

Veranstaltungsplan *APRIL 2021*



Wichtige Informationen

Auf Grund der aktuellen Situation sind vorherige Anmeldungen zu allen Veranstaltungen unbedingt erforderlich!

Über noch ausstehende Termine wird rechtzeitig informiert!

Bildungs- und Sprachkurse finden unter Hygienebedingungen mit maximal 5 Teilnehmern statt, kontaktloser Sport im Freien, ersatzweise Spaziergänge sowie Fahrradtouren sind geplant.

***Einzelne Kurse finden online statt
(Informationen dazu erhalten sie vor Ort).***

Wir hoffen so sehr, bald alle unsere geplanten Veranstaltungen, besonders die der Brandenburgischen Frauenwochen 2021 nachholen zu dürfen.

Unsere Ausstellung „Superheldinnen“ kann zu unseren Öffnungszeiten von Einzelpersonen besucht werden.

Wir haben die Zeit genutzt und unsere Räume aufgefrischt mit Deko und Farben und freuen uns auf jeden Besucher.

Das Team des Frauenzentrums Schwedt



Projekte im Frauenzentrum Schwedt

FRAUEN STÄRKE(N)2021



Der Name des Projektes ist zugleich Programm. Beim Tanzen, beim Kochen, beim Lernen und beim kreativen Gestalten spielen Herkunft und Religion keine Rolle. Was zählt sind Teamgeist, Engagement und ein wertschätzender Umgang miteinander. Es bringt Frauen aller Altersgruppen und aller soziale Schichten zusammen und bietet attraktive Möglichkeiten zur gemeinsamen Freizeitgestaltung. Das soziale Miteinander fördert und stärkt Frauen in ihrer Persönlichkeit. Im Projekt Frauen Stärke(n) 2021 finden Frauen einen Ort der Begegnung, zentral, einladend, freundlich, weitgehend kostenfrei und mit niedrighschwelligem Zugang. Helfer und Hilfesuchende kommen hier zusammen, hier entsteht Integration. Gelebtes Miteinander wird möglich, alle werden bereichert. Im Projekt „Frauen Stärke(n) 2021“ kommen Frauen zu Frauen und weiterführende Kontakte werden geknüpft. Das Projekt hat weiterhin das Ziel, Frauen zu ermutigen, Eigeninitiative zu entwickeln, aktiv zu werden und sich entsprechend ihrer Möglichkeiten selber zu helfen.

☐ Frauen fit in der digitalen Welt / Smartphone/ PC

☐ Yoga - gemeinsam entspannen

☐ Stärken durch Sport und Bewegung/ Nordic Walking

☐ Gesunde Ernährung - Naturkost

☐ Frauen in der Politik

☐ Gemeinsam Tanzen

☐ Näh-Café

☐ gemeinsam Kultur erleben

☐ Frauen stärken im Handwerk

☐ Klöppeln alte Traditionen neu erlernen

gefördert durch:



Nichts ▼



Frauenbild(ung)- „Lebendig Frau sein“ 2021

Bildungsreihe für Frauen

„Frauenbild (ung)- Lebendig Frau sein“ bedeutet,
seinen Platz, seine eigenen Stärken zu finden, sich wohlfühlen,
auszutesten um stark in der Gesellschaft mitzuwirken.

Mädchen und Frauen sollen sich bilden, stärken und wohlfühlen.

- Workshops
- Seminare
- Diskussionsrunden
- Kurse
- Info Veranstaltungen

„Lebendig Frau sein“

bedeutet- Bewegung, Bildung und Spaß am Leben.

Unsere vielfältigen Angebote helfen Frauen und Mädchen jeden Alters und jegliche Individualität, fördert die Begegnung und das Verständnis von Jung und Alt für einander.

sehr klein

- ☐ Wir bieten neue Chancen und Möglichkeiten für Frauen, Mädchen und diese erringen dadurch neue Wertschätzung sowie viel Spaß und Freude an gemeinsamen Aktivitäten.

In unserem Projekt können sich Frauen und Mädchen mit ihren Ideen und Kreativität bei uns einbringen, ihre sozialen Kontakte stärken und sich einfach wohl fühlen.

gefördert durch:



Frauenleben-Frauenwirken

Eine Veranstaltungsreihe von Frauen für Frauen mit

- ❖ **Seminaren,**
- ❖ **Diskussions- und Gesprächsrunden**
- ❖ **Filmvorführung, Erlebnisreisen**
- ❖ **Workshops.**

Das Projekt Frauenleben- Frauenwirken wird anderen Frauen Hilfe und Unterstützung bei der Verwirklichung ihrer Pläne geben.

Die Veranstaltungen werden in den Räumen des Frauenzentrums Schwedt, städtische und kirchliche Räumlichkeiten durchgeführt.

