




WIR FEIERN FRAUEN

DIGITALE
AUSGABE 2026

Veranstaltungen zum
Internationalen Frauentag

Februar & März 2026 im
Landkreis Cloppenburg





WIR FEIERN FRAUEN ist ausschließlich eine Veranstaltungsübersicht über verschiedene Angebote für Frauen und Mädchen im Februar und März 2026. Für die Inhalte, Durchführung und Aktualität sind die jeweils veranstaltenden Organisationen selbst verantwortlich.

Als Teil von WIR FEIERN FRAUEN stehen die veranstaltenden Organisationen selbstverpflichtend für ein offenes, tolerantes Miteinander und für die Stärkung von Frauen und Mädchen in all ihrer Vielfalt sowie für Gleichberechtigung, Diversität und des gegenseitigen Respekts.

Sie möchten als Organisation mit passenden Veranstaltungen Teil von WIR FEIERN FRAUEN werden?

Die digitale Ausgabe kann um Ihr Angebot erweitert werden. Zudem werden die Veranstaltungen über **macht.chancen.gleich** auf Instagram geteilt. Sichern Sie sich Sichtbarkeit und Reichweite für Ihr Angebot und melden Sie sich. Kontaktdaten auf der Rückseite der Broschüre.

WIR FEIERN FRAUEN

Wie schön, dass Sie dabei sind!

In WIR FEIERN FRAUEN finden Sie erstmals eine Übersicht über eine Vielzahl von Veranstaltungen für Frauen und Mädchen zum Internationalen Frauentag, von Mitte Februar bis Ende März 2026 im Landkreis Cloppenburg.

Verschiedene Organisationen haben ihre Angebote hier eingebracht. Einige davon waren ohnehin geplant, andere sind eigens im Zuge unserer Anfrage zu WIR FEIERN FRAUEN entwickelt worden.

Gemeinsam zeigen sie, wie vielfältig die Themen, Lebensrealitäten und Perspektiven von Frauen und Mädchen sind, eröffnen Räume für Austausch, Ausprobieren und Begegnung und bieten Gelegenheiten für Kultur, Information und Empowerment.

Nutzen Sie diese Räume und Gelegenheiten, sammeln Sie neue Eindrücke, lassen Sie sich begeistern, tauschen Sie sich mit anderen Frauen aus, lachen und träumen Sie gemeinsam, machen Sie Pläne und gucken Sie über den Tellerrand. Vieles ist möglich.

Was aber auf jeden Fall passiert: WIR FEIERN FRAUEN und das geht mit Ihnen zusammen am besten.

Ihre Gleichstellungsbeauftragten

Marén Feldhaus
Landkreis Cloppenburg

Katharina Benz
Stadt Cloppenburg

Sandra kl. Stüve
Stadt Friesoythe

Nightwalks für Frauen im Landkreis Cloppenburg -

Leichte Übungen & gemeinsam gehen | Intuition stärken & Selbstbehauptung fördern | Lernen sich zur Wehr zu setzen

Mit Gaby Bothe, Selbstbehauptungs- und verteidigungstrainerin

Ein Angebot der Gleichstellungsbeauftragten vor Ort

Löningen: Mi., 11. Februar

Treffpunkt: Kath. Pfarrheim St. Vitus

Anmeldung: Petra Brümmer

gleichstellungsbeauftragte@loeningen.de

Lindern: Fr., 27. Februar

Treffpunkt: Rathaus Lindern

Anmeldung: Anke Wübben

gleichstellungsbeauftragte@lindern.de

Friesoythe: Mi., 04. März

Treffpunkt: Rathaus Friesoythe

Anmeldung: Sandra kl. Stüve

kleine-stueve@friesoythe.de

Cloppenburg: Fr., 06. März

Treffpunkt: Rathaus Cloppenburg

Anmeldung: Katharina Benz

k.benz@cloppenburg.de

WIR
FEIERN
FRAUEN



angstfrei durch die Nacht!

Start: jeweils um 19:00 Uhr | Dauer: 2 Stunden | barrierearmer Weg |
Kosten: 5,00 €

Bei schlechtem Wetter finden die Nightwalks als Indoor-Workshop statt -
an den Treffpunkten vor Ort ändert sich nichts.
Dort enden auch die Nightwalks.
Es besteht die Möglichkeit zum Austausch (inkl. kleinem Snack).

