

Oktoberfest- Café Creme

Donnerstag, 13.10.22, 15.00 - 16.30 Uhr

Gemeinsam wollen wir das Oktoberfest feiern und uns mit der deutschen Kultur und beliebten Traditionen beschäftigen.

Kosten: 4,- €. Wir bitten um Anmeldung.

FLINTA-Workshopreihe

dienstags, 11.10.- 22.11.22, 18.00 - 20.30 Uhr, wöchentlich

Die Workshop-Reihe schafft einen Schutzraum für FLINTA* (Frauen, Lesben, inter-, nicht-binäre-, trans- und agender-Personen). Als Gruppe hinterfragen wir bestehenden Gesellschaftsstrukturen. Wir informieren uns in 7 Terminen, wie es zu den ungleichen Machtverteilungen zwischen den Geschlechtern kommt. Es ist Raum, über grenzüberschreitende Situationen ins Gespräch zu kommen. In Kooperation mit der Rosa-Luxemburg-Stiftung Thüringen. Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis 30.09.22

Clit-Night - Online-Workshop

Freitag, 14.10.22, 15.00 - 19.00 Uhr

Dieser Workshop ist für alle, die Interesse haben etwas mehr über Genitalanatomie zu lernen und vermeintliche Wissenslücken in unserer Gesellschaft diesbezüglich kritisch zu hinterfragen. Es wird Basiswissen über die Anatomie erarbeitet und ein kulturhistorischer Blick auf die Rezeption der Klitoris von der Antike bis heute geworfen. Der Workshop wird online stattfinden. In Kooperation mit der Rosa-Luxemburg-Stiftung Thüringen. Wir bitten um Anmeldung bis zum 13.10.22

NEU NEU NEU: Frauen*kreis

Dienstag, 18.10.22, 19.00 - 20.30 Uhr, 3. Dienstag im Monat

Dieser Frauenkreis ist angelegt als offene Gesprächsrunde speziell um die Themen Sexualität, Körpergefühl und Menstruation. Zusammen wollen wir einen Safe Space kreieren, in dem wir selbst bestimmen können, worüber wir reden wollen und wie weit sich jede einzelne von uns öffnen möchte. Hier soll es keinen Zwang geben, keine Verurteilung und auch kein Scham. Es darf alles angesprochen werden, alle Fragen dürfen gestellt werden. Der Frauenkreis richtet sich ausdrücklich an alle FLINTA (Frauen, Lesben, intergeschlechtliche, nicht-binäre, Trans- und a-gender Personen).

Anregungen und Themenvorschläge sind willkommen!

Wir bitten um Anmeldung bis drei Tage vorher.



#UkraineHilfe: Das Projekt Ankommen! wird gefördert durch den Paritätischen Wohlfahrtsverband aus Mitteln der Aktion Deutschland hilft.

Redaktionsschluss: 02.08.22

Änderungen vorbehalten. Ausführliche Informationen zum Programm erhalten Sie vor Ort, telefonisch und im Internet.

ONLINE GEDRUCKT VON
SAXOPRINT

Rat und Hilfe

Frauenberatung/ Psychosoziale Beratung

In schwierigen Situationen sind wir für Sie da. Alle Beratungsangebote sind kostenfrei. Bitte vereinbaren Sie einen Termin, außer Sie sind in einer Notsituation. Wir beraten auch online. Bei Bedarf organisieren wir Sprachmittler*innen.

جلسة استشارية للنساء
إذا كنتين في مشكلة
أو ظروف حياة صعبة
نحن ندعمكن لإيجاد الحلول

If you are in trouble or in difficult situations, we support you to find solutions.

Offene Sprechstunde | Frauenberatung

mittwochs von 15.00 - 17.00 Uhr

In dieser Beratungszeit können Sie ohne Termin und anonym Ihre Fragen klären.

Suchtberatung für Frauen

Mittwoch, 07.09. / 05.10.22, 15.00 - 16.00 Uhr

Suchtberatung für Frauen in Kooperation mit dem Suchthilfzentrum Michaelisstraße. Nur mit Anmeldung.

Allgemeine Rechtsberatung | Beratung Familienrecht und Arbeitsrecht

Unsere Rechtsanwältinnen beraten Sie nach einer persönlichen Terminvereinbarung.

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

Dienstag, 06.09./04.10.22, 16.00 -18.00 Uhr

Bei der EUTB werden Sie zu allen Fragen der Teilhabe, um Ihnen die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen oder zu vereinfachen, beraten. In Kooperation mit dem Malteser Hilfsdienst.

Ausbildungsberatung

Donnerstag, 01.09. / 06.10.22, 15.00 - 17.00 Uhr

Information, Orientierung und Beratung zum Thema Ausbildung für Frauen mit internationaler Geschichte. In Zusammenarbeit mit der KAUSA Servicestelle Thüringen (Bildungswerk der Thüringer Wirtschaft e.V.) Nur mit Anmeldung.

Frauengesundheitsberatung

Donnerstag, 08.09. / 13.10.22, 16.00 - 18.00 Uhr

Mit unserer Gynäkologin können Sie vertraulich Ihre Fragen besprechen. Nur mit Anmeldung.



