

Frauenzentrum

Juli – August – September 2026



LILA VILLA

Unser Träger:
akCente e. V.
Gefördert durch die Stadt Chemnitz und das Land Sachsen

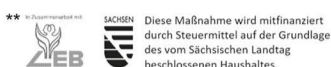
Frauenzentrum LILA VILLA

Denise Wagner und Anja Hüttner
Kaßbergstraße 22, 09112 Chemnitz
Barrierefreier Zugang (Treppenlift)
Telefon: 0371 302678, Fax: 0371 3552805
E-Mail: info@lila-villa.com
Internet: www.lila-villa.com
www.instagram.com/frauenzentrum_chemnitz/

BANKVERBINDUNG: akCente e. V.
Volksbank Chemnitz eG, BIC: GENODEF1CH1
IBAN: DE43870962140321027431

Zahlung Kursbeiträge:
Die Anmeldung zum Kurs ist persönlich, telefonisch oder per E-Mail verbindlich möglich.
Die Zahlung erfolgt vor dem ersten Kurstag per Überweisung. Bei einigen Kursen ist die direkte Zahlung bei der Referentin vorgesehen.
Bitte erkundigen Sie sich bei uns.
Kostenfreie Stornierungen sind bis 1 Woche vor Kursbeginn möglich. Andernfalls fällt die volle Gebühr an.
Bitte haben Sie dafür Verständnis, da auch unsere Kursleitenden eine verbindliche Planung benötigen.

Gefördert durch:



* Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.



Juli und August: Ausstellung Poetische Allianz:

Bettina Hain und Petra Reichmann gehen eine sehr sensible Verbindung ein. Stille und Konzentration ist beiden eigen, ihre Arbeiten gehen einen leisen Weg. Petra Reichmann zeigt Fragmente, Strukturen und Farbimpressionen von Orten und Landschaften, die sie selbst bereist hat und in kreativen Prozessen der Collagetechnik nachklingen lässt. Dabei arbeitet sie mit Papier und Pflanzen. Sehr zart und fragil. Bettina Hain arbeitet dialogisch. Mit feinem Gespür für das Dasein in all seinen Tiefen beobachtet sie die Welt intensiv und geht in den inneren und äußeren Austausch. Daraus schöpft sie ihre künstlerische Kraft, der sie im Linol- und Holzschnitt Form und Bild verleiht. Lasst Euch ein auf diese beiden poetischen Sprachen und besucht ihre Ausstellung. *

Montag bis Mittwoch: 13 – 18 Uhr/Donnerstag: 10 – 12 Uhr

Von Planlos zu Plan – Finanzen endlich entspannt regeln
Kristin Kubanek ist Finanzmentorin aus Chemnitz und unterstützt Frauen dabei, ihre finanzielle Zukunft selbstbestimmt zu gestalten. In diesem interaktiven Vortrag mit Workshopcharakter gibt sie verständliche Impulse zu Altersvorsorge, Investieren und finanzieller Unabhängigkeit. Praktische Übungen, Austausch und Raum für Fragen machen Lust, die eigenen Finanzen aktiv anzugehen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. *

Dienstag, 08.09. 18 Uhr Eintritt: 6 €, ermäßigt 5 €

Schließzeit der Lila Villa im Sommer vom 27. Juli bis 14. August

Seit Januar 2026 neue Öffnungszeiten

**Montag bis Mittwoch: 13 – 18 Uhr
Donnerstag: 10 – 12 Uhr**

Wir sprechen über Sexualität.

Katja Schwalenberg und Juni Käfer

Warm und spritzig: Gemeinsamkeiten sowie Unterschiede bewundern und voneinander zu lernen. Wir sprechen über Sex. Der ideale Anlass, um einen interessierten Austausch über unsere Fantasie, Körper, Gefühle und Sprache zu führen. Ähnlich, wie wir uns erzählen, welches Essen uns besonders gut oder gar nicht schmeckt oder was wir unbedingt einmal oder auf gar keinen Fall ausprobieren wollen. Lasst uns zusammenkommen, bei Sonnen- oder Kerzenschein, einmalig oder immer wieder. Lasst uns so viele Karten ziehen, wie wir wollen, die Impulse auf unsere Art deuten und darüber reden – auf unsere Art. Dabei haben wir Zeit: zu denken, zu fühlen, zu forschen, zu prüfen, zu spielen. Lasst uns gemeinsam nach treffenden Worten suchen, über jeden glitzernden und jeden verstaubten Begriff jubeln, den wir aufstöbern. Lasst uns zuhören, uns anlachen (statt aus), nachfragen und antworten, so viel wir wollen. Große Erkenntnisse warten auf uns. *

Dienstag, 29.09. 18 Uhr Eintritt: 6 €, ermäßigt 5 €

Interkulturelle Wochen in Chemnitz

Wir sind am 12. September wieder mit dabei.

