

VERANSTALTUNGEN FRAUENZENTRUM SCHWEDT MÄRZ 2026

*BRANDENBURGISCHE FRAUENWOCHE 2026
„WTF – WUT TRIFFT FEMINISMUS“*



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

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde

Beginn: 10.30 Uhr

Line Dance für Anfänger

Beginn: 12.00 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

Dienstag

Englisch Sprachkurs

Beginn: 8.30 Uhr

Kreativkurs

Beginn: 9.30 Uhr

Yoga

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



Mittwoch

Yoga III

1 Kurs jeweils 10 x 1 Stunde



Beginn: 8.45 Uhr

Mutter-Kind-Treff „Spatzennest“



Beginn: 10.00 Uhr
-16.00 Uhr

Nordic Walking

Kreativcafé

English is fun

Beginn: 13.30 Uhr

Spielenachmittag

Vorlesestunde für Kinder (Anmeldung erforderlich)



Beginn: 14.00 Uhr

Beginn: 14.00 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
-16.00 Uhr

Nähkurs ZICK ZACK 2



Beginn: 11.00 Uhr
-13.00 Uhr

Spielerisch Lernen

Beginn: 14.00 Uhr
-15.00 Uhr

Freie Singegruppe

Beginn: 15.00 Uhr

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



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.



Ausstellungseröffnung

Am Mittwoch, am 04.03.2026

um 16.00 Uhr

Sokotra

Wer kennt diese ferne Insel im Indischen Ozean?

*Näher an Afrika als an der Arabischen Halbinsel. Und doch
zum Jemen gehörig.*

*Ich entdeckte sie auf dem Atlas und sie wurde mein
Sehnsuchtsort.*

*Im November 2025 erkundete ich die Insel mit Partnerin
und einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter.*

*In dieser Zeit entstanden die Fotos von dem zauberhaften
Kleinod.*



Manfred Lange

Kosten: 2,50 €



Brandenburgische Frauenwoche 2026

„WTF – Wut trifft Feminismus“

im Frauenzentrum Schwedt



Dienstag, 10.03.2026 um 14.00 Uhr

Traditionelle Frauentags Café mit musikalischer Unterhaltung. Traditionell feiern wir mit Sympathisantinnen und Freundinnen gemeinsam unseren Tag.

Karten ab sofort erhältlich: 10,00 €

Dienstag, 17.03.2026 um 15.00 Uhr

DUO Tango Passion

TANGO – der erotischste aller Tänze Liebe, Lust und Leidenschaft sind die Triebfedern dieses leidenschaftlichen Tanzes. Er erinnert an glamouröse Ballsäle, große Verführer im Kino, aber auch an die Armenviertel von Buenos Aires, wo er entstand. Das melodramatische Taktspektakel, gilt als der aufregendste Tanz des Zwanzigsten Jahrhunderts. Freuen Sie sich auf einen nostalgischen Abend mit dem Duo Pastell. Tanja Schwarze (Violine) und Irene Wittermann (Klavier) verstehen es, die Faszination der hinreißenden Tangomelodien auf ihr Publikum zu übertragen.

Karten: 5,00 €



Entspannung



*Lassen Sie mal wieder Ihre Seele baumeln.....
schöpfen Sie neue Kraft...
entgehen Sie dem Alltagsstress...*



**Am Montag, 16.03.2026
um 16.30 Uhr**

**Kostenbeitrag: 3,00 €
Inklusive gesunden Imbiss**

Psychologische Beratung

mit Dr. Dmitri Iseev

Am Mittwoch, 11.03.2026 um 14.00 Uhr

**Thema: Frühjahrsdepression
Warum der Frühling manche Menschen krank macht und was
dagegen hilft.**

**Frauenzentrum Schwedt
Lindenallee 62a
16303 Schwedt
Tel. 03332/515757
Fax.03332/523013**

Bitte melden Sie sich bei uns vorher an!



NATURHEILKUNDE

mit Elke Hapka



**Dienstag, 24.03.2026
um 17.00 Uhr**



Die Quinton Meerwassertherapie

Rene' Quinton entdeckte im Meerwasser wertvolle Spurenelemente, die in den letzten 100 Jahren tausende Menschen mit verschiedenen Krankheiten das Leben gerettet haben. Es ist paradox: Salz gilt als Gesundheitsrisiko - es soll Nieren, Herz, Gefäße schädigen und zu Bluthochdruck führen. Notärzte verabreichen bei Unfällen, Schockzuständen oder Schlaganfällen isotonische Kochsalzlösung, die dem menschlichen Blutplasma ähnelt und rettet täglich Leben. Neue Forschungen bestätigen die Kraft des Meeres als natürliche Alternative zu Tabletten und Spritzen.

Kosten: 3,00 € pro Person

Um vorherige Anmeldungen wird gebeten!



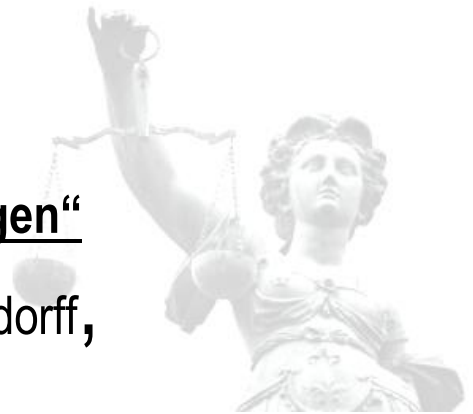
Weitere Termine im Frauenzentrum Schwedt

Dienstag, 24.03.2026 ab 16.00 Uhr

Rechtsberatung **“Allgemeine Rechtsfragen“**

mit dem Rechtsanwalt Herr Charles Dreydorff,

Kosten: 3,00 €



Mittwoch, 25.03.2026 von 9.00 bis 11.00 Uhr



Café International- Treff für Frauen und Mädchen

Donnerstag, 26.03.2026 von 14.00 bis 16.30 Uhr
Kinderparty im KidsTreff

Ihr seid von 6 bis 12 Jahre und wollt einfach mal Spaß haben, tanzen, spielen, basteln und gemeinsam lachen? Dann kommt zu uns ins Frauenzentrum Schwedt. Valentina hat Zeit für Euch und lässt die Party steigen.

Preis pro Kind: 8,00 € inklusive Getränke und kleine Überraschungen

Anmeldungen sind unbedingt notwendig unter 03332/515757 oder
frauenzentrum@swschwedt.de

Fax.03332/523013



Bitte melden Sie sich bei uns vorher an!



Kreativmarkt Ostermarkt mit Workshop



*für die ganze Familie
im Frauenzentrum Schwedt*

Am Sonnabend, 28.03.2026

von 13.00 - 17.00 Uhr

ist bei uns wieder alles



„Handgemacht“

Willkommen bei “Handgemacht” – dem Kreativmarkt mit Workshop für die ganze Familie im Projekt „Café international“!

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 mitmachen ein.

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

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

Eintritt für Besucher ist frei.

Anmeldungen für Akteure und Aussteller unbedingt erforderlich bis spätestens 23.03.2026!



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 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!

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 innen:

Geschäftsleitung

Vorstand

Frau Ute Gruner

Frau Liane Hartseil/ Frau Veronika Hansack