Cappeln: Fr., 13. März
Treffpunkt: Grundschule Cappeln
Anmeldung: Lydia Meyer
gleichstellungsbeauftragte@cappeln.de

Saterland: Mi., 27. März
Treffpunkt: Rathaus Ramsloh
Anmeldung: Thea Kruse-Stratmann
gleichstellungsbeauftragte@saterland.de

Lastrup: Mi., 11. März
Treffpunkt: Rathaus Lastrup
Anmeldung: Sylvia Bäker
baeker@lastrup.de

Emstek: Fr., 20. März
Treffpunkt: Rathaus Emstek
Anmeldung: Anja Moormann
anja.moormann@emstek.de

WIR
FEIERN
FRAUEN



Basketball für Frauen

Wann? ab Mi., 11. Februar
20.00 bis 21:30 Uhr

Wo? Friesoythe, Sporthalle
Großer Kamp
Großer-Kamp-Ost 5

Wer? Frauen jeden Alters

Kosten? 18,00 €

Ein Angebot von:

Volkshochschule für den
Landkreis Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN 

Nur zum Spaß und in geselliger
Frauenrunde ein paar Körbe werfen
ist das Motto dieses Angebots.

Nach dem Aufwärmen wird in zwei
Mannschaften gegeneinander
gespielt. Ein Einstieg ist
jederzeit möglich.

Das Angebot läuft als Kurs über
insgesamt sechs Termine:
wöchentlich bis zum 18. März 2026.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig -
wer jedoch einen Basketball besitzt,
kann diesen gerne mitbringen.

Anmeldung & Information:

Elisabeth Schölzel | VHS Cloppenburg

04491 2999 790



friesoythe@vhs-cloppenburg.de



vhs_cloppenburg



Bitte angeben: Kursnummer AF 7204

Der KreisLandFrauenverband Cloppenburg lädt zu Kino, Gemeinschaft & Lachen ein!

Alle Frauen sind willkommen, die sich inspirieren lassen und den Abend in guter Gesellschaft und bei einem tollen Film genießen möchten.

In dem Film „Die progressiven Nostalgiker“ geht es mit viel Humor um ein Ehepaar, einen verrückten Zeitsprung aus den 1950ern ins Jahr 2025 und die gesellschaftlichen Veränderungen der letzten Jahrzehnte. Das wird ein schöner Abend mit viel guter Laune!

Anmeldung & Information:

Doris Wieghaus | Kreisvorsitzende



0160 941 786 02



klfv.clp@web.de



kreislandfrauen_clp

Für die
Kinosaal-Planung
ist eine
Anmeldung
unbedingt
erforderlich!

Kinoabend „Die progressiven Nostalgiker“

Wann? Fr., 13. Februar
18:00 / 19.00 Uhr
(Einlass / Filmstart)

Wo? Cloppenburg
CineCenterCLP
Osterstraße 38

Wer? Frauen ab 20 Jahren

Kosten? 8,00 €

Ein Angebot von:

KreisLandFrauenverband
Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN



English at coffee time

Wann? Mi., 25. Februar
15:00 bis 16:30 Uhr

Wo? Cloppenburg
VHS Cloppenburg
Altes Stadttor 16

Wer? Frauen ab 18 Jahre

Kosten? 9,00 €

Ein Angebot von:

Volkshochschule für den
Landkreis Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN 

Englisch sprechen in entspannter
Runde bei Kaffee, Tee (natürlich!)
und Keksen.

Motto: Talk, listen or just
enjoy being there!
Don't worry your English doesn't
need to be perfect!

Dieses Angebot kann auch als Start
für weitere Termine, die wöchentlich
folgen, genutzt werden.

Anmeldung & Information:

Christiane Johannes
VHS Cloppenburg

04471 94 69-90



johannes@vhs-cloppenburg.de



vhs_cloppenburg



Bitte angeben: Kursnummer AF 4447Z

Gereiztheit, Vergesslichkeit, Blähbauch - viele Frauen über 40 kennen diese ersten Signale der Wechseljahre. In dem Vortrag lädt die Referentin Daniela Meckies ein, gemeinsam die Welt der Wechseljahre zu erkunden und mehr über die verschiedenen Phasen mit den Veränderungen im Körper zu erfahren. Mit einem Fokus auf die Anpassung des Lebensstils und Stoffwechselfoptimierung werden natürliche Wege aufgezeigt, wie diese besondere Zeit mit Vitalität und voller Energie gemeistert werden kann.

