

# *Veranstaltungsplan*

## *DEZEMBER/ JANUAR* *2022*



*Frohe Weihnachten und einen 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“**



Beginn: 10.00 Uhr

-16.30 Uhr

Beginn: 10.30 Uhr

### **Yoga Kurs I**

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

### **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

### **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 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

### **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“**

#### **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



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

## 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

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

#### **Nähkurs ZICK ZACK 3**



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

Beginn: 14.00 Uhr

-17.00 Uhr

Beginn: 15.30 Uhr

-17.30 Uhr

# Rechtsberatung



mit dem Rechtsanwalt  
Herr Charles Dreydorff,

**Am Dienstag,  
11.01.2022 ab 16.00 Uhr**

**“Allgemeine Rechtsfragen“**

Kosten: 2,50 €

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, 31.01.2022**

**um 16.30 Uhr**

**im**

**Frauenzentrum Schwedt**

**Kostenbeitrag: 2,50 €**

**Inklusive gesunden Imbiss**

**Bitte melden Sie sich bei uns vorher an!**

**Frauenzentrum Schwedt**

**Lindenallee 62a**

**16303 Schwedt**

**Tel. 03332/515757**

**Fax.03332/523013**

*Wieder einmal geht ein ereignisreiches, sorgenvolles aber dennoch spannende Jahr zu Ende. Ungewissheit, Unsicherheit immer ein Ziel vor Augen bestimmten die ersten Monate, bis wir endlich wieder ein Stück Normalität im Frauenzentrum leben durften.*

*Felsenfest an unserer Seite waren immer Freunde, Sympathisanten und viele neue Interessierte. Wir im Frauenzentrum Schwedt haben uns umgestellt, eingestellt und mit neuern Dingen vertraut gemacht. Unermüdlich arbeiteten wir an unsere Ideen und Projekte. Die 2. Hälfte des Jahres starteten wir wieder so richtig durch. Voller Elan feierten wir unser traditionelles Sommerfest mit hundert begeisterte Fans in unserem schönen Familiengarten, boten Info Veranstaltungen z.B. Ernährungsberatungen, Psychologische Beratungsstunden, Naturheilkunde und natürlich unsere beliebten Kurse von Sprachen, über Yoga bis hin zur Kreativität an. Bei Buchlesungen, politischen Gesprächsrunden, Café International sowie diverse Kulturveranstaltungen konnten wir die Notwendigkeit gerade in dieser ungewöhnlich, anstrengenden Zeit spüren. Monatelang konnten alle wieder ein Stück Normalität leben, mit Spaß, Freude, Freunde, Gemeinschaft, und Akzeptanz. Große und kleine Kinder fanden im Frauenzentrum Schwedt neue und alte Dinge, die ihre Freizeit und ihre Ferien verschönerten. Mütter mit ihren Lieblingen lernten voneinander und in gemütlicher Atmosphäre hatten sie Zeit und Ruhe, ihrem Alltag zu entfliehen.*

*Lila Salon's und fast alle verschobene Veranstaltungen aus der Brandenburgischen Frauenwoche 2021 wurden in unserem großen Festzelt nachgeholt. Viele Besucher sehnten sich nach Aktivitäten in und um das Frauenzentrum und feierten, diskutierten und lernten mit uns gemeinsam, in einer Zeit in der nichts mehr so war wie wir es kannten, in einer Zeit in der Gemeinschaft und Zusammenhalt noch mehr an Bedeutung gewann. Mit Hygienekonzept und neuartigen Maßnahmen, haben wir es geschafft im Frauenzentrum einen Ort zu schaffen, an dem man die Sorgen vergessen konnte, trotz neuer Regelungen, die Welt wieder ein Stück schöner zu machen. Danke an alle die immer so an uns glauben und mit uns diese Welt erhalten, in Freundschaft, Zusammengehörigkeit und mit viel Toleranz.*

*Wir wünschen allen ein wunderschönes, entspanntes Weihnachtsfest im Kreise der Familie und Freunde und hoffen mit Euch allen in ein glückliches Neues Jahr 2022 zu starten.*





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

**Wir sehen uns im  
Frauzentrum!**

**WOOOO????**

**Mutti ich  
will auch  
dorthin...**



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



Frauzentrum  
Lindenallee 62a  
16303 Schwedt  
☎ (03332) 51 57 57

**Thematischer Vortrag/ Lesung**  
**mit der Historikerin Beate Neubauer**

**Am Mittwoch, 02.02.2022 um 15.00 Uhr**

im Frauenzentrum Schwedt



Politische Gesprächsrunde

Thema:

„Die grünen Kinder“

Olga Tokarczuk, polnische Literaturnobelpreisträgerin 2019. Eine Auslese- Die Erzählungen von Olga Tokarczuk ranken sich meist um Frauen. Damit zeichnet sie ein lebendiges Bild polnischen Frauenlebens ab. Ihre Biographie und kleine Leseausschnitte können zum Weiterlesen anregen.

Vorherige Anmeldungen unbedingt erforderlich!

Eintritt: 4,00 Euro

## **Einige von unseren geplanten Terminen 2022 in der Vorschau**

11.01.2022.	Rechtsberatung
12.01.2022	Neujahrsempfang Verein
31.01.2022	Entspannung
02.02.2022	Politische Gesprächsrunde mit Historikerin Beate Neubauer
03.03.2022	Ernährungsberatung
08.03.2022	Frauenfrühstück Brandenburgische Frauenwoche
10.03.2022	Frauen in Bewegung
10.03.2022	Beate Neubauer
10.03.2022	Lila Salon mit Marga Bach
02.04.2022	Oster Kreativmarkt
25.06.2022	Kinder Flohmarkt
30.06.2022	30 Jahre Frauenverein und Frauenzentrum Sommerfest
13.08.2022	Schultütenfest
08.10.2022	Flohmarkt
12.11.2022	Advents Kreativmarkt

***Alle Infos zu den Veranstaltungen werden rechtzeitig bekannt gegeben und Karten werden ausschließlich bei uns erhältlich sein!***

*In unserem 30. Jahr werden wieder viele neue Kurse und Projekte entstehen, wobei die begehrten Kurse und Veranstaltungen bestehen bleiben Ernährungsberatung, Kreativmärkte, Saisonale Feste , Ferienspiele, Faschingsfete, Politische Gesprächsrunden, neue Ausstellungen, Naturheilkunde um nur einige zu nennen, werden sicher wieder viele Besucher ins Frauenzentrum locken. Nordic Walking, Polnisch und Englischkurse, Kreativtreffs sowie Sport und Yogakurse finden weiterhin statt. Wir freuen uns auf ein besonderes Jahr und gehen voller Optimismus in die neue Zeit.*

# 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: WELADEDIUMX  
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  
13.00-16.00 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

