

Gedächtnistraining Kursleiterin: **Ch. Stenzel-Anhalt**

Trainieren Sie Ihr Gedächtnis und Ihre Konzentration mit Übungen, die Spaß machen.
Jeden 3. + 4. Dienstag im Monat. 14:00-15:30 Uhr

Englisch Kursleiterin: **Ch. Myritz**

Mit einfachen Sprach- und Schreibübungen werden die Sprachkenntnisse aufgefrischt oder Vergessenes erinnert.
Mittwochs: 16:30-18:00 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel: 030 / 960 637 61 oder Mail: frauenladen@paula-panke.de

Schreibgruppe Kursleiterin: **M. Römer**

Frauen schreiben
Schreibend helfe ich mir selbst und kann so meine kreativen Kräfte fördern. Der Schreibprozess unterstützt meine Reflektion über verschiedene Themen. Im Austausch mit der Gruppe zeigen sich neue Perspektiven.
Anmeldung erforderlich unter Tel. 030 / 47 37 99 50 oder mail@mechtild-roemer.de Termine bitte erfragen.

Atemgruppe Kursleiterin: **K. Madsack**

Atem erfahren - Unseren Atem kommen und gehen lassen, uns atmend in einfachen Bewegungsübungen erfahren, das fördert uns in unserer Gesundheit und unserer inneren Entwicklung. Wir üben in einer kleinen Gruppe mit bis zu 4 Frauen im Sitzen. (Frei nach Ilse Middendorf) Jeden 1.& 3. Dienstag im Monat. 16:00-17:30 Uhr

Kurse - Kreativ

Mal- und Zeichenkurs Kursleiterin: **R. Hindemith**

Intensives Naturstudium, anatomisches Zeichnen, Malen mit Aquarell – und Acrylfarben sowie Mischtechniken.
Dienstag: 14 tägig, 11:00-13:00 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel: 03 / 960 637 61 oder Mail: frauenladen@paula-panke.de

Rechtsauskunft

Die Termine für die Rechtsberatung: Montag, 13. Juni und 05. September 2022. Für einen Beratungstermin ist eine Anmeldung erforderlich unter Tel. 030 / 960 637 61 oder Mail: frauenladen@paula-panke.de
Es berät Sie die Fachanwältin für Sozialrecht K. Winkler.

Zur Information

Wir vermieten unsere Räume für:

- Seminarveranstaltungen
- Bildungsveranstaltungen
- Workshops etc.

Bei Interesse melden Sie sich bitte an unter
Tel. 030 / 960 637 61 oder Mail: frauenladen@paula-panke.de
Wir vereinbaren gerne einen Gesprächstermin mit Ihnen.

Ansprechpartnerinnen:
Ch. Stenzel-Anhalt: Projektleitung, Projektkoordination, Veranstaltungen, Öffentlichkeitsarbeit

K. Madsack: Offene Angebot

„streitbar & vernetzt“ Das Frauennetzwerk in Pankow.
www.frauennetz-pankow.de

Seit April 2005 gehört der Frauenladen Paula, im Ortsteil Weißensee zum Frauenzentrum Paula Panke e.V. Für Frauen aller Altersstufen und mit unterschiedlichen Interessen werden Beratungs-, Kurs- und Bildungsmöglichkeiten angeboten. Abendveranstaltungen und Ausstellungen ergänzen das Angebot.

Sprech- und Telefonzeiten

Mo 14:00-16:00 Uhr

Di 15:00-17:00 Uhr

Do 10:00-12:00 Uhr

ADRESSE:

Frauenladen Paula
Langhansstr. 141
13086 Berlin

VERKEHRSANBINDUNG: Mit der Tram 12 oder M 13 bis Behaimstraße oder M4 bis Antonplatz.

TELEFON: 030 / 960 637 61

Bitte eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen. Wir melden uns umgehend zurück.

E-MAIL: frauenladen@paula-panke.de

WEBSEITE: www.paula-panke.de

Der Frauenladen ist barrierefrei zugänglich.