Anmeldung & Information:

Julia Grever | VHS Cloppenburg



04471 94 69-20



grever@vhs-cloppenburg.de



vhs_cloppenburg

Bitte angeben: Kursnummer AF 2011

Zeit des Wandels: Energievoll & gelassen durch die Wechseljahre

Wann? Do., 26. Februar
19:00 Uhr

Wo? Cloppenburg
VHS Cloppenburg
Altes Stadttor 16

Wer? Frauen ab 40 Jahre

Kosten? 10,00 €

Ein Angebot von:

Volkshochschule für den
Landkreis Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN



Zeit für mich - Frauengesundheitstag

Wann? Di., 03. März
09:00 bis 12:30 Uhr

Wo? Emstek
Forum Emstek
Halener Straße 9

Wer? Frauen 60plus

Kosten? keine

Ein Angebot von:

Forum Emstek in Kooperation
mit den ESF-Plus geförderten
Projekten CURT und Life 60+
(Bildungswerk Cloppenburg-
Garrel)

WIR
FEIERN
FRAUEN



Ein entspannter Vormittag
für Frauen ab 60

Nach einem kurzen Empfang
können sich die Teilnehmerinnen
auf alltagstaugliche Informationen
rund um die Themen Gesundheit
und Wohlbefinden freuen.

Eine Einheit mit sanften
Bewegungsübungen lädt zum
Mitmachen ein.

Bei Getränken und kleinen Snacks
ist Zeit für Begegnungen
in gemütlicher Atmosphäre.

Anmeldung & Information:

Forum Emstek

04473 94 84 50



forum@emstek.de



forum_emstek
bildungswerkcloppenburggarrel



Ausstellung und Themenwoche der „Initiative Prävention“ der Stadt Cloppenburg.

Die Ausstellung „Herzschlag - wenn aus Liebe Gewalt wird“ des Landeskriminalamts Niedersachsen, thematisiert Häusliche Gewalt & Partnerschaftsgewalt und kann während der Öffnungszeiten des Rathauses besucht werden. Ergänzend dazu veranstaltet die „Initiative Prävention“ Fachvorträge und weitere begleitende Veranstaltungen.

Das ausführliche Programm wird auf der Internetseite der Stadt Cloppenburg veröffentlicht.

Anmeldung & Information:

Daniela Hölscher | Initiative Prävention



04471 185-338



d.hoelscher@cloppenburg.de



www.cloppenburg.de

Herzschlag - wenn aus Liebe Gewalt wird

Wann? Di., 03. März
bis Fr., 13. März
während der
Öffnungszeiten des
Rathauses

Wo? Cloppenburg
Rathaus
Sevelter Straße 8

Wer? Alle (insbesondere
Jugendliche ab der 9. Klasse)

Kosten? keine

Ein Angebot von:
Initiative Prävention
der Stadt Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN



Körper. Grenzen. Gefühle.

Wann? Do., 05. März
1.10:00 bis 10:45 Uhr
2.15:00 bis 15:45 Uhr
3.16:00 bis 16:45 Uhr

Wo? Cloppenburg
pro familia
Hagenstraße 3-5

Wer? 1.Mütter
2.Frauen & FLINTA*
ab 18 Jahren
3.Mädchen zwischen
15-18 Jahren

Kosten? keine

Ein Angebot von:
pro familia Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN 

Eine Überschrift, drei Perspektiven,
drei Kurz-Workshops in
geschützter Atmosphäre:

1. „Ich bin es mir wert:
meine Gefühle und Bedürfnisse“:
Vermittelt Müttern Techniken für eine
bessere Selbst- und Gefühlswahrneh-
mung sowie zur Selbstbehauptung.
2. „Grenzen setzen - Grenzen leben“:
Hier dürfen Frauen sich fragen,
was ihre persönlichen Grenzen in
Beziehungen sind und sie lernen, wie
sie sich selbst stark machen können.
3. „Body Positivity - mehr als nur ein
Hashtag“: Vermittelt Mädchen Kompe-
tenzen, sich wohlwollend mit ihrem
Körperbild auseinanderzusetzen und
sich frei von Vergleichen zu machen.

