

Veranstaltungsplan
FRAUENZENTRUM
SCHWEDT

November 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

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

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

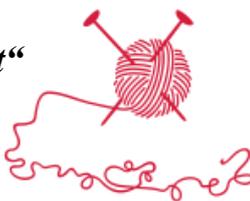
Beginn: 10.00 Uhr
-12.00 Uhr

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)

ENGLISCH KURS FÜR ANFÄNGER



Jeden Mittwoch von 15.30 Uhr bis 17.00 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*

Weitere Veranstaltungen und Termine

Mittwoch, 15.11.2023 9.00 Uhr Café international

Mittwoch, 15.11.2023 14.00 Uhr Psychologische Beratungsveranstaltung

Ab 01.12.2023 starte wieder unsere jährliche Weihnachtsplätzchen Backaktion
mit allen Schülern der Grundschule „Am Waldrand“ im Projekt KEKS!



NATURHEILKUNDE

mit Elke Hapka



Dienstag, 14.11.2023 um 17.00 Uhr

Gesundes Altern

Bloß nicht alt werden. Altern ist ein Naturgesetz, es ist nicht die Frage ob wir altern, sondern wie wir altern.

Kann man den Alterungsprozeß aufhalten? Die Anti-Aging Mittel versprechen es uns.

Doch was ist wirklich dran?

Anmeldung unbedingt erforderlich!

Kosten: 3,00 €

Frauenzentrum Schwedt
Lindenallee 62a
16303 Schwedt
Tel. 03332515757



Rechtsberatung

mit dem Rechtsanwalt
Herr Charles Dreydorff,

Dienstag, 14.11.2023

ab 16.00 Uhr

“Allgemeine Rechtsfragen“

Kosten: 3,00 €
Anmeldung unbedingt erforderlich!

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



Kreativmarkt „HANDGEMACHT“
Weihnachtszauber 2023

Und wieder naht das Weihnachtsfest...

*Unter diesem Motto findet
am Samstag, d.18.11.2023 von 13.00 -17.00 Uhr
unser*

*jährlicher Advents-Kreativmarkt im Frauenzentrum
Schwedt statt.*

*„HANDGEMACHT“ ist ein Kreativmarkt für die ganze
Familie, die gerne basteln und selber machen. Viele
Aussteller präsentieren sich und Ihre Kunstwerke und laden
alle zum Staunen, Kaufen, Probieren und Erleben ein.*

*Verschiedene Workshops und Mitmachangebote, auch für die
Kleinsten wird es an diesem weihnachtlichen Nachmittag
geben. Kreativ- und Bastelfans können sich aus erster Hand
informieren und bei Interesse unterrichten lassen.*

*Designerstücke wie Schmuck, Gemälde, Weihnachtsbaum
Dekorationen und vieles mehr werden präsentiert. Frischer
Kaffee und selbstgebackener Kuchen in einer gemütlichen
Atmosphäre bringen Besucher, Interessierte und Kreative
Menschen in ein vorweihnachtliches Miteinander.*

*Aussteller und Mitstreiter erhalten Infos im Frauenzentrum
Schwedt persönlich oder telefonisch 03332/515757.*

Wir freuen uns auf Euch!



Brushen

im Frauenzentrum



Am Mittwoch, den 20.11.2023 um 10.00 Uhr
kann man bei uns wieder seine eigenen kleinen
Kunstwerke brushen.

Unter spezieller Anleitung sind der Kreativität
keine Grenzen gesetzt.

Anmeldungen sind unbedingt erforderlich!

(Materialkosten sind selber zutragen)



Im Frauenzentrum Schwedt

Lindenallee 62a

163033 Schwedt

Tel. 03332515757



E Mail: frauenzentrum@swschwedt.de

Entspannung

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

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

Am Montag, 20.11.2023

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.03332/523013



LILA SALON

Donnerstag d. 30.11.2023 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 neues weihnachtliches Soloprogramm. Mit neuen Weihnachtsliedern und traditionellen Weihnachtsliedern möchte Sie uns durch die schönste Zeit des Jahres begleiten.



Karte: 15,00 €

Erhältlich ab 02.10.2023 ausschließlich im Frauenzentrum Schwedt!

Lindenallee 62 a

16303 Schwedt



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.



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

