

Unsere wöchentlichen und zweiwöchentlichen Gruppenangebote

Montag, 14-tägig, ab 17:00 Uhr / ab dem 14.04.2025

Fotospaziergänge - Unterwegs mit 3 Augen - Der subjektive Blick -

Mit Handys und Kameras fotografieren Frauen mit Flucht- und Migrationsgeschichte. Gesehenes in Bilder umsetzen – Vorlieben – Perspektiven – Linien – Formen – Farbe – Komposition.

Von wechselnden Treffpunkten aus sind wir gemeinsam mit Smartphone oder Kamera unterwegs in der Stadt und der Natur.

Ort: der genaue Treffpunkt wird kurzfristig bekannt gegeben.

Leitung: Heike Wolters-Wrase, Dipl. Designerin

Bitte unbedingt anmelden: anmeldung@frauen-bunt.de

Montag und Donnerstag, wöchentlich, neue Kurse ab 9.4.

Deutsch Nebenan ist ein Sprachangebot für alle Frauen aus Braunschweig, die ihre Deutschkenntnisse verbessern wollen.

Hier lernt ihr das Wichtigste für den Alltag: Einkaufen, Arztbesuche, Wohnen, Briefe lesen, unterwegs sein, etc. Die Kurse sind kostenlos und werden mit Kinderbetreuung angeboten.

Ort: frauenBUNT, John-F. Kennedy Platz 10, Braunschweig

Es gibt noch freie Plätze, bitte bei Kerstin Schönherr melden.

Anmeldung: Kerstin Schönherr / Tel: 0531.2412-224 /

E-Mail: kerstin.schoenherr@vhs-braunschweig.de

A2-Niveau:

Mo: 09:00 - 11:00

Do: 09:00 - 11:00

B1-Niveau:

Mo: 11:15 - 13:15

Do: 11:15 - 13:15

Mittwoch, 14-tägig, 10:00 - 11:30 Uhr

Sprechstunde Deutsch – Konversationskurs: Möchtet Ihr Euer Deutsch verbessern und mehr sprechen? Wir reden einfach drauflos, ganz egal, ob Ihr schon gut seid oder noch üben müsst.

Mögliche Themenauswahl: • Einkaufen und die öffentlichen Verkehrsmittel benutzen • Wetter und Kleidung • Uhrzeiten und Termine im deutschen Kontext • Sehenswürdigkeiten und Leben in Braunschweig • Austausch über persönliche Lebenssituationen • Einblicke in die deutsche Kultur und Traditionen /

Leitung: Heidi Lang, Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de.

SPENDEN

Wir freuen uns über Spenden bei Paypal oder IBAN DE82 2699 1066 8393 6210 00



Freitag, 15:30 – 17:30 Uhr

Nähcafé Zauberstoffe Du bist Du herzlich ins Nähcafé eingeladen, um gemeinsam mit anderen Frauen das Nähen an der Maschine kennenzulernen, die eigene Garderobe zu verschönern oder zu reparieren, oder selbst Kleidungsstücke zu schneiden. Das Angebot richtet sich vor allem an geflüchtete Frauen und Frauen mit Migrationshintergrund.

Leitung: Hildegard Köhler-Bernhardt,

Anmeldung: zauberstoffe@frauen-bunt.de

Samstag, 12:00 – 14:00 Uhr

Kleine Künstlerinnen und Künstler malen!

Für Kinder ab 7 Jahre

Wir experimentieren mit Farben und lernen verschiedene Maltechniken kennen. Und wir lassen uns überraschen, was auf dem Papier entsteht: lustige Tiere, Blumen, Menschen und mehr. Das Angebot ist kostenfrei. Leitung: Nada Eibo. Bitte melden Sie Ihre Kinder an: 0159.06 75 04 18

Sonntag, 15:00 – 18:00 Uhr

Spuren der Heimat - Symbolik und Ölmalerei

Gemeinsam erkunden wir die Techniken der Ölmalerei. Wir malen symbolische Stillleben und setzen uns künstlerisch mit Themen wie Sehnsucht, Erinnerung und der eigenen Identität in der Emigration auseinander. Bei gutem Wetter verlegen wir unser Atelier direkt in den Richmond Park.

Leitung: Yarina Darahan-Bohodist

Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de

Workshop: „Planen & Einkaufen“

Mittwoch, 22. April, 9 – 11 Uhr

Dieser Workshop zum Thema „Planen & Einkaufen“ ist Teil vom europäischen Projekt SPOON an der Kunsthochschule Braunschweig (HBK).