Anmeldung & Information:

Dijana Mahmutovic | pro familia CLP

04471 70 160 16



cloppenburg@profamilia.de



profamilia.de/cloppenburg



Dieses Angebot richtet sich an werdende Eltern und Familien mit Kindern von 0-3 Jahren.

Sie haben die Möglichkeit in kinderfreundlicher und gemütlicher Atmosphäre andere Eltern kennen zu lernen, sich austauschen, Tipps und Infos rund um die Schwangerschaft und den Lebensalltag mit Kindern zu bekommen.

Für einen guten Start in das Leben mit Kind(ern).

Anmeldung bis zum 27.Februar:

Andrea Thiering-Moormann | SkF



04471 958 28 90



thiering@skf-cloppenburg.de



skf.cloppenburg
bildungswerkfriesoythe

Startpunktcafé für werdende Eltern

Wann? Do., 05. März
15:00 bis 17:00 Uhr

Wo? Friesoythe
Kath. Bildungswerk
Kirchstraße 9

Wer? werdende Eltern &
Familien mit Kindern
bis zum 3. Lebensjahr

Kosten? auf Spendenbasis

Ein Angebot von:

Sozialdienst katholischer
Frauen (SkF) Cloppenburg e.V.
& Katholisches Bildungswerk
Friesoythe e.V.

WIR
FEIERN
FRAUEN



Job-Comeback - Jetzt bin ich dran!

Wann? Fr., 06. März
09:00 bis 11:30 Uhr

Wo? Cloppenburg
Kreishaus CLP
Eschstraße 29

Wer? Frauen, die den
Neustart ins Erwerbs-
leben planen

Kosten? Übernimmt die
Koordinierungsstelle

Ein Angebot von:

Koordinierungsstelle Frauen &
Wirtschaft im OM & Agentur
für Arbeit

WIR
FEIERN
FRAUEN



Frauen, die aufgrund von Kindererziehungszeiten, Pflegezeiten von Angehörigen oder aus anderen Gründen eine berufliche Auszeit genommen haben und den Neustart in das Arbeitsleben planen, können sich an dem Vormittag informieren über den aktuellen Arbeitsmarkt, berufliche Perspektiven, Weiterbildung, Vereinbarkeitsfragen, Förder- und Unterstützungsmöglichkeiten.

Orientierungshilfe bieten
an dem Vormittag:
Renate Hitz,
Stefanie Rolfes-Gröninger
und Claudia Engelmann

Anmeldung & Information:

Renate Hitz | Koordinierungsstelle

04471 15-383



hitz@koordinierungsstelleom.de



koordinierungsstelleom.de



Ein Kabarettabend mit Daniela Michel.

Welche Frau kennt es nicht? Den Kampf allem gerecht zu werden, den eigenen Bedürfnissen, den gesellschaftlichen Erwartungen, der Karriere, Beziehungen oder eben nicht Beziehungen.

Und dann gibt es noch die eine Tante, die einem unter die Nase reibt, den Ansprüchen mal wieder doch nicht gerecht zu werden.

Da hilft oft nur Humor. Den bringt Daniela Michel auf die Bühne, begleitet von eingängigen Songs. Ein spritzig-witziger Abend.

Vorverkauf (schnell sein, lohnt sich!):



kulturscheunelastrup.de

Information:

Katharina Kaiser | Gemeinde Lastrup



kkaiser@lastrup.de

Verena Lampe | Gemeinde Lastrup



vlampe@lastrup.de



[gemeindelastrup](https://www.instagram.com/gemeindelastrup)
[kulturscheunelastrup](https://www.instagram.com/kulturscheunelastrup)

Männer und andere (Katas)Strophen im Leben einer Frau

Wann?

Fr., 06. März
19:30 Uhr

Wo?

Lastrup
Kulturscheune
Vlämische Straße 38

Wer?

Frauen allen Alters,
Männer willkommen

Kosten?

12,00 €
(mit Ehrenamts-card 6,00 €)

Ein Angebot von:

Gemeinde Lastrup,
Gleichstellungsbeauftragte
& Kulturscheune Lastrup

WIR
FEIERN
FRAUEN



Wenn Glauben wie Fahrradfahren ist

Wann? Sa., 07. März
09:00 bis 12:00 Uhr

Wo? Bösel
Begegnungszentrum
Am Kirchplatz 28

Wer? Frauen ab 18 Jahre

Kosten? 12,00 €

Ein Angebot von:

Kolpingwerk
Landesverband Oldenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN



Religiöser Vormittag mit Frühstück,
Gesprächen und Ermutigungen für
den eigenen Glauben.

