



Zentrum gegen Gewalt an Frauen  
**Brennessel**  
 Beratung - Kommunikation - Bildung





**November & Dezember**

Programm 2022

## KONTAKT

**Brennessel e.V.  
 Zentrum gegen Gewalt  
 an Frauen**

 **Regierungsstr. 28  
 99084 Erfurt**  
 **0361-5656510**  
 **info@frauenzentrum-brennessel.de**  
 **www.frauenzentrum-  
 brennessel.de**

### Öffnungszeiten

**Mo.- Do.:**  
 09:00 bis 18:00 Uhr  
**Fr.:**  
 09:00 bis 16:00 Uhr

**Wir freuen uns über  
 Spenden:  
 Brennessel e.V.**

**IBAN:**  
 DE28 8409 4814 5500 6058 75  
 Volksbank Thüringen Mitte eG

Aufgrund der Covid-19 Situation  
 bitten wir euch um die Einhaltung  
 der tagesaktuellen Hygieneregeln  
 in den Räumen der Brennessel  
 und ein rücksichtsvolles  
 Miteinander.

## Wöchentliches Angebot

**Montag**  
 16:00 Uhr Treffen der SHG  
 Fair-rückte Schatulle  
 16:30 Uhr Montagsmalerinnen –  
 offener Treff für Kreative

**Dienstag**  
 09:00 Uhr Sprachkurs Deutsch für  
 Anfängerinnen  
 12:00 Uhr Rückengymnastik  
 17:00 Uhr Hatha Yoga  
 (mit Anmeldung)  
 17:00 Uhr Lesbenberatung (mit  
 Anmeldung)

**Mittwoch**  
 14:30 Uhr Sprachcafé

**Donnerstag**  
 09:00 Uhr Sprachkurs Deutsch für  
 Anfängerinnen  
 14:30 Uhr Tea for you - Englische  
 Konversation  
 17:00 Uhr Qigong (mit Anmeldung)  
 18:30 Uhr Feministischer Lesekreis  
 (alle zwei Wochen)

**Freitag**  
 10:00 Uhr Sprechstunde für  
 alltägliche Fragen  
 (mit Anmeldung)  
 13:00 Uhr Traumasensitives Yoga  
 (mit Anmeldung)  
 14:15 Uhr Hatha Yoga  
 (mit Anmeldung)

## BERATUNG BEGLEITUNG KOMMUNIKATION BILDUNG

**Wir unterstützen den  
 selbstbestimmten Umgang mit  
 herausfordernden  
 Lebenssituationen.**

**Unsere Unterstützung basiert auf  
 der Grundlage der Hilfe zur  
 Selbsthilfe.**

**Wir helfen mit unseren  
 Erfahrungen bei der Aufarbeitung  
 der Folgen von sexualisierter  
 Gewalt.**

**Wir befähigen Frauen, die  
 gewalttätige Situation zu  
 verlassen und weitere Übergriffe  
 auf Ihre Person nicht zuzulassen.**

## Monatliches Angebot

Mo. 07.11. 18:00 Uhr

Mo. 12.12. 18:00 Uhr

### SELBSTbehauptung mit Uta

Mit einem „Nein“ fängt es an, doch wie geht es weiter?

111 Techniken der Selbstverteidigung, kombiniert mit Stimm- und Haltungsübungen, wecken den inneren Kampfgeist aus dem Dornröschenschlaf.

Do. 10.11. 18:15 Uhr

alle zwei Wochen, donnerstags (10.11., 24.11. usw.)

### Feministischer Lesekreis

Wir sind ein selbstorganisierter feministischer FLINTA\*

(FrauenLesbenInterNicht-

BinäreTransAgender\*) Lesekreis. Wir

treffen uns, um über feministische

Literatur zu diskutieren. Welches Buch wir lesen, wird regelmäßig in der Gruppe abgestimmt - als nächstes beginnen wir das Buch "Die Erschöpfung der Frauen" von Franziska Schutzbach.

Do. 17.11. 15:00 Uhr

Do. 15.12. 15:00 Uhr

### Frauen fragen – Rechtsanwältin antwortet

Offene Fragerunde - alles, was Sie rund um das Thema Sozial- und Familienrecht wissen wollen.

Di. 29.11. 19:00 Uhr

Mi. 14.12. 19:00 Uhr

### Lust auf Kunst – Origami

Zwei geschickte Hände, ein wenig Übung und Zeit genügen, um aus Papier etwas Schönes entstehen zu lassen. Beim Origami geht es um Kreativität, Ästhetik und Spaß am Erschaffen.

**Wir bitten um Anmeldung für alle Veranstaltungen an [programm@frauenzentrum-brennessel.de](mailto:programm@frauenzentrum-brennessel.de) oder unter 0361 5656510.**

## Besondere Veranstaltungen

Di. 08.11. 18:00 Uhr in der Gedenkstätte Andreasstraße  
Von »radikalen Damen« und »neckischen Frauenvereinen« –

### feministisches Engagement in Erfurt

Wie viel bürgerschaftliches Engagement von 1989 steckt heute noch in Erfurt? Gespräch mit Katharina Kohl (Mitbegründerin des Frauenzentrums Brennessel) und Monique Förster (Kunsthaus Erfurt), moderiert von Ulrike Irrgang (Radio F.R.E.I.)