Die HBK möchte mit Menschen in Braunschweig erforschen, wie man Lebensmittel besser herstellen und nutzen kann. In dem Workshop werden die Ernährungs- und Konsumgewohnheiten von Frauen untersucht: wie planen sie ihre Einkäufe, was und wo kaufen sie ein und warum. Und was kann man beim Einkauf von Lebensmitteln verbessern, was wünschen sich Frauen überhaupt? Dabei wird aus geretteten Lebensmitteln gemeinsam geschnibbelt, gekocht und gegessen.

Leitung: Françoise Beaussant & Maike Gebker (Hochschule für Bildende Künste Braunschweig)

Ort: frauenBUNT e.V.

Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de

Rassismus macht krank

Was Diskriminierung mit Körper und Psyche macht und wie wir uns schützen

Samstag, 25. April, 12 – 15 Uhr

WURUM GEHT ES?

- Eure Rechte als Patientinnen
- Wie beeinflussen Vorurteile, Sprache und Macht medizinische Entscheidungen?
- Stress, Erkrankungen, Freeze und Ohnmacht als Reaktion von Diskriminierung verstehen
- Konkrete Strategien für schwierige Situationen
- Worte finden, Erfahrungen sortieren, innere Stärke aufbauen

FÜR WEN?

Frauen mit Migrationsgeschichte und BIPOC Personen

- Gemeinsames Essen • kostenlose Teilnahme

Leitung: Carmela Dentice / Bitte unbedingt anmelden

unter: anmeldung@frauen-bunt.de

Gesund und vital 2026

Donnerstag, 30. April, 17:00 Uhr und
Donnerstag, 28. Mai, 17:00 Uhr

Um gesund und vital in das Jahr 2026 zu starten, bietet der Verein frauenBUNT e.V. im April und Mai ein naturheilkundliches Angebot an. Interessierte Frauen können eine alternative Heilmethode kennenlernen und praktisch erproben. Die Teilnehmerinnen lernen u.a. die Fußreflexzonenmassage oder die DO-IN Selbstmassage kennen, die mittels Akkupunkturpunkten die eigenen Energien in Bewegung bringt. Diese Heilverfahren basieren auf uralten Traditionen und werden von Cleusa Dos Santos aus Brasilien angeleitet, die mehrjährige Erfahrung in diesen Heilverfahren mitbringt. Das Angebot ist kostenlos.

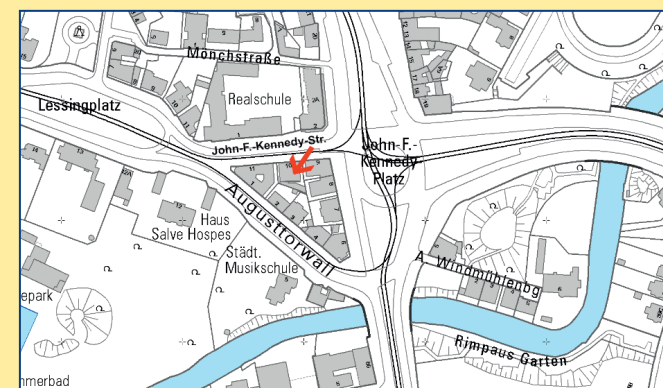
Anmeldung und Kontakt: anmeldung@frauen-bunt.de

Leitung: Cleusa Dos Santos

Folgende Frauengruppen treffen sich regelmäßig:

- **Müttergruppe**, wöchentliches Treffen: Montag 10:00 – 13:00, gemeinsames Frühstück jeden 2. Montag im Monat 10:00 – 13:00. Treffpunkt für Mütter mit und ohne Fluchterfahrung. Wir sprechen über Themen wie Arbeitsmarkt, Gesundheit, Familie auf Deutsch, Arabisch oder Französisch. Leitung und Anmeldung: Assia Abdelli Drini, Tel: 0176 20396112
- **Persisch sprechende Frauen** jeden 2. und 4. Montag, 15:30 – 17:30, Kontakt über Jila Emami
- **Frauen der Deutsch-Persischen Gesellschaft** jeden 4. Montag im Monat, 18:00 – 20:00, Kontakt über Jila Emami
- **Frauenverein Elele e.V.** jeden 1. Mittwoch im Monat 16:30 – 19:30, Kontakt über Yeşim Cil, Ortsangabe auf Anfrage
- **Deutsch-Albanische Fraueninitiative** jeden 1. Freitag im Monat, 18:00 – 21:00, Kontakt über Imrie Shashivari
- **Koreanische Frauengruppe** jeden 2. Freitag im Monat, 17:30 – 21:30, Kontakt über info@frauen-bunt.de
- **Frauen der Deutsch-Brasilianischen Initiative** jeden 4. Freitag im Monat, 16:00 – 19:00, Kontakt über Luciana Marques-Kraft
- **Aserbaidschanische Frauengruppe** jeden 1. Samstag im Monat, 16:00, Kontakt über Nurana Samadova
- **Gartengruppe** - gemeinsame Gartenarbeit / Mittwochs ab 17:00 Uhr Samstags ab 10:30 Uhr / In Absprache je nach Wetterlage: garten@frauenbunt.de / Ort: im KGV Hopfenkamp, Garten 14+15, Zugang über Riddagshäuser Weg