Die Wochen vor Ostern laden ein, die
Herausforderungen unserer Zeit für
das Leben des christlichen Glaubens
in den Blick zu nehmen.

Im Fokus dieses Vormittags steht die
erfrischende Spiritualität von
Madeleine Delbrél und die
Gemeinschaft mit anderen Frauen.

Gestaltet wird der Vormittag von
Sr. Bärbel Sabel und geleitet
von Gaby Kuipers.

Alle Frauen, auch Nichtmitglieder,
sind herzlich willkommen.

Anmeldung & Information:

Andreas Bröring | Kolpingwerk

04441 872-273



info@kolping-land-oldenburg.de



www.kolping-land-oldenburg.de



Im Bildungswerk Cloppenburg erwartet die Teilnehmerinnen im Rahmen des DOria-Projektes ein bunter, unterhaltsamer und wertschätzender Nachmittag.

Es wird eine Kleiderbörse organisiert und eine Schönheitsecke aufgebaut. Verschiedene Beratungsangebote informieren und weitere Aktivitäten werden organisiert.

Natürlich wird für das leibliche Wohl gesorgt.

Besonderes Highlight: Das musikalische Rahmenprogramm.

Anmeldung & Information:

Beatrix Szabados | Bildungswerk CLP



04471 91 08-24



doria@bildungswerk-clp.de



www.bildungswerk-clp.de

Frauen. Leben. Zukunft

Wann? Sa., 07. März
13:00 bis 17:00 Uhr

Wo? Cloppenburg
Bildungswerk
Cloppenburg-Garrel eV.
Graf-Stauffenberg-Str- 1-5

Wer? Mädchen & Frauen
ab 16 Jahren

Kosten? 2,00 €

Ein Angebot von:

Projekt DOria im
Bildungswerk
Cloppenburg-Garrel e.V.

WIR
FEIERN
FRAUEN



WIR GRATULIEREN!

Die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft im Oldenburger Münsterland feiert in diesem Jahr ihren 35. Geburtstag!

Zu diesem Anlass verlost die „Kostelle“ in WIR FEIERN FRAUEN einen Gutschein für einen Kurs beim Bildungswerk Cloppenburg-Garrel e.V.:

SELBSTVERTEIDIGUNG - FRAUEN STARK IM ALLTAG

Start: Mi., 09.09. | Ende: Mi., 30.09. | vier Termine | 18:30 bis 20:00 Uhr
Bildungswerk Cloppenburg-Garrel e.V., Graf-Stauffenberg-Straße 3-5

Wie Sie an der Verlosung teilnehmen können?

Ganz einfach: Besuchen Sie eine der hier vorgestellten Veranstaltungen, Kurse, Angebote, Ausstellungen und machen Sie dabei ein Selfie von sich.

Schicken Sie dieses Foto bis zum 31. März entweder als Mail an:

hitz@koordinierungsstelleom.de

oder als persönliche Instagram-Nachricht an **@macht.chancen.gleich** (dem Profil der Gleichstellungsarbeit im Oldenburger Münsterland).

Anfang April losen wir die Gewinnerin aus. Die Benachrichtigung erfolgt dann umgehend. WIR WÜNSCHEN VIEL GLÜCK!

... dann sind gute Musik, nette
Gespräche und viel Spaß garantiert.

Zu Gast sind die
DJane Vera Middendorf
aus Papenburg
und die Poetry Slammerinnen
Janina Mau und
Lippi Punkstrumpf aus Bremen.

Das Organisationsteam sorgt für
gute Stimmung und kalte Getränke
(alkoholfrei!) und die Rote Schule
bietet einen tollen Rahmen für diese
erste Young-Females-Party
in Cloppenburg.

