

**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.

KONTAKT

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



**Regierungsstr. 28
99084 Erfurt**



0361-5656510

info@frauenzentrum-brennessel.de



**programm@frauenzentrum-
brennessel.de**

**beratung@frauenzentrum-
brennessel.de**



**www.frauenzentrum-
brennessel.de**

Instagram: brennessel_erfurt

Öffnungszeiten

**Mo.- Do.:
09:00 bis 17:00 Uhr
Fr.:
09:00 bis 14:00 Uhr**

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

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

**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
11:30 Uhr Rückengymnastik
12:30 Uhr Fit und gesund
17:00 Uhr Lesbenberatung (mit
Anmeldung)
17:00 Uhr Yoga mit Simone (ab
16.09.)

Mittwoch

14:45 Uhr Sprachcafé

Donnerstag

09:00 Uhr Sprachkurs Deutsch für
Anfängerinnen
15:00 Uhr Tea for you – englische
Konversation
16:30 Uhr Qigong

Freitag

10:00 Uhr Sprechstunde für
alltägliche Fragen
(mit Anmeldung)

**LANDESPROGRAMM
SOLIDARISCHES
ZUSAMMENLEBEN
LSZ**



**11.09.2025 17:00 Uhr &
09.10.2025 17:00 Uhr**

**Frauen fragen – Rechtsanwältinnen
antworten:**

- Straf- und Arbeitsrecht -

Welche Rechte haben Sie als Betroffene von Gewalt oder strafrechtlichen Übergriffen? Was tun bei Mobbing am Arbeitsplatz oder Kündigung? In dieser Fragerunde gibt eine Rechtsanwältin verständliche Einblicke in zentrale Fragen des Arbeitsrechts und unterstützt bei der rechtlichen Einordnung von strafrechtlich relevanten Situationen. (mit Anmeldung)

16.09.2025 14:00 – 17:00 Uhr

**Selbstbehauptung für FLINTA* im
Rahmen des Kulturquartier-Festivals
Ort: Kulturquartier (Klostergang 4)**

Im Rahmen des Kulturquartier-Festivals bietet das pria-Projekt Selbstbehauptung für FLINTA* an. Wir wollen gemeinsam einen Blick darauf werfen, wie patriarchale Strukturen uns in unserem Alltag beeinflussen und wie wir ihnen selbstbewusst entgegenzutreten können. Unsere Wut ist unsere Waffe – gemeinsam werden wir sie kanalisieren und Kraft aus ihr schöpfen. Anmeldung über pria@frauenzentrum-brennessel.de

18.09.2025 17:00 Uhr &

23.10.2025 17:00 Uhr

**Frauen fragen – Rechtsanwältin
antwortet:**

- Sozial-, Familien- und Arbeitsrecht -

Worauf müssen Sie achten, wenn Sie sich scheiden lassen wollen? Wie ist das Umgangsrecht bei einer Trennung geregelt? Oder haben Sie eine juristische Frage zu Ihrer Arbeitsstelle oder Sozialleistungen? In dieser Fragerunde beantwortet eine Rechtsanwältin alles, was Sie rund um das Thema Sozial- und Familienrecht, sowie Arbeitsrecht wissen wollen. (mit Anmeldung)

19.09.2025 17:00 – 00:00 Uhr

Abschiedsparty Regierungsstraße

Wir ziehen um und feiern den Abschied! Nach vielen schönen Jahren in unseren aktuellen Räumen in der

Regierungsstraße 28 ist es Zeit für etwas Neues: Die Brennessel schlägt Anfang November neue Wurzeln in der Walkmühlstraße 1a.

Doch bevor wir unsere Kisten packen, möchten wir mit euch gemeinsam Abschied nehmen. Los geht's 17 Uhr mit einem kleinen Soli-Flohmarkt zum Stöbern, Entdecken und vielleicht um ein Erinnerungsstück mitzunehmen. Dazu gibt's reichlich Getränke und feine Klänge von Lewia. Ab 19 Uhr heißt es dann: Party! Mit Musik, Tanz und guter Stimmung verabschieden wir unser altes Zuhause. Kommt vorbei, wir freuen uns riesig auf euch!