Jedoch ist auch diese große Veranstaltung in Chemnitz von schmerzhaften Kürzungen betroffen. Damit es für alle Chemnitzer wieder ein besonderes Fest wird: **Jetzt bitte spenden!**

Interkulturelle Wochen Chemnitz
Motto: „Vielfalt leben – Zukunft gestalten“
12. September bis 3. Oktober 2026

Eröffnung am 12.09.2026 ab 12 Uhr | Markt Chemnitz
Gemeinsam ein tolles, gemeinnütziges Projekt unterstützen!
Auf Wunsch Nennung als Unterstützer.
Bankverbindung: Sozialbank
BIC: BFSWDE33XXX
IBAN: DE32 3702 0500 0003 4869 00
Betreff: Spende IKW 2026

Für Ihre Spende kann eine Spendenbescheinigung ausgestellt werden. Bei Fragen schreiben Sie uns gern eine E-Mail an hdk@agiu.de

ALLGEMEINE INFO FÜR ALLE KURSE:

- **Unsere Kurse sind fortlaufend.**
- **Bitte melden Sie sich verbindlich an.**
- **Sie bezahlen Ihre Kurse immer für 10mal fortlaufend.**
- **Abwesenheiten können wir nicht berücksichtigen, da unsere Kursleiterinnen verbindlich gebucht sind.**
- **Sie können jederzeit in unsere Kurse einsteigen.**
- **Bei späterem Einstieg zahlen Sie anteilig.**

Englisch für Anfängerinnen

Die Teilnehmerinnen erweitern ihre Grundkenntnisse für eine leichte Kommunikation. Das Sprechen steht im Mittelpunkt, mit dem Austausch in englischer Sprache wachsen Sicherheit und Freude.

Referentin: Nosheen Victor Jones, Muttersprachlerin
Wir bitten um Anmeldung. **

10 x dienstags 17:30 bis 19:00 Uhr Kursbeitrag: 75 €

Englisch für Fortgeschrittene

Frauen mit guten Englischkenntnissen erweitern ihren Sprachschatz und verfeinern den Redefluss. Viele Übungen tragen zu einer lebendigen Englisch-Konversation bei.

Referentin Nosheen stellt das Sprechen in den Mittelpunkt des Kurses.
Wir bitten um Anmeldung. **

10 x mittwochs 17:30 bis 19:00 Uhr Kursbeitrag: 75 €

Deutschkurse für Frauen mit wenigen Vorkenntnissen

Wöchentlich von Montag bis Mittwoch bieten wir kostenfreie Kurse für Frauen an, die neu in Chemnitz sind. Sie können hier erste Grundbegriffe der deutschen Sprache lernen und diese erweitern.

montags: 14:00 bis 15:30 Uhr Kurs für Frauen aus der Ukraine
mittwochs: 17:00 bis 18:30 Uhr Kurs für Frauen aus der Ukraine
mittwochs: ab 14:45 Uhr Kurs für persisch sprechende Frauen

Die Kurse werden von der Stadt Chemnitz gefördert.
Kurse sind kostenfrei

YOGA für Frauen

Wir fühlen uns im Alltag oftmals gehetzt und vergessen innezuhalten. Yoga bringt Ruhe und Gelassenheit. Entsprechende Körper- und Atemübungen helfen, mit der Anspannung besser umzugehen. Die Übungen werden an die Gruppe angepasst. Jede entscheidet selbst, was ihr guttut. **

Leitung: Solveig Kuhnert, Yogalehrerin (BDY/EYU)
Eine Förderung durch Krankenkassen ist meistens möglich.
Späterer Einstieg nach Absprache möglich.

8 x mittwochs in 10 Wochen 19:00 bis 20:30 Uhr Gebühr: 80 €

Orientalische Tänze für Frauen und Mädchen ab 12 Fortgeschrittene

Dieser Tanzkurs für Frauen und Mädchen gibt Einblicke in die Vielfalt und Bedeutung verschiedener „Bauchtanz“-Stile. Musikvielfalt und diverse Choreografien fördern Körper und Geist. Sogar für ein Gruppengefühl und Spaß. **

Leitung: Tanzlehrerin Lenka Tomášová
Wir bitten um Anmeldung.