Information & Anmeldung:

Marén Feldhaus | Landkreis CLP



04471 15-171



m.feldhaus@lkclp.de



macht.chancen.gleich

Wenn Frauen feiern... Party zum Frauentag

Wann? Sa., 07. März
18:30 bis 22:30 Uhr

Wo? Cloppenburg
Rote Schule
Eschstraße 33

Wer? Frauen zwischen
25 & 45 Jahre

Kosten? 5,00 € (plus Getränke)

Ein Angebot von:

Gleichstellungsbeauftragte
der Städte Cloppenburg und
Friesoythe sowie des
Landkreises Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN



Für Frauen ist das (k)ein Problem

- Wann? Sa., 07. März
19:30 Uhr
- Wo? Emstek
Kath. Bücherei
& Pfarrheim
St. Margaretha
Anton-Wempe-Straße 3
- Wer? Frauen ab 18 Jahre
- Kosten? auf Spendenbasis
für den SkF Cloppenburg

Ein Angebot von:

Katholische Bücherei
St. Margaretha Emstek

Sechs Frauen, sechs Stimmen - ein besonderer Abend.
Das Vokalensemble HEARTCHOR, das sind sechs Sängerinnen aus dem Landkreis Cloppenburg, präsentiert ein abwechslungsreiches Programm voller Musik, Geschichten und Emotionen.
Die Sängerinnen verbindet mehr als die Musik: Kennengelernt haben sie sich vor vielen Jahren über die Kinder. Ihre gemeinsame Liebe zur Musik führte sie später zusammen - und daraus entstand HEARTCHOR.
Die einzigartige Harmonie der sechs Stimmen und ihre mitreißende Präsenz machen diesen Abend zu einem besonderen Erlebnis.

Information & Kartenvorverkauf:

Verena Tegeler | KÖB Emstek

04473 92 69 15



buecherei@kath-kirche-emstek.de



[buecherei_emstek](https://www.instagram.com/buecherei_emstek)



WIR
FEIERN
FRAUEN



Ein Kabarettabend mit Birgit Süß aus Würzburg, die sich wortreich durch den Unsinn des Lebens buddelt:

In der Lebenshälfte angelangt, in der man zunehmend älter wird und man von grauen Haaren an ganz unvermuteten Körperstellen überrascht wird, kommt sie aus dem Staunen nicht mehr heraus.

Das „Graue vom Himmel“ - hier als Frauentagsspezial zwischen Menopause, Gendern gegen Herzinfarkt und Dating-Wahnsinn.

Achja, gesungen wird auch!
Auf schwäbisch. Das kann nur gut werden.

Vorverkauf (über die VHS CLP):

anmeldung@vhs-cloppenburg.de

Information:

Marén Feldhaus | Landkreis CLP



04471 15-171



m.feldhaus@lkclp.de



[macht.chancen.gleich](https://www.instagram.com/macht.chancen.gleich)

Das Graue vom Himmel & Frauentag spezial

Wann? So., 08. März
17.30 / 18.30 Uhr
Sektempfang / Vorstellung

Wo? Cloppenburg
Kulturbahnhof
Bahnhofstraße 82

Wer? Frauen ab 18 Jahre

Kosten? 18,00 €
ermäßigt 13,00 €

Ein Angebot von:

Gleichstellungsbeauftragte
des Landkreis Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN



Gemeinsam stark - für Menschlichkeit & Gleichstellung

Wann? ab dem 08. März

Wo? verschiedene Orte &
Geschäfte in der
Cloppenburg
Innenstadt

Wer? Alle

Kosten? keine

Ein Angebot von:

DRK Kreisverband
Cloppenburg

Die Portraitreihe zeigt starke Tandems aus dem DRK Kreisverband Cloppenburg und macht Frauen und deren wertvolles Engagement sichtbar. Ob gemeinsam mit anderen Frauen oder Männern, als Haupt- oder Ehrenamtliche, sie sind alle wichtige Säulen in unserem Landkreis und in vielfältigen Aufgabenfeldern tätig.

Neben den Portraits informieren weitere Materialien über die verschiedenen Engagements.

Halten Sie die Augen offen und entdecken Sie die Portraits im März 2026 in der Cloppenburg Innenstadt.

Information & Kontakt:

Frau Tabeling | DRK Kreisverband

04471 91 10-220 

Frau Wehkamp | DRK Kreisverband

04471 91 10-43 

Frau Kühn | DRK Kreisverband

04471 91 10-45 

drk_cloppenburg



WIR
FEIERN
FRAUEN



Das Mehrgenerationenhaus bietet einen besonderen Verwöhnabend.

Rund um Geselliges, Informatives, Kreatives, Kulinarisches - einfach Gutes für Leib und Seele.