**24.09.2025 17:00 – 19:00 Uhr
Dekolonialer Stadtrundgang
Treffpunkt: Vor dem Kaisersaal
(Futterstraße)**

Offen für alle Geschlechter
Was ist die Südseesammlung? Was hat der Kaisersaal mit Kolonialismus zu tun? Gab es schon Jahrzehnte vor den rassistischen Ausschreitungen in Hoyerswerda und Rostock-Lichtenhagen eine Hetzjagd mitten in der Erfurter Innenstadt? Mit einem dekolonialen Stadtrundgang wollen wir die vergessenen oder verdrängten Spuren des Kolonialismus in Erfurt erkunden und lernen, wie der Kolonialismus bis heute in Erfurt fortwirkt.

**06.10.2025 18:00 – 20:00 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 Domröschenschlaf.

**14.10.2025 18:00 – 21:00 Uhr
„Es geht nicht nur um (bestimmte)
Frauen“ – Online-Workshop über
Queer_Feminismen mit queer_topia***
Offen für alle Geschlechter

In diesem Workshop werden wir uns mit dem Thema Queer_Feminismen beschäftigen. Dazu werden wir folgende Fragen bearbeiten: Was bedeutet

Queer_Feminismus? Wodurch unterscheiden sich Queer_Feminismen von anderen Feminismen? Was sind (aktuelle) Ziele von Queer_Feminismen? Wie kann gemeinsam gehandelt, sich bestärkt, verbündet werden? Anmeldung per Mail über programm@frauenzentrum-brennessel.de

22.10.2025 18:00 – 19:30 Uhr

Wenn das Baby schreit, dann möchte man doch hingehen...

**Vortrag von Heide Lutosch – Teil der
Jahresreihe „Feministische Utopien“**

Ort: Haus Dacheröden

Offen für alle Geschlechter

Im Vortrag 'Wenn das Baby schreit, dann möchte man doch hingehen' geht es um die Herausforderungen und Perspektiven einer feministischen Utopie. Dabei wird diskutiert, wie eine gerechtere und bedürfnisorientierte Gesellschaft aussehen könnte – und warum es ohne eine feministische Grundlage nicht möglich ist, diese zu erreichen. Der Vortrag lädt ein, über die Zusammenhänge zwischen sozialer Gerechtigkeit, Arbeitsverhältnissen und gesellschaftlicher Umgestaltung nachzudenken. Heide Lutosch, eine erfahrene Aktivistin und Expertin für feministische Theorie, bringt ihre umfassenden Erkenntnisse und praxisorientierten Ansätze ein, um die Teilnehmer*innen zu inspirieren und zum Nachdenken anzuregen. Anmeldung über die Website von Haus Dacheröden

27.10.2025 17:00 – 20:00 Uhr

**Selbstbehauptung für FLINTA* im
Rahmen der Alternativen**

**Einführungstage „Nächste Ecke links“
Ort: Klanggerüst (Magdeburger Allee
175)**

Im Rahmen der NäLi bietet das pria-Projekt Selbstbehauptung für FLINTA* an. Wir wollen gemeinsam einen Blick darauf werfen wie patriarchale Strukturen uns in unserem Alltag beeinflussen und wie wir ihnen selbstbewusst

entgegenzutreten können. Unsere Wut ist unsere Waffe – gemeinsam werden wir sie kanalisieren und Kraft aus ihr schöpfen.

Alle Veranstaltungen in der Brennessel verstehen sich als FLINTA*-only Veranstaltungen. Ausnahmen sind entsprechend gekennzeichnet.

Es gibt die Möglichkeit unseren aktuellen Flyer digital per E-Mail gesendet zu bekommen!



Um in den Verteiler aufgenommen zu werden, bitte eine kurze Mail an programm@frauenzentrum-brennessel.de schreiben.

Außerdem findet ihr alle aktuellen Veranstaltungen auch auf unserer Instagramseite ([brennessel_erfurt](https://www.instagram.com/brennessel_erfurt))

Anmeldung unter:

- per Mail an programm@frauenzentrum-brennessel.de,
- per DM auf Instagram ([brennessel_erfurt](https://www.instagram.com/brennessel_erfurt))
- oder telefonisch unter 0361 5656510