**FRAUEN, DIE SICH IN GEWALTSITUATIONEN BEFINDEN,
WÄHLEN BITTE DIE 030 / 485 47 01**

Frauenladen **Paula Weißensee**



Programm

06 | 07 | 08 | 09 2022

Liebe Besucherinnen, bitte informieren Sie sich vor dem Besuch einer Veranstaltung über die aktuellen Bestimmungen zur Coronalage.

Juni

Freitag, 03. Juni 2022 15:00-17:30 Uhr

Malworkshop „Frauen – Vielfalt – Kunst“

Es trifft sich die Malgruppe Paula Weiss unter der Leitung der Künstlerin Ria Siegert.

Anmeldung erforderlich unter Tel: 030 / 960 637 62 oder Mail: frauenladen@paula-panke.de

Freitag, 10. Juni 2022 Treffpunkt: 11:30 Uhr

„Stadtspaziergang in Neukölln“

Es geht auf Spurensuche durch den alten Dorfkern Rixdorf. Vom Richardsdorf um 1360 zum Einwanderungsort für böhmische Glaubensflüchtlinge im 18. Jhd. , wurde es bis Anfang 1899 zum größten Dorf in Preußen bei Berlin.

Referentin: S. Bahl; Kunsthistorikerin

Treffpunkt: U-Bahn Karl-Marx-Straße (U7), 12043 Berlin, Ausgang Herrnhuter Weg vor Woolworth

Montag, 13. Juni 2022 Treffpunkt: 17:45 Uhr

Kinotreff „Die Verrufenen“

Gemeinsam wollen wir uns diesen Film aus dem Jahr 1925 (Stummfilm) ansehen. Der Film wird als Sozialdrama bezeichnet und beruht auf Erlebnissen von Heinrich Zille.

Treffpunkt: Kino Toni, Antonplatz, 13086 Berlin

Donnerstag, 16. Juni 2022 Treffpunkt: 11:00 Uhr

Museumsbesuch „Parallelwelten Ost-West“

Der Fotograf Klaus Mehner zeigt mit seinen Bildern Zeitgeschichte des geteilten Berlins von 1964 – 1990.

Treffpunkt: Museum Pankow im Kultur und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227/228, 10405 Berlin; (U2 Senefelder Platz; M2 Knaackstraße)

Freitag, 24. Juni 2022 Beginn: 18:00 Uhr

Finissage „Frauenporträts und mehr“

Wir laden Sie herzlich ein, noch einmal die Gelegenheit zu nutzen, die Kunstwerke von I. Ketel, I. Werner und A. Kranz zu genießen.

Donnerstag, 30. Juni 2022 Treffpunkt: 11:00 Uhr

„Wanderung Schlachtensee“

Um den Schlachtensee wandern wir auf einem von Wald umgebenen Uferweg. Eine Einkehr ist vorgesehen.

Treffpunkt: Bahnsteig: S-Bahn Zehlendorf (S1); 14163 Berlin

Juli

Freitag, 15. Juli 2022 Beginn: 19:00 Uhr

Kulinarischer Leseabend „Niki de Saint Phalle“

Die französisch-schweizerische Malerin und Bildhauerin (1930 – 2002) der Moderne wurde in der Nähe von Paris geboren und wuchs hauptsächlich in den USA auf. Berühmt wurde sie mit ihren farbenfrohen Nana-Plastiken. Diese sind für sie ein Symbol weiblicher Stärke und Selbstbewußtsein.

Freitag, 22. Juli 2022 Beginn: 11:00 Uhr

Fotoaktion „Sanierungsgebiet Langhansstraße“

Die Langhansstraße wird Sanierungsgebiet und somit eine Weiterentwicklung erfahren. Was bedeutet das für die Besucherinnen des Frauenladens Paula? Mit künstlerischen Mitteln, der Fotografie, wollen wir uns den Themen der kommenden Veränderungen nähern.