Freuen Sie sich auf einen richtig schönen und bunten Abend. Am besten bringen Sie eine Freundin mit.

Anmeldung bis zum 04. März:

Ilona Röpke-Jansen | MGH CLP



04471 702 935



mehrgenerationenhaus@skf-cloppenburg.de



www.mehrgenerationenhaus-clp.de

Frühlingserwachen - wenn die Seele wieder bunt denkt

Wann? Mi., 11. März
18.30 Uhr

Wo? Cloppenburg
Mehrgenerationenhaus
Löninger Straße 4

Wer? Frauen ab 18 Jahre

Kosten? 20,00 €

Ein Angebot von:
Mehrgenerationenhaus
Cloppenburg

WIR
FEIERN
FRAUEN



Lady-Night-Shopping

Wann? Do., 12. März
17:00 bis 20:00 Uhr

Wo? Cloppenburg
SkF Laden
Antoniusplatz 5

Wer? Frauen aller
Altersgruppen

Kosten? auf Spendenbasis

Ein Angebot von:

Sozialdienst katholischer
Frauen (SkF) Cloppenburg e.V.

WIR
FEIERN
FRAUEN 

Ganz entspannt stöbern,
anprobieren, auswählen,
anschauen - außerhalb
der gewohnten Öffnungszeiten
und in entspannter Atmosphäre.

Das Team des SkF-Ladens bietet
dabei nicht nur kompetente
Beratung, sondern außerdem
kleine Snacks und Getränke an.

Am besten bringen Sie zu
diesem Shopping-Erlebnis
auch die besten Freundinnen
mit. Das macht doppelt Freude!

Anmeldung & Information:

Andrea Koopmann | SkF Laden

04471 95 82 89-0



beratungsstelle@skf-cloppenburg.de



[skf.cloppenburg](https://www.skf-cloppenburg.de)



Gleichstellung im Rampenlicht -
Dein Wissen zählt!

Beim Kneipenquiz geht es um
schnelles Wissen und manchmal auch
um eine gute Intuition.

Wissen über historische Meilensteine,
aktuelle Entwicklungen und inspirie-
rende Persönlichkeiten, die sich für
Gleichstellung einsetz(t)en.

Es kann sich alleine oder als
Team mit bis zu sechs Personen
angemeldet werden. So wird Wissen
erweitert, gemeinsam diskutiert und
der Spaß kommt auch nicht zu kurz.
Außerdem locken Preise
und Gewinne!

Anmeldung (über die VHS CLP):

anmeldung@vhs-cloppenburg.de

Information:

Katharina Benz | Stadt Cloppenburg



04471 185-531



k.benz@cloppenburg.de



[echt.cloppenburg
vhs_cloppenburg](https://www.instagram.com/echt.cloppenburg_vhs_cloppenburg)

Kneipen-Quiz Gleichstellung

Wann?

Do., 12. März
19:30 Uhr

Wo?

Cloppenburg
Bernay's
Mühlenstraße 20

Wer?

Alle

Kosten?

keine
(ausgenommen sind
die Kosten für verzehrte
Speisen & Getränke)

Ein Angebot von:

Gleichstellungsbeauftragte
der Stadt Cloppenburg, VHS
für den Landkreis Cloppenburg
& Bernay's

WIR
FEIERN
FRAUEN



Matinee: Sarah Zöllner „Mütter in die Politik“

Wann? So., 15. März
11:00 Uhr

Wo? Cloppenburg
VHS Cloppenburg
Altes Stadttor 16

Wer? Frauen & Mütter

Kosten? 10,00 €
(inkl. Getränke & Snacks)

Ein Angebot von:

kfd Landesverband Oldenburg,
Gleichstellungsbeauftragte
der Landkreise CLP & VEC
& Volkshochschule für den
Landkreis Cloppenburg

In dieser Mittagsstunde hören wir Sarah Zöllner aus ihrem Buch lesen und kommen ebenso mit ihr ins Gespräch. Über die Themen Vereinbarkeit, Gleichstellung und politisches Engagement von Frauen und Müttern.

Mit im Buch-Gepäck: Interessante Beispiele von auf verschiedenen Ebenen politisch engagierten Frauen und Müttern. Aus diesen Erfahrungen und spannenden Analysen ergeben sich interessante Einblicke, die Lust auf politische