

PROGRAMM

2. HALBJAHR 2026



Mädchen- und
Frauenzentrum
Garbsen e.V.

Beratung – Begegnung – Bildung

Planetenring 10
30823 Garbsen

Tel.: 05137/12 22 21

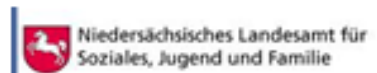
E-Mail: info@frauenzentrum-garbsen.de

www.frauenzentrum-garbsen.de



Sie erreichen uns mit der Stadtbahnlinie 4 oder der
Buslinie 420, Haltestelle "Schönebecker Allee"

gefördert durch





September

02.09.26 11.00 bis 13.00 Uhr: Wut-Workshop für Frauen* (kargah e.V.)

24.09.26, 16.00 bis 18.00 Uhr: Frauenpower: Innere Stärke spüren

Oktober



22.10.26, 16.00 bis 18.00 Uhr: Wechseljahre ohne Tabu – zwischen Belastung, Veränderung und Selbstfürsorge



November



16.11.26, 16.00 bis 18.00 Uhr: Winterliches Kränzebinden



Dezember



10.12.26, 16.00 bis 17.30 Uhr: Jahresendyoga – Sanfte Asanas für innere Balance und äußere Ruhe

16.12.26, 16.00 bis 18.00 Uhr: "Rauhnächte-Magie & Yoga-Flow – Rituale für Abschied und Neuanfang"



regelmäßige Termine



Café Russia – dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Internationales Frauenfrühstück – jeden ersten Donnerstag im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr

Frauen-Café-Samstag – jeden zweiten Samstag im Monat, 15.00 bis 17.00 Uhr

Malen als Lebensspur – 5 Termine, wöchentlich freitags 16.30 – 18.00 Uhr