FrauenZentrum Erfurt

Pergamentergasse 36, 99084 Erfurt

☎ 0361 - 2 25 14 73

✉ frauenzentrum-erfurt@t-online.de

Träger: Frauen- und FamilienZentrum Erfurt e. V.
gefördert von der Stadt Erfurt | LSZ



September | Oktober 2022



FrauenZentrum
Erfurt

International
Safe Abortion Day

MY BODY
MY CHOICE
MY RULES

#MyAbortionMyHealth



Herzlich willkommen!

ласкаво просимо

Welcome - أهلا وسهلا - خوش آمدید

Programm
September/Oktober
2022

www.frauenzentrum-erfurt-handinhand.de



Liebe Frauen,
bitte beachtet unsere aktuell gültigen Corona-Regeln des Hause.
Diese und weitere aktuelle Informationen findet ihr auf unserer
Homepage, auf Instagram oder Facebook.

Дорогі жінки,
будь ласка, дотримуйтеся наших чинних в даний час правил
корони будинку. Цю та іншу актуальну інформацію можна
знайти на нашій домашній сторінці, в Instagram або Facebook.

#UkraineHilfe - Deutsch Konversation

donnerstags, ab 01.09.22, 18.00 - 19.00 Uhr, wöchentlich
freitags, ab 02.09.22, 11.00 - 12.00 Uhr, Fortgeschrittene,
mit Kinderbetreuung, wöchentlich
freitags, ab 02.09.22, 13.00 - 14.00 Uhr, Anfänger*innen,
wöchentlich

Für geflüchtete Frauen aus der Ukraine. **ласкаво просимо**

#UkraineHilfe - Ukrainische Mädchengruppe

freitags, ab 01.09.22, 14.00 - 15.00 Uhr, wöchentlich

In unserer Mädchengruppe können Mädchen aus der Ukraine und
andere Mädchen zusammenkommen und gemeinsam schöne Aktivitä-
ten erleben. **ласкаво просимо**

Frau spricht Klartext - Workshop für eine starke Rede und ein sicheres Auftreten

Samstag, 03.09.22, 10.00 - 16.00 Uhr

Es existieren immer noch weitverbreitete Stereotype über weibliches
Redeverhalten. Doch wie wir kommunizieren, hängt nicht von unserem
Geschlecht, sondern von der Situation, den Umständen oder dem eigen-
en Status ab und auf die kann Frau sich einstellen und Techniken
erlernen.

Einen ganzen Tag lang wollen wir uns der Rede und Argumentation
widmen. Sie lernen, wie Sie Körper und Stimme einsetzen, sodass Ihre
Präsenz im Raum erhöht wird, trainieren Argumentationstechniken und
entdecken Ihre Fähigkeiten als Rednerin, inklusive intensivem Austausch
und Ausprobieren.

Für Verpflegung ist gesorgt. In Kooperation mit der Friedrich-Naumann-
Stiftung Thüringen. Kosten: 5,-€. Wir bitten um Anmeldung.

Internet-Café

montags, ab 05.09.22, 10.00 - 11.30 Uhr, wöchentlich

Die digital-Lotsin Katrin Heil gibt wöchentlich Hilfestellung beim Einstieg
in die Nutzung des Internets am Handy. Sie können lernen, wie man
Suchmaschinen richtig verwendet, E-mails schreibt, wie Online-
Shopping funktioniert und vieles weiteres. Nur mit Anmeldung!

Deutsch für Migrantinnen

dienstags, ab 06.09.22, wöchentlich

Deutsch-Konversation: 13.00 - 14.00 Uhr

Welcome ласкаво просимо أهلا وسهلا - خوش آمدید

Teatime - Interkulturelle Teezeit

mittwochs, ab 07.09.22, 14.00 - 16.00 Uhr, wöchentlich

Einheimische und Frauen aus anderen Kulturkreisen kommen zusammen
und lernen die Lebenswelt der Anderen kennen. Welcome ласкаво
просимо أهلا وسهلا - خوش آمدید

Kani kune - der Frauenchor

mittwochs, ab 07.09.22, 19.30 - 20.30 Uhr, wöchentlich

Wöchentlich lädt der Chor alle ein, die Spaß am Singen haben und
neugierig auf Lieder aus aller Welt sind.

Welcome ласкаво просимо أهلا وسهلا - خوش آمدید

Feministische Müttergruppe

Mittwoch, 07.09/21.09.22, 16.15 - 18.15 Uhr

Mittwoch, 05.10/ 26.10.22, 16.15 - 18.15 Uhr

In dieser Gruppe wollen wir uns gegenseitig bestärken, informieren und
über unsere Rolle als Mutter in den Austausch kommen. Wir bitten um
Anmeldung unter: nawroth.frauenzentrum-erfurt@gmx.de

FrauenPlauderei

Donnerstag, 08.09. / 13.10.22, 10.00 - 12.00 Uhr

Frauen treffen Frauen bei Kaffee und interessanten Gesprächen über
aktuelle Themen.