August

Freitag, 12. August 2022 Treffpunkt: 11:30 Uhr

Spaziergang und Ausstellungsbesuch „Schloss Biesdorf“

Wir bewegen uns auf historischer Spurensuche im Angerdorf Biesdorf. Im Schloss besuchen wir die Ausstellung der Künstlerin Toni Mau (1917 – 1981) „Grafik aus dem Museum Utopie und Alltag“. Ein Besuch im Café rundet den Ausflug ab. Referentin: S. Bahl, Kunsthistorikerin.

Treffpunkt: Bahnsteig, S-Bahn Biesdorf (S5), 12683 Berlin

Donnerstag, 18. August 2022 Beginn: 11:30 Uhr

Workshop „Upcycling“

Aus einer alten CD können Sie ein Kunstwerk gestalten. Mit Hilfe einer Nadel ritzen wir ein Bild in die CD und können es später in einer Druckwerkstatt selber drucken (diese Option war noch nicht vollständig zur Drucklegung des Flyers geklärt). Referentin: A.I. Nikoleit, Märchenerzählerin

Freitag, 19. August 2022 Beginn: 18:00 Uhr

Vernissage „Wir teilen Geschichte(n)“

Die Schreibgruppe des Frauenladens Paula präsentiert in einer Textausstellung Geschichten, Gedichte und biografische Skizzen, die in den Workshops und den Zeiten dazwischen entstanden sind. Es gibt ein Begleitprogramm zu dieser Ausstellung.

Bitte informieren Sie sich bei der Kursleiterin M. Römer unter Tel: 030 47 37 9950 oder Mail@mechtild-roemer.de

Montag, 22. August 2022

Beginn: 11:00 Uhr

„Vorsorgevollmacht“

In dieser Veranstaltung gibt es einen kurzen Überblick über Vorsorgemöglichkeiten. Diese umfassen die Patientenverfügungen, Betreuungsverfügungen und Vorsorgevollmachten. Es gibt die Möglichkeit Fragen zu stellen.

Referentin: K. Becker vom Betreuungsverein Pankow

September

Donnerstag, 01. September 2022 Treffpunkt: 12:00 Uhr

Museumsbesuch „Wir träumten von nichts als Aufklärung“

Im Jüdischen Museum ist derzeit eine Ausstellung über Moses Mendelssohn (1729 – 1786) zu sehen. Die Ideen der Aufklärung und Gleichberechtigung seiner „jüdischen Nation“ waren prägend für ihn.

Treffpunkt: Eingang Jüdisches Museum, Lindenstr. 9-14, 10969 Berlin, U-Bahn Kochstraße (U6)

Freitag, 09. September 2022 15:00 - 17:30 Uhr

Malworkshop „Frauen – Vielfalt – Kunst“

Siehe 03. Juni 2022

Dienstag, 13. September 2022 Beginn: 18:00 Uhr

Paulas Sofa „Feministinnen aus dem Bloomsbury Kreis“

Virginia Woolf und ihre Schwester Vanessa Bell, sowie Vita Sackville-West gehörten dem Bloomsbury Kreis an. Diese Gruppe von Künstlerinnen und Künstlern hatten vom Anfang des 20. Jhd. bis zum 2. Weltkrieg einen großen kulturellen Einfluß.

Gruppen

Trennung und Neubeginn Kursleiterin: K. Madsack
Selbsthilfegruppe

Eine Gruppe für Frauen, die sich in einem Trennungsprozess befinden. Jede in der Gruppe findet ihren eigenen Weg, um sich so zu trennen, wie es für sie passt und gut ist. Jede findet ihren individuellen Weg, um eine neue Zeit in ihrem Leben zu beginnen. Jede findet Schätze, die auf diesem manchmal dornigen Weg helfen können. Die Gruppe unterstützt Sie dabei.

Jeden 2. Montag im Monat. 18.00 – 19.30 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel: 030 / 960 637 61 oder frauenladen@paula-panke.de