10 x montags 16:30 bis 17:30 Uhr Kursgebühr: 65 €

Qi Gong

In einer Zeit, wo wir durch Stress und Leistungsdruck an unsere Grenzen stoßen, kann Qi Gong eine Chance zu mehr Leichtigkeit und Freude sein. Raus aus dem Kopf ins Hier und Jetzt. Mit dieser alten Bewegungsform der Chinesischen Medizin atmen Sie bewusster und lernen, sich in eine ungestörten Zustand zu bringen. Ihr Herz öffnet sich und Ihre Lunge wird gestärkt für ihren ganz eigenen Weg. Heera Gliesche begleitet Sie durch diese tiefe Zeit.

Anmeldungen über www.qigong-massage.de oder 0162 2778393

Ab September, 8 x montags 17:45 – 19:00 Uhr

Kursgebühr für 8 Termine: 130 €
Kostenübername durch Krankenkassen bis zu 100 % möglich:
AOK zu 100% und andere Krankenkassen zu 80 %

Bibliothek in der Lila Villa – einen Raum neu entdecken

Unsere Bibliothek wird liebevoll gepflegt und geordnet. Stöbern Sie in unserem breiten Angebot an Belletristik und Fachliteratur mit den Schwerpunkten Feminismus und Frausein.

Unser Angebot ist vielfältig und wird ständig erweitert. Sie finden Literatur zu Politik, Geschichte, Frauenbiographie, Soziologie, Gesundheit, Graphic Novel, Ländern, Reisen, Kunst.

Montag bis Mittwoch: 13 bis 18 Uhr; Donnerstag: 10 bis 12 Uhr

Unsere Gruppen

Seniorengruppen

In unserer Seniorinnengruppe treffen wir uns, um geistig fit zu bleiben. 1 x wöchentlich dienstags, 14:00 Uhr **

Selbsterfahrungsgruppe Ess-Störungen 30+

Frauen mit Erfahrungen von Ess-Störungen treffen sich in einem geschützten Raum und stützen sich gegenseitig.

Bitte vorher in der Lila Villa anrufen. Wir beraten Sie.
Jeden 2. Montag, 17:30 bis 19:00 Uhr

Internationaler Chor Unity

Wir proben jeden Donnerstag, 18:30 Uhr
Unser Repertoire ist international.
Treffpunkt für neue Interessenten: Straße der Nationen 140 – Pforte eins Energie.

Amistad

Unsere Gruppe der Freunde der spanischen Sprache trifft sich jeden 2. Samstag im Monat.

Treffpunkt Neueninitiativen:

Engagierte und fröhliche Frauen sind herzlich willkommen.
Wir vernetzen uns und unterstützen uns gegenseitig.
Wir bitten um Anmeldung.

1 x monatlich mittwochs, 16:00 Uhr

Annabell Werner

Sie hat ihre Masterarbeit über die Lila Villa geschrieben. Über einen längeren Zeitraum war Annabell Gast in unserem Haus, hat unsere Arbeit kennengelernt, mit vielen Frauen gesprochen und sich dadurch einem ihrer brennenden Themen genähert: Wie kann kulturelle und soziale Arbeit funktionieren, wenn sich finanzielle, räumliche, personelle Ressourcen verändern? Was braucht es, um lebendig, anspruchsvoll, bedarfsgerecht mit Frauen und für Frauen arbeiten zu können? Annabell Werner versucht, Antworten zu finden und verbindet wissenschaftliche Fragen mit der Chemnitzer Realität. Sie möchte gerne mit den Anwesenden ins Gespräch kommen: Wie ist die persönliche Einschätzung des Gesagten, welche Erfahrungen haben Frauen auf dem Arbeitsmarkt – Aufstiegschancen, Teilzeit, Minijob. Welche Wirkung hat die Rolle der Frau in der Gesellschaft auf den Arbeitsmarkt?

Dienstag, 15.09. 18 Uhr Eintritt: frei

Vernissage „Gewoben aus Ich“: Das Kleid als Sprache der Identität: Astrid Blohme und Hanna Remestvenska

Zwei Künstlerinnen, zwei Blickwinkel, ein gemeinsamer Dialog über Weiblichkeit, Wandel und Selbstbild. Die Ausstellung von Astrid Blohme und Hanna Remestvenska bewegt sich zwischen Sichtbarkeit und Verschwinden, zwischen dem Wunsch nach Zugehörigkeit und der Sehnsucht, unverwechselbar zu sein. Was erzählen die Hüllen, die wir tragen? Kleidung, Stoff und Haltung werden zu Spuren innerer Erzählungen – von Anpassung und Aufbegehren, von Mangel und Überfluss, von Rollenbildern und Zeitgeschmack. Mal ruhend und elegant, mal frei und voller Bewegung, verbinden die Arbeiten Erinnerung, Sehnsucht und Gegenwart zu einem vielschichtigen Gewebe aus Identität. Ein poetischer Blick auf das Ich – fragil, kraftvoll und stets im Wandel. * Wir freuen uns sehr, dass Büşra Özkan unsere Vernissage auf ihrer wunderschönen Bratsche begleiten wird. Leicht und schwebend wird sie Atmosphäre weben. Die in Speyer geborene Bratschistin studiert derzeit in Dresden ihren Master bei Prof. Neasa Ni Brhainn. Aktuell ist sie Akademistin in der Robert-Schumann-Philharmonie im Theater Chemnitz.