Sa. 12.- So 13.11. 09:30-16:00 Uhr

### Wendo-Wochenendkurs mit Steffi

Um zu üben, gewaltvollen Situationen aktiv und selbstbewusst zu begegnen, bieten wir euch einen feministischen Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs für Frauen ab 16 Jahren nach dem Konzept des WenDo an.

14.11. Einlass: 18:30 Start: 19:30 Uhr  
im Haus der Sozialen Dienste

### Sisters of Comedy – nachgelacht

Ein unvergesslich komischer Abend zugunsten der Erfurter Frauenschutzprojekte. Tickets gibt es in der Brennessel und der Touristinformation.

Mi. 16. 11. 18:00 Uhr

### Gespräch Vielfalt in Kinderbüchern mit Fanny Kulisch und Mirjam Elomda von knoten.punkte

Bücher sind ein wichtiger Bestandteil vieler Kindheiten. Allerdings sind auch Kinderbücher nicht frei von den weniger schönen Seiten der Gesellschaft, wie z.B. Diskriminierungsformen. Wir lernen unterschiedliche Bücher kennen, die vielfältige Bilder vermitteln und kommen in den Austausch. Gemeinsam wollen wir einen bewussteren Umgang mit Kinderbüchern finden ohne uns den Spaß an den Geschichten zu nehmen.

Di. 22.11. 19:00 Uhr

### Lesung Ulrike Gramann - Meetchens Hochzeit

Voller Turbulenz und Tücke ist Meetchens Welt, seit sie Bertschis Gesicht in der Quelle sah. Sie weiß nicht, wie ihr geschieht: Die Leute im Dorf denken schlecht von ihr, der Vater sperrt sie ein, der Arzt nutzt sie aus. Aus Liebe wird Leid und aus dem Hochzeitsfest blutiger Kampf. Ein Mädchen wie Meetchen, wer steht ihr bei? Die Rächerinnen sind unterwegs. Zum Tag gegen Gewalt an Frauen erzählt Ulrike Gramann eine alte Geschichte auf neue Art, aus Frauensicht und in eigener, dichter Sprache.

Fr. 25.11. 17 Uhr Fischmarkt

### Ein Licht für jede Frau – Aktion anlässlich des Internationalen Tags gegen Gewalt gegen Frauen

Am 25. November, dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen, gedenken wir den Frauen, die von ihrem (Ex-)Partner verletzt, gedemütigt oder sogar getötet wurden. Jedes Licht brennt symbolisch für Ihre Nachbar\*in, Freund\*in, Kolleg\*in, Mutter oder Tochter...die hier in Erfurt von Gewalt betroffen ist.

Mi. 30.11. 18:00 Uhr

### Vortrag Transfeindliche Narrative mit Yona

In den Argumentationen transfeindlicher Akteur\*innen begegnen uns die immer gleichen Erzählungen: Trans und gendernonkonformen Personen wird ihre geschlechtliche und körperliche Selbstbestimmung abgesprochen, sie werden zu ‚Verrückten‘, zu Eindringlingen, zu Vergewaltigern (etc.) gemacht. All das steht in keinem Verhältnis zu tatsächlichen trans Personen, verrät aber viel über Transfeind\*innen sowie gesellschaftliche Normen und Bilder. Der Vortrag ermöglicht es, transfeindliche Argumentationen als solche zu erkennen und das Phänomen „Transfeindlichkeit“ kritisch zu theoretisieren.

Di. 29. 11. 14:00-18:00 Uhr

### Workshop Diversitätssensible Unterrichtsgestaltung für Sprachbegleiter\*innen mit Sonja Gambke (Sprachnetz Thüringen)

Im Workshop beschäftigen wir uns damit, was stereotype Vorstellungen von Integration und Kultur mit unseren Sprachlernangeboten zu tun hat, welche Lebensrealitäten wir bei der Unterrichtsgestaltung (nicht) im Blick haben und wie wir diversitätssensibler mit Lehr- und Bildmaterial sowie dem eigenem Sprachhandeln umgehen können.

Mi. 07.12. 18:00 Uhr

### Buchlesung Johanna Ringeis „Die Abenteuer der kleinen Menschenkinder in Erfurt“ – ein Buch für Großeltern und Enkel

Enkel lauschen gern den Erzählungen der Großeltern aus vergangenen Kindertagen. Dabei stellt sich oft die Frage: „Geflunkert oder wahr?“ In dieser Geschichte verwischen die Grenzen von Wahrheit und Fantasie. Sie werden entführt in eine Welt zwischen Gera und Dom, die zwischen Alltag und Hektik verborgen bleibt. Möge uns die kindliche Fantasie erhalten bleiben, ebenso wie die Freude an alten Redewendungen.

Mo. 12.12. 17:00 Uhr

### Aufbauworkshop Gewalt in unseren Communities mit e\*space

Wir möchten mit euch das Konzept der Community Accountability (CA) diskutieren. Was verstehen wir grundsätzlich darunter? Welche Fehler machen wir immer wieder? Wie können wir das Konzept auf unsere Kontexte noch mehr anpassen? Die Veranstaltung richtet sich vor allem an Menschen, die sich bereits mit Diskriminierungserfahrungen und sexualisierter Gewalt beschäftigt haben, bzw. selber an CA-Prozessen teilgenommen haben.