Zielgruppen sind:

Mädchen, junge Frauen, alleinerziehende Frauen, interessierte Frauen aus Schwedt und der ganzen Uckermark. Aber auch Frauen mit Familien werden so gestärkt und finden sich wieder und erkennen so ihre wichtige Bedeutung in der Gesellschaft. Junge Frauen werden so für Ihre Zukunft vorbereitet und erhalten Unterstützung auf Ihrem Weg.

Unser Haus befindet sich im Herzen unsere Stadt. Zentral gelegen und verkehrstechnisch sehr gut angebunden. Frauen finden so einen Ort, Kontakte zu pflegen und neue Freundschaften zu schließen.

Ziel des Projektes:

- geschichts- und frauenspezifisches Wissen vermitteln
- Zusammenhalt wird gestärkt zwischen Frauen
- Kennenlernen politischer Strukturen
- Anreiz schaffen, selber aktiv zu werden im gesellschaftlichen Leben

Das Projekt „**Frauenleben – Frauenwirken**“ ist ein Modellprojekt und kann von anderen Fraueninitiativen im Land übernommen werden.

gefördert durch:



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

Strickcafé



Beginn: 13.00 Uhr

Beginn: 14.00 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

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

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

Mittwoch

Yoga III

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 8.45 Uhr

Englisch-Sprachkurs Festigung

1 Kurs jeweils 10 x 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

Spielesachmittag

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 „Puppenmutter“



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: 15.30 Uhr
-17.30 Uhr*



Internetcafé

**Montag bis Donnerstag, jeweils 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr und nachmittags
von 13.00 Uhr bis 15.00 Uhr**



Zur Zeit darf jeweils nur eine Personen das Computerkabinett betreten!

Projekt mit der Grundschule am Waldrand

Familientreff K.E.K.S-Kontaktstelle für Sozialbetreuung im Quartier.

Wir arbeiten mit der Grundschule „Am Waldrand“ zusammen.

- Eltern –Kind-Treff
- Basteln
- Weihnachtsplätzchen backen mit allen Schülern der Grundschule im Dezember
- Infoveranstaltungen
- Projektstage
- Kinderfest

Da leider nicht alle Feste und Veranstaltungen stattfinden dürfen, haben wir wieder kleine Überraschungen für unsere Kinder der Grundschule geplant.



Powersport

Nordic Walking...

jetzt auch bei uns!

Der angesagte Ausdauersport kurbelt nicht nur den Stoffwechsel und die Fettverbrennung an, sondern ist das ideale Training für Herz, Kreislauf und den ganzen Körper.

Jeden Mittwoch von 10.30 bis 12.00 Uhr



heißt es an die Stöcke und los geht's...!

Stöcker sind vorhanden bei Bedarf!

Du hast Interesse und möchtest es mal probieren?
....dann melde dich an
im
Frauenzentrum Schwedt
Lindenallee 62a
Tel. 03332/515757

Auf Grund der Pandemie und den Vorschriften sind Anmeldungen unbedingt erforderlich!



Wir laden ein zum

Frauentreff - Café International

am Mittwoch, den 21.04.2021

9.00 bis 11.00 Uhr

ins Frauenzentrum Schwedt

Lindenallee 62a

in Schwedt



Austauschen- Basteln- Erzählen – bei Kaffee, Tee und Kuchen!

Rechtsberatung

für Familien

mit dem Rechtsanwalt
Herr Charles Dreydorff,

**Dienstag, 20.04.2021
ab 16.00 Uhr**

“Allgemeine Rechtsfragen“

Kosten: 2,50 €

im

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

KIDS-TREFF

IM FRAUENZENTRUM



SPIELERISCH LERNEN

jeweils Dienstag von 14.00 -15.00 Uhr



Wenn Ihr zwischen 6 und 12 Jahre alt seid, Lust habt, spielerisch zum Beispiel das Einmaleins zu üben, Eure Konzentration schulen möchtet, dann kommt zu uns ...

Vorlesetag für Kinder



Jeden Mittwoch von 14.00 bis 15.00 Uhr lesen wir für Euch vor....
ob aus euren eigenen Lieblingsbuch, aus Neuen aber auch alten Büchern...
relaxt...entspannt bei leckeren Waffeln könnt ihr den tollen Geschichten lauschen.



Kinder-Tanzkurs

- rhythmische Gymnastik, Spiel und noch viel mehr Spaß

Donnerstags um 14:30 Uhr

Ob Junge oder Mädchen...wer bewegt sich nicht gern nach rhythmischer Musik! Tanzen macht gute Laune und in einer Gruppe gleich noch mal so viel Spaß.

Im Kids-Treff bieten wir den Eltern und vor allem den Kindern in der Zeit des Homeschoolings eine Abwechslung zum ungewohnten Alltag. Leider sind die Teilnehmerzahlen begrenzt und eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich möglich!

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 und in der schweren Zeit zu uns stehen!

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

