenallee 62 a*

*Tel.03332/515757 Fax: 03332/523013*

*E-Mail: frauenzentrum@swschwedt.de*

**Sommerferienspiele vom 22.07.- 02.08.2024  
in der Zeit von 8.00 -16.00 Uhr**



**Änderungen vorbehalten! Genauere Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben! Alle Ferientage mit Voranmeldung!**



# 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 neu 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 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr**



**Frauenzentrum  
Lindenallee 62a  
16303 Schwedt  
☎ (03332) 51 57 5**



# *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.





# Rechtsberatung

mit dem Rechtsanwalt  
Herr Charles Dreydorff,

**Am Dienstag,  
16.07.2024 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!

# **Entspannung**

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

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

**Am Montag, 23.09.2024  
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. 03332/515757  
Fax.03332/52301**

---

# 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*



# 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](http://www.frauenzentrum-schwedt.de)  
**E – Mail:** [frauenzentrum@swschwedt.de](mailto:frauenzentrum@swschwedt.de)

**Ansprechpartner Geschäftsleitung:**

Frau Tatjana Stol/ Frau Ute Gruner