Termine und Ausfälle werden zeitnah auf unserer Homepage bekannt gegeben: www.frauen-bunt.de / Anmeldung erforderlich per E-mail: anmeldung@frauen-bunt.de



Datenquelle: Stadt Braunschweig - Open GeoData, 2018, Lizenz: dl-de/by-2-0, bearbeitet

Wir bedanken uns für die Unterstützung durch:

Stadt Braunschweig
Sozialreferat
Integration, Vielfalt und Demokratie



VERANSTALTUNGSPROGRAMM April und und Mai 2026

Kontakt und Rückfragen
für alle Veranstaltungen:

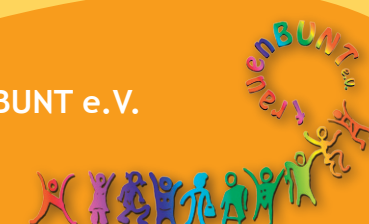
John-F.-Kennedy-Platz 10
38100 Braunschweig
Telefon: 0531 3872 0066 (Anrufbeantworter)

Sprechzeiten:

Dienstag und Donnerstag: 10:00 – 12:00 Uhr
Mittwoch: 14:00 – 16:00 Uhr

Email: info@frauen-bunt.de
Internet: www.frauen-bunt.de
facebook.de/frauen-bunt
Instagram: [frauenbunt](https://www.instagram.com/frauenbunt)

frauenBUNT e.V.