Beer is culture - Ein bilingualer Abend zur Bierkultur in Deutschland

Donnerstag, 08.09.22, 18.00 - 20.00 Uhr

Die Referentin Emily Vegas, Biologin und Braumeistern, führt uns an
diesem Abend in die deutsche Bierkultur ein. Im Rahmen einer Bier-
verkostung wird sie in englischer und deutscher Sprache erklären,
was Bier, deutsche Kultur, Volksfeste und Brotzeit bedeuten und wie
sie ihren Einwanderungsprozess erleichtert haben. Wir bitten um
Anmeldung!

Keramik bemalen

Donnerstag, 22.09.22, 17.00 - 19.00 Uhr

Bei unserem interkulturellen Kreativ-Angebot haben alle Frauen*
die Möglichkeit Keramik zu bemalen und sich dabei kreativ auszuto-
ben. Dabei können Frauen* miteinander ins Gespräch kommen, sich
kennenlernen und austauschen. Das Kreativ-Angebot findet in Zu-
sammenarbeit mit dem Keramika-Malstudio statt. Anmeldefrist:
19.09.22. Maximale Teilnehmer*innen-Zahl: 12 Frauen

Gemeinsames Singen in der Barfußerruine

Montag, 26.09.22, 18.30 - 20.00 Uhr

Singen macht glücklich! Deshalb wollen wir ALLE, die Lust auf einen
gemeinsamen Singabend haben, herzlich einladen! Kommen Sie
vorbei und singen Sie mit uns internationale Lieder unter dem Stern-
himmel der Barfußerruine! Den Auftakt bildet der Chor „Kani
Kune“ des FrauenZentrums Erfurt mit einem Vortrag ihres aktuellen
Programms. Danach steht das gemeinsame Singen auf dem Pro-
gramm.

IKW 2022: mit freundlicher Unterstützung des Beauftragten für
Integration und Migration Erfurt

Erfurter Lieblingsorte - Café Creme

Donnerstag, 08.09.22, 15.00 - 16.30 Uhr

Diesmal beschäftigen wir uns mit unseren Lieblingsorten in Erfurt. Kosten:
4,- € Wir bitten um Anmeldung.

Feministischer Lesekreis

Montag, 12.09.22, 19.00 - 20.30 Uhr, alle zwei Wochen

Hier treffen sich interessierte Frauen, lesen feministische Texte oder
Bücher und diskutieren darüber.

Literatureseminar -

Frauenleben in unterschiedlichen Kulturen und Zeiten

Dienstag, 13.09.22, 10.30 - 16.00 Uhr

Ziel des Seminars ist es, über ausgewählte literarische Texte die
Gestaltung des vielfältigen Lebens von Frauen unter Einbeziehung
philosophischer Aspekte zu diskutieren. Im Rahmen der Veranstal-
tung wird Katharina Winkler aus ihrem Roman „Blauschmuck“
lesen. In Kooperation mit der Friedrich-Naumann-Stiftung Thüringen.
Veranstaltungsort: Dorint Hotel am Dom Erfurt. Bitte melden Sie sich an.

Safe Abortion day

Mittwoch, 28.09.22

Der Internationale Safe Abortion Day ist ein jährlicher Aktionstag für
eine sicheren, entkriminalisierten, kostenfreien Zugang zum Schwan-
gerschaftsabbruch. Für Aktionen und Veranstaltungen zu diesem Tag
informiert Euch bitte auf unserer Homepage. Und auf Instagram/
Facebook

FrauenSpaziergang

Donnerstag, 29.09. / 27.10.22, ab 10.00 Uhr

Entdecken Sie in Gemeinschaft den Erfurter Steiger und andere Orte.
Treffpunkt: 10.00 Uhr FrauenZentrum Erfurt

FrauenFrühstückstreff

Freitag, 30.09. / 28.10.22, 10.00 - 12.00 Uhr

Das Frühstück mit Begegnung, Gesprächen und Gedankenaustausch.
Kosten: 6,- € Wir bitten um Anmeldung.

Frauenstark im Kulturkultursommer (#erfurtkultursommer)

Freitag, 30.09. 22, 10.00 - 12 Uhr

Eröffnungsausstellung zum Projekt „Frauenstark im Kultursommer“,
ein Fotoprojekt von und mit Frauen. Eine Fotografin setzt unsere Besu-
cher*innen über den Sommer in Szene und porträtiert, wie sich Frau-
en ins FrauenZentrum einbringen.

Mit Unterstützung der Landeshauptstadt Erfurt und der Sparkasse
Mittelthüringen im Rahmen des #erfurtkultursommer. Das gesamte
Veranstaltungsprogramm ist über die Socialmedia-Kanäle der Kulturdi-
rektion @erfurtkultur zu finden.

Vorsorge- ,Betreuungsvollmacht und Patient*innenverfügung

Montag, 10.10.22, 17.30 - 19.00 Uhr

Simone Hofmeister, Mitarbeiterin des Amt für Soziales/ Beratung
und Teilhabe beantwortet Ihnen Fragen rund um das Thema Vor-
sorgevollmacht, Betreuung und Patient*innenverfügung. Wir
bitten um Anmeldung.