Dienstag, 22.09. 18 Uhr

Literaturtipps

Wer bei Feminismus sofort an harte Fakten denkt, hat noch nichts von Liv Strömquist gelesen. Die schwedische Comic-Autorin zerlegt mit scharfem Humor und kluger Wut die großen Mythen rund um Liebe, Beziehungen, Weiblichkeit und Macht. Und das Beste: Man lacht dabei oft laut. Ob in *Der Ursprung der Welt*, *Ich fühl's nicht* oder *Im Spiegelsaal* – Strömquist stellt Fragen, die unbequem sind, aber befreiend wirken: Warum sollen Frauen immer gefallen? Weshalb wird weibliche Emotionalität belächelt, männliche Egozentrik dagegen gefeiert? Und warum machen selbst emanzipierte Menschen oft freiwillig bei absurden Rollenbildern mit? Ihre Bücher sind keine moralischen Zeigefinger, sondern intelligente Comic-Essays: voller Fakten, Philosophie, Gesellschaftskritik – und gleichzeitig unterhaltsam.
Wer Lust hat, beim Lesen gleichzeitig zu lachen, in die Tiefe zu gehen und neu nachzudenken, sollte unbedingt in unsere Bibliothek schauen – dort warten bereits viele ihrer Bücher.

Vorschau. Oktober – November – Dezember

- Lysann Nemeth und Uwe Mühlberg lesen bei uns, im Gepäck „Endkontrolle“ von Nemeth.
- Steffi Böttger und Konstanze Hollitzer bringen Clara Schumann in unsere Villa.
- Anna Maria Münzner lädt ein zum zweiten Teil ihres Wechseljahre-Workshops.
- Ulrike Brummert bittet zur Collage im Geiste von Irma Traud Morgner.
- Ilse Nagelschmidt lässt die Enkelinnen in Zeiten des Post-Feminismus zu Wort kommen.
- Laura Valeria Graichen und Henrik Lehmann spielen zu unserem Abschiedsfest.
- Und als glanzvoller Höhepunkt unseres Literaturfestes kommt Marica Bodrožić wieder zu uns. Mit ihrem neuen Buch „Sterben“.

„Angewonnen“

In diesem Kurs mit Christine Schwalenberg steht Kommunikation im Mittelpunkt. Frauen ausländischer Herkunft vertiefen und erweitern ihre Sprachkenntnisse. Sie bringen unterschiedliche Themen ihres Alltags ein und erlangen mehr Sicherheit in ihrer Zweitsprache. Das erhöht das Selbstvertrauen und möglicherweise auch das Gefühl, endlich angekommen zu sein. **

wöchentlich mittwochs 10:00 bis 11:30 Uhr Kurs ist kostenfrei

WENDO – Sicher stark!

Wendo ist ein kanadisches Konzept für Frauen, um Hürden und Hindernisse zu verstehen, die ein Leben in Gesundheit und Würde verhindern. Solltest du dich aktuell mit Gedanken der Selbstoptimierung in den Bereichen Selbstbehauptung und Selbstverteidigung beschäftigen, dann ist der Kurs genau richtig für dich.

Als Trainerinnen bestärken wir dich beim Erreichen deiner Ziele. Du musst keine Sportskanone sein. Aber du solltest dich auf das Lernen in einer Gruppe (max. 12 Frauen) in einem geschützten Raum einstellen.

Trainerinnen: Silke-Anne Goschin und Marcela Mayerová aus Tschechien

WENDO – Montagstraining ab 17.08.2026 bis zum 21.12.2026
Trainingszeit: 10 x 14-tägig 19:30 bis 20:30 Uhr **Kosten: 70 €**

WENDO – Samstagstraining am 29.08.2026
Trainingszeit: 10:00 bis 13:00 Uhr **Kosten: 15 €**
Geselliges Zusammensein: 13:00 bis 14:30 Uhr
Jede bringt etwas Leckeres mit!

