

Veranstaltungsplan

MÄRZ 2023



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 10x 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

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 10x 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 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

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“



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

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



Yoga V

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 13.00 Uhr
-14.00 Uhr

Mutter-Kind-Treff „Spatzennest“

Beginn: 14.00 Uhr
-17.00 Uhr

Nähkurs ZICK ZACK 3

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 VERANSTALTUNGEN UND WICHTIGE INFOS

01.03.2023	CAFÉ INTERNATIONAL (FRÜHLINGSBASTELN)
18.03.2023	FRÜHLINGSFEST IM THEATER STOLPERDRAHT 10-17 UHR
22.03.2023	CAFÉ INTERNATIONAL
01.04.2023	KREATIVMARKT IV OSTERMARKT IM FZ

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!

Genauere Infos und Kosten erfahren sie bei Kontakt

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



Startet wieder durch

im Frauenzentrum Schwedt



***Singen* macht nicht nur gute Laune...**

Wer hat Lust auf Kaffeepausch 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

Donnerstags ab 15.30 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 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.



Kreativmarkt Ostermarkt



für die ganze Familie

im Frauenzentrum Schwedt

Am Sonnabend, 01.04.2023 von 13.00 - 17.00 Uhr

ist bei uns wieder alles

„Handgemacht“



Willkommen bei “Handgemacht” – dem. Kreativmarkt für die ganze Familie!

Seit vielen Jahren besuchen die Hobbykünstler im Frauenzentrum kreative Kurse. Hier wird gebastelt, gestrickt, gemalt, genäht und vieles mehr. Im Frühjahr sprießt es nicht nur in der Natur, sondern auch bei allen Kreativen, besonders in der Osterzeit.

Individualisten, Designer und Selbermacher zeigen Ihre Werke und laden zum selber machen ein.

Wir bieten viele Möglichkeiten sich selbst zu verwirklichen und sich auszuprobieren. Dekorationen, Schmuckstücke oder auch kleine Mode-Accessoires selber gestalten ist für Groß und Klein immer eine besondere Freude.

Wer Handgemachtes liebt, ist hier genau richtig. Unter dem Motto „Handgemachtes statt Massenware“ wird zum Stöbern, Staunen und Bewundern von hochwertig gearbeiteten Einzelstücken geladen.

Das ein oder andere individuelle, einzigartige Geschenk für das Osternest findet sich hier sicherlich auch.

Seid dabei! Entdecken – shoppen – und genießen!
Wir freuen uns auf Euer Mitmachen und auf Euren Besuch.

Eintritt für Besucher ist frei.

Verkäufer und Aussteller erhalten weitere Infos zu den Standgebühren im



**Frauenzentrum Schwedt
Lindenallee 62a
16303 Schwedt
Tel. 03332/515757**

Email: frauenzentrum@swschwedt.de



Anmeldungen für Akteure und Aussteller unbedingt erforderlich bis spätestens 23.03.2023!

Veranstaltungen im Rahmen der Brandenburgischen Frauenwoche 2023 im Frauenzentrum Schwedt



Termin: **Mittwoch, 08.03.2023 10.00 Uhr**

Veranstaltungsart: Traditionelles Frauenfrühstück mit
musikalischer Unterhaltung

Eintritt: 10,00 €

Termin: **Dienstag, 14.03.2023 17.00 Uhr**

Veranstaltungsart: Naturheilkunde

Titel der Veranstaltung: Gesundheit- Übungen zur Selbsthilfe

- Krämpfe loswerden,- Nacken- und Schulterschmerzen,-
Beschwerden mit Ischiasnerv- Hals- und Kopfschmerzen - Sehkraft
verbessern, - Gesicht ohne Falten,- besser Hören und Tinnitus,-
gesunde Knie- Gedächtnis verbessern u. a.

Eintritt: 2,50 €



Termin: **Mittwoch, 15.03.2023 16.00 Uhr**

Veranstaltungsart: Lesung mit Kati Naumann

Titel der Veranstaltung: “Die Sehnsucht nach Licht“

Kati Naumann hat die Gabe, die Vergangenheit lebendig werden zu lassen. In ihrem neuen Roman erzählt sie von den lebensgefährlichen Arbeiten im Bergbau, aber sie schildert auch die tiefe Verbundenheit mit diesem Beruf.

Eintritt: 2,50 €



Termin: Montag, 20.03.2023 16.30 Uhr

Veranstaltungsart: Entspannung für Frauen

Eintritt: 2,50 €

Dem Alltagsstress entfliehen und einfach mal die Seele baumeln lassen!

Termin: Dienstag, 21.03.2023 16.00 Uhr

Veranstaltungsart: Rechtsberatung mit Rechtsanwalt Charles Dreydorff

Eintritt: 2,50 €

Anmeldungen sind bei allen Veranstaltungen unbedingt erforderlich! Karten ausschließlich im Frauenzentrum erhältlich!



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

