

Programmseite Mai 2026

Bitte beachten Sie:

- Sind keine anderweitigen Ortsangaben bei den jeweiligen Programmpunkten vermerkt, finden die Veranstaltungen stets in unseren Vereinsräumen (Renzstraße 1, 68161 Mannheim) statt.
- Um besser planen zu können oder auch eine Veranstaltung z.B. aufgrund von Krankheit oder zu geringer Teilnehmerinnenzahl absagen zu können, ist es eine Erleichterung, wenn Sie sich zu der jeweiligen Veranstaltung **im Vorfeld anmelden**.
- Interessierte Frauen sind zu allen Veranstaltungen eingeladen. Wir weisen darauf hin, dass bei der einen oder andern Veranstaltung Mitglieder einen geringeren Teilnehmerbeitrag bezahlen als Nichtmitglieder. **Es lohnt sich also, Mitglied zu werden.**

Die Gruppe „**Canasta**“ trifft sich am **Montag 4.5. und Montag 18.5 jeweils um 14.00 Uhr**, um nach Kaffee und Kuchen gemeinsam das Kartenspiel zu spielen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die langjährige Leiterin der Gruppe, Frau Heinle (Telefon 0621/20295).

Einfach regelmäßig zusammenkommen, um über „dies und das“ zu plaudern und etwas essen und trinken. Das ist die Idee unseres neuen **Stammtisches**.

Am **Dienstag, 5.5. um 18.00 Uhr** treffen sich alle Frauen, die darauf Lust haben, mit anderen Frauen Zeit zu verbringen. Als Ort für diesen Stammtisch haben wir das Bistro „People“, das an die Kunsthalle angrenzt, angefragt. Um eine möglichst genaue Personenzahl bei der Reservierung angeben zu können, bitten wir um eine **Anmeldung bis Freitag 1.5.** bei Frau Münch (Telefon 0162/8808793). Die Kosten für den Verzehr von Speisen und Getränken trägt jede Besucherin selbst.

Sich mit Bewegungsabfolgen und Atemübungen etwas Gutes zu tun, ist der Sinn des **Körperbewussten Trainings**, zu dem Frau Schmidt (Telefon 0621/7625321) immer **donnerstags um 10.00 Uhr** einlädt. Diese Übungen kann jede Frau nach eigenen Möglichkeiten, gerne auch zuhause, durchführen. Frau Schmidt freut sich auf Ihr Kommen. Bringen Sie bitte dicke, rutschfeste Socken oder Schlappchen mit und denken Sie an bequeme Kleidung und Ihre persönliche Trinkflasche.

Hier noch die Termine im Überblick: **7.5./28.5.**

Die aktuellen Entwicklungen im Iran bewegen uns alle. In den Nachrichten wird von Angriffen, Zerstörung und Tod berichtet. Doch wie geht es den Frauen in diesem Krieg? Dieser und weiteren Fragen wollen wir nachgehen. Frau Bahare Beverungen und Frau Anahita Azizi von der Initiative „Frauen Leben Freiheit Rhein Neckar“ werden am **Dienstag, 12.5. um 16.30 Uhr** bei uns zu Gast sein und zum Thema **„Mut auf der Straße: Wie Frauen das Straßenbild des Iran verändern“** ein **Referat** halten. Sie werden auch unsere Fragen, die uns hierzu in den Sinn kommen, beantworten.

Bei Fragen melden Sie sich bitte bei Frau Münch (Telefon 0162/8808793).

Auch im Mai lädt Frau Reis (Telefon 0176/63116632) ein, kurzen literarischen Texten beim „**shared reading**“ zu begegnen. Frau Reis wählt einen Text aus, der gemeinsam mit Ihnen gelesen wird. Dabei wird das Lesen immer wieder unterbrochen, um Gedanken und Gefühle der Leserinnen einfließen zu lassen. Sie sind herzlich eingeladen, sich am **Mittwoch, 20.5. um 16.30 Uhr** untereinander auf diese spannende Weise auszutauschen.

„Vive la France“ heißt es am **Donnerstag, 21.5.** bei unserem gemeinsamen **Tagesausflug nach Wissembourg**. Mit dem Zug über Neustadt fahren wir ins Elsass.

Treffpunkt ist die Anzeigetafel im Foyer des Mannheimer Hauptbahnhofs **um 8.40 Uhr**.

Nach der ca. 1½-stündigen Zugfahrt begrüßt uns am Bahnhof eine **Stadtführerin**, die mit uns zu Fuß die **Altstadt von Wissembourg und ihre Sehenswürdigkeiten** entdeckt. Nach dieser Erkundung der Stadt, die ca. 1 ½ Stunden dauert, haben wir uns eine Pause und ein Mittagessen verdient. Hierfür besuchen wir eines der vielen Restaurants in der Altstadt.

Am Nachmittag bringt uns der „**Petit Train**“ also der „kleine Zug“, von Wissembourg nach Schweigen ans „**Deutsche Weintor**“, wo wir standesgemäß ein Glas Wein, ein Weinschorle oder etwas Anderes genießen können.

Nach der kleinen Einkehr am Weintor bringt uns der „Petit Train“ durch die malerische Landschaft wieder nach Wissembourg zurück, von wo aus wir die Heimreise nach Mannheim antreten werden. Planmäßig erreichen wir gegen 19.00 Uhr den Mannheimer Hauptbahnhof.

Wir hoffen, dass wir diesen Tag mit dem französischen Lebensmotto „savoir vivre“ erleben und zusammenfassen können.

Nun noch eine kleine **Information zu den Kosten**: Frauen, die das Deutschlandticket besitzen, können dieses nutzen. Wissembourg ist im Verkehrsverbund des VRN inkludiert. Bitte denken Sie daran, das Deutschlandticket an diesem Tag mitzuführen.

Wer eine Fahrkarte benötigt, muss dies bei der Überweisung berücksichtigen!

Die Überweisung des Teilnehmerbetrags auf unser Vereinskonto (ab sofort bis spätestens Montag 18.5.) gilt als verbindliche Anmeldung! Eine Rückerstattung der Kosten bei Nichtantritt ist nicht möglich.

Für die Stadtführung, Trinkgeld und den „Petit Train“ betragen die Teilnehmerkosten **20 Euro für Mitglieder; Nichtmitglieder: 23 Euro**. Wir bitten Sie, bei der Überweisung das Stichwort „Ausflug Wissembourg“ anzugeben.

Falls Sie zusätzlich eine Tageskarte für den VRN benötigen, belaufen sich die Kosten auf **30 Euro für Mitglieder und 33 Euro für Nichtmitglieder**. Wir bitten Sie, bei der Überweisung das Stichwort „Ausflug Wissembourg mit Fahrt“ anzugeben.

Die Kosten für Essen und Trinken trägt jede Teilnehmerin selbst.

Die **Bankverbindung** lautet: Frauen im Quadrat e.V. IBAN: DE57 6705 0505 0030 1891 59.

Für Rückfragen steht Frau Jonescheit (Telefon 0621/416563) gerne zur Verfügung.

Wenn auch Sie gerne lesen und sich mit anderen Frauen gerne über die Handlung, die Personen und die Gedanken und Gefühle, die bei Ihnen wachgerufen werden, austauschen möchten, dann sind Sie herzlich eingeladen, am **Donnerstag 28.5. um 15.00 Uhr** den **Literaturkreis** zu besuchen. Besprochen wird das Buch: „**Prima Facie**“ von **Suzie Miller**. Falls Sie Fragen haben, erreichen Sie Frau Ehret unter (Telefon 0621/1503665).