WENDO – Migrantinnen Samstagstraining am 01.08. und 26.09.
Trainingszeit: 14:00 bis 17:00 Uhr **keine Kosten ***

Ermäßigungen von 10 % sind in unseren Kursen auf Anfrage möglich.

Kaukasischer Tanz mit Elchin

In unserem Kurs sind Kinder besonders willkommen. Es werden Schrittfolgen geübt und allmählich Reigentänze erarbeitet. Das bringt den Körper in Schwung und ein Gefühl der Verbundenheit stellt sich ein. **
Elchin Danziyev-Schneider ist Choreograf und war Tänzer des Aserbaidschanischen Staatlichen Ensembles.
Dieser Kurs wird von der Stadt Chemnitz gefördert.

freitags 15:30 bis 17:30 Uhr Kurs ist kostenfrei

Trommelkurs mit Lenka

Frauen und Mädchen ab 12, die schon immer mal trommeln wollten, sind herzlich eingeladen! Es werden verschiedene Rhythmen und Kombinationen gelernt. Das gemeinsame Trommeln bringt ein Gefühl der Zugehörigkeit und Stärke hervor, die Teilnehmerinnen finden zueinander, aber auch zu sich selbst.

Die eigene Trommel oder Djembe kann mitgebracht werden. **
Kursleiterin: Lenka Tomášová
Wir bitten um Anmeldung.

10 x freitags 17:30 bis 18:30 Uhr Kursgebühr: 65 €

Unity – Internationaler gemischter Chor

Kommt und singt und erlebte die Vielfalt der Sprachen und Weltklänge! Musik ist DIE SPRACHE aller und vereint Menschen unterschiedlichster Herkunft. Der internationale Chor besteht seit 2019 und hat inzwischen ein vielsprachiges Repertoire.

Treffpunkt für neue Interessenten: Straße der Nationen 140, Pforte eins Energie
Chorleitung: Valérie Suty
Wir bitten um Anmeldung: info@lila-villa.com

Chorprobe: donnerstags, 18:30 bis 20:30 Uhr
Chorbeitrag pro Quartal: 24 EUR

Beratung für Frauen

Wir bieten ein anonymes, kostenfreies Beratungsangebot für Frauen, die Entscheidungshilfe in besonderen Lebenssituationen wünschen. Bitte vereinbaren Sie Termine unter unserer Telefonnummer.

Supervisorische Erstberatung für Frauen in Führungspositionen

Frauen, die in Chemnitzer gemeinnützigen Vereinen Leitungspositionen innehaben, wird eine individuelle supervisorische Erstberatung angeboten. In dieser Beratung können verschiedene Fragen, Anliegen, die mit der Leitungstätigkeit zusammenhängen, in einem geschützten Rahmen sortiert und reflektiert und gegebenenfalls erste Handlungsansätze erarbeitet werden.

Supervisorin: Dr. Sabine Randow
Angeboten wird ein Prozess über fünf zweistündige Sitzungen.
Die Anmeldung bezieht sich auf alle 5 Termine.
Anmeldung bitte über unsere Telefonnummer.

Die Gruppensupervision findet statt, wenn sich wenigstens 5 Interessentinnen angemeldet haben. Die Gruppe ist auf 8 Teilnehmerinnen begrenzt.

Termine: mittwochs – Termine nach gemeinsamer Absprache.
Gebühr (Gesamtgebühr) für die 5 Sitzungen: 150 €

Gruppensupervision für in Vereinen tätige Frauen

Frauen, die in (unterschiedlich) gemeinnützigen Vereinen der Stadt Chemnitz tätig sind, sind herzlich zur Gruppensupervision eingeladen. In einem geschützten Rahmen können Anliegen der Teilnehmerinnen, die mit ihrer beruflichen Tätigkeit in Zusammenhang stehen, beraten werden. Ziel ist es, die Handlungsfähigkeit der Teilnehmerinnen in Bezug auf ihr berufliches Tun zu erhalten bzw. zu stärken. Die Gruppe stellt in der Supervision eine wichtige Ressource dar.

Supervisorin: Dr. Sabine Randow
Angeboten wird ein Prozess über fünf zweistündige Sitzungen.
Die Anmeldung bezieht sich auf alle 5 Termine.
Anmeldung bitte über unsere Telefonnummer.

Die Gruppensupervision findet statt, wenn sich wenigstens 5 Interessentinnen angemeldet haben. Die Gruppe ist auf 8 Teilnehmerinnen begrenzt.

Termine: mittwochs – Termine nach gemeinsamer Absprache.
Gebühr (Gesamtgebühr) für die 5 Sitzungen: 150 €