Vielfalt gemeinsam leben

♀	Mi, 01.04. 10:00 – 11:30	Sprechstunde Deutsch	Konversationskurs. Möchtet Ihr Euer Deutsch verbessern und mehr sprechen? Wir reden einfach drauflos, ganz egal, ob Ihr schon gut seid oder noch üben müsst. Mögliche Themenauswahl: • Einkaufen und die öffentlichen Verkehrsmittel benutzen • Wetter und Kleidung • Uhrzeiten und Termine im deutschen Kontext • Sehenswürdigkeiten und Leben in Braunschweig • Austausch über persönliche Lebenssituationen • Einblicke in die deutsche Kultur und Traditionen / Leitung: Heidi Lang, Anmeldung unter: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Do, 09.04. 09:00 – 11:00	Deutsch nebenan <i>neue Kurse</i>	Deutsch nebenan ist ein Sprachangebot für alle Frauen aus Braunschweig, die ihre Deutschkenntnisse verbessern wollen. Alle Informationen dazu auf der Vorderseite. Anmeldung: Kerstin Schönherr / Tel: 0531 . 2412-224 / E-Mail: kerstin.schoenherr@vhs-braunschweig.de
♀	Fr, 10.04. 15:30 – 17:30	Nähcafé „Zauber-Stoffe“	Du bist herzlich ins Nähcafé eingeladen, um gemeinsam mit anderen Frauen das Nähen an der Maschine kennenzulernen, die eigene Garderobe zu verschönern oder zu reparieren, oder selbst Kleidungsstücke zu schneiden. Das Angebot richtet sich vor allem an geflüchtete Frauen und Frauen mit Migrationshintergrund. Weitere Termine: 17.04./ 24.04./ 08.05. / 15.05. / 22.05. / 29.05. Leitung: Hildegard Köhler-Bernhardt, Anmeldung unter: zauberstoffe@frauen-bunt.de
♀	Sa, 11.04. ab 11:00	Start in die Gartensaison	Die Gartengruppe legt wieder los. Kommt vorbei, schnuppert Gartenluft und findet heraus, wie ihr mitmachen könnt - ob beim Pflanzen, Ernten oder einfach beim Genießen der Gemeinschaft. Neue Mitgärtnerinnen sind herzlich willkommen. Rückfragen an: garten@frauenbunt.de / Ort: im KGV Hopfenkamp, Garten 14+15, Zugang über Riddaghäuser Weg
♀	So, 12.04. 10:00 – 11:30	Spuren der Heimat - Symbolik und Ölmalerei	Malkurs: Gemeinsam erkunden wir die Techniken der Ölmalerei. Wir malen symbolische Stillleben und setzen uns künstlerisch mit Themen wie Sehnsucht, Erinnerung und der eigenen Identität in der Emigration auseinander. Wir treffen uns im frauenBUNT. Bei gutem Wetter verlegen wir unser Atelier direkt in den Richmond Park. Weitere Termine: immer sonntags im April und Mai. / Leitung: Yarina Darahan-Bohodist, Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Mo, 13.04. 17:00 – 18:30	Englisch für Anfängerinnen	Der Kurs richtet sich an Anfängerinnen mit Vorkenntnissen und an Frauen, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten. In gemütlicher Atmosphäre wollen wir gemeinsam die englische Sprache erkunden. In Dialogen, mit schriftlichen oder mündlichen Übungen und mit Hilfe von kleinen Texten möchten wir unsere Sprachkenntnisse erweitern. Im Vordergrund steht dabei der Spaß an der englischen Sprache. Materialien werden gestellt. Weitere Termine: 04.05./ 11.05./ 18.05. / Leitung: Gülcen Solak, Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Di, 14.04. 10:00 – 12:00	Interkultureller Brunch	Wir wollen mit euch in netter Atmosphäre frühstücken, uns kennen lernen, Informationen austauschen und Deutsch sprechen. Eine Frau von uns kauft die Lebensmittel ein. Gemeinsam bereiten wir unser Frühstück vor. Jede Frau kann ihre Ideen für die gemeinsamen Aktivitäten einbringen und Aufgaben übernehmen. Ort: Frauen BUNT e.V., John-F.-Kennedy-Platz 10, 38100 Braunschweig, Bitte anmelden: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Di, 14.04. ab 17 Uhr	Fotospaziergänge	Mit Handys und Kameras fotografieren Frauen mit Flucht- und Migrationsgeschichte. Von wechselnden Treffpunkten aus sind wir gemeinsam mit Smartphone oder Kamera unterwegs in der Stadt und der Natur. Weitere Beschreibung auf der Vorderseite. Ort: der genaue Treffpunkt wird kurzfristig bekannt gegeben. Leitung: Heike Wolters-Wrase, Dipl. Designerin / Bitte unbedingt anmelden: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Di, 14.04. 17:30 – 19:00	Postcard Club	Ein Treff für alle, die ihre Englischkenntnisse verbessern möchten. Hier lernst du das Wichtigste für den Alltag, um dich mit neuen Leuten zu unterhalten. Wir werden Postkarten mit internationalen Briefreunden austauschen: So lernst du auf eine ganz praktische und spaßige Art! / Leitung: Claudia Schloemp, Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Mi, 15.04. 10:00 – 11:30	Sprechstunde Deutsch	Konversationskurs. Beschreibung unter 1.04. Leitung: Heidi Lang, Anmeldung unter: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Mi, 15.04. 10:00 – 12:00	Elterncafé - für Mütter mit Migrationshinter- grund	Liebe Mütter, wir laden Sie ganz herzlich zu unserem Elterncafé ein! In gemütlicher Runde möchten wir mit Ihnen ins Gespräch kommen, uns über Themen rund um das Bildungssystem austauschen und Ihnen die Möglichkeit geben, andere Mütter kennenzulernen. Für Kaffee, Tee und eine kleine Stärkung ist gesorgt. Wir freuen uns sehr auf Ihr Kommen und den gemeinsamen Austausch! Ort: FrauenBUNT e.V. / Leitung: Samia M' Barki Anmeldung: samiamba@gmail.com / 0049 – 17809207031
♀	Do, 16.04. 17:00 – 18:30	Tea and Chat	English conversation about current topics. Improving your spoken English. Leitung: Kate Grigat
♀	Fr, 17.04. 15:30 – 17:30	Nähcafé „Zauber-Stoffe“	Beschreibung unter 10.04. Leitung: Hildegard Köhler-Bernhardt, Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Sa, 18.04. 10:00 – 11:30	"SimFonia" - Liebe in Liedform mit Luciana	Gemeinsames Singen für Mütter und ihre Kinder von 0 bis 4 Jahre. Musik, Reime und Rhythmen sind in unseren Alltag sehr präsent. Ich möchte euch einladen, gemeinsam zu singen. Dadurch können Kinder und Mutter viel lernen und ausprobieren: Freude am Singen, die Sprache üben, Sozialkompetenz entwickeln und das Selbstbewusstsein stärken. Und das alles mit viel Spaß! Leitung: Luciana Marques-Kraft / Anmeldung unter: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Mi, 22.04. 9:00 – 11:00	Workshop: Planen & Einkaufen	In dem Workshop werden die Ernährungs- und Konsumgewohnheiten von Frauen untersucht: wie planen sie ihre Einkäufe, was und wo kaufen sie ein und warum. Und was kann man beim Einkauf von Lebensmitteln verbessern, was wünschen sich Frauen überhaupt? Dabei wird aus gereteten Lebensmitteln gemeinsam geschmeibelt, gekocht und gegessen. Weitere Informationen auf der Vorderseite. Leitung: Françoise Beausant & Maike Gebker (Hochschule für Bildende Künste Braunschweig) Ort: frauenBUNT e.V. / Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Sa, 25.04. 12:00 – 15:00	Workshop: Rassismus macht krank	Was Diskriminierung mit Körper und Psyche macht und wie wir uns schützen. Ein Workshop für Frauen mit Migrationsgeschichte und BIPOC Personen Es geht um eure Rechte als Patientinnen und konkrete Strategien für schwierige Situationen Ausführliche Information auf der Vorderseite. Der workshop ist kostenlos. Leitung: Carmela Dentice / Bitte unbedingt anmelden unter: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Mi, 29.04. 10:00 – 11:30	Sprechstunde Deutsch	Konversationskurs. Beschreibung unter 1.04. Leitung: Heidi Lang, Anmeldung unter: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Do 30.04. 17:00	Gesund und vital 2026	... ein naturheilkundliches Angebot. Interessierte Frauen können alternative Heilmethoden, wie die Fußreflexzonenmassage oder die DO-IN Selbstmassage kennenlernen und praktisch erproben. Weitere Informationen auf der Vorderseite. Das Angebot ist kostenlos. Leitung: Cleusa Dos Santos / Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Di, 05.05. 18:00 – 19:00	Jour Fixe	WER WIR SIND, WAS WIR TUN, WAS WIR WOLLEN. Sie haben Interesse an unserer Arbeit im Verein? Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen und uns auszutauschen. Leitung: Vorstand und Beirat frauenBUNT e.V. Ort: frauenBUNT e.V., John-F.-Kennedy-Platz 10, 38100 Braunschweig.
♀	So, 10.05. 15:00 – 18:00	Tunesierinnen singen	Musik und bekannte Lieder aus Tunesien. Kontakt und Anmeldung: Assia (Telefon: 0176 20396112) oder Imene (Telefon: 01521 7526774)
♀	Di, 12.05. 17:30 – 19:00	Postcard Club	Ein Treff für alle, die ihre Englischkenntnisse verbessern möchten. Hier lernst du das Wichtigste für den Alltag, um dich mit neuen Leuten zu unterhalten. Wir werden Postkarten mit internationalen Briefreunden austauschen: So lernst du auf eine ganz praktische und spaßige Art! / Leitung: Claudia Schloemp, Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Di, 12.05. 10:00 – 12:00	Interkultureller Brunch	Gemeinsames Frühstück zum kennenlernen. Beschreibung unter 14.04. Bitte anmelden: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Di, 12.05. 10:30 – 12:30	Beratung: (Wieder)Einstieg in den Beruf	Sie möchten (wieder) arbeiten gehen? Wir beraten und unterstützen Sie bei Orientierung, Weiterbildung, Bewerbung... Leitung: Dietlinde Tartler, Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf, Anmeldung: 0531 2412-315
♀	Mi, 13.05. 10:00 – 11:30	Sprechstunde Deutsch	Konversationskurs. Beschreibung unter 04.02. Leitung: Heidi Lang, Anmeldung unter: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Sa, 16.05. 14:00 – 16:00	"SimFonia" - Liebe in Liedform	Gemeinsames Singen für Mütter und ihre Kinder von 0 bis 4 Jahre. Beschreibung unter 18.04. Leitung: Luciana Marques-Kraft, Anmeldung unter: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Mi, 20.05. 17:00	Bunt kochen ukrainisch	Natalia und Karin kochen ukrainisch. Wir freuen uns auf Borschtsch und Pirogge. Kostenbeitrag: zwischen 3 und 5 Euro. Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Mi, 27.05. 10:00 – 11:30	Sprechstunde Deutsch	Konversationskurs. Beschreibung unter 04.02. Leitung: Heidi Lang, Anmeldung unter: anmeldung@frauen-bunt.de
♀	Do 28.05. 17:00	Gesund und vital 2026	ein naturheilkundliches Angebot. Beschreibung unter 30.04. Leitung: Cleusa Dos Santos Anmeldung: anmeldung@frauen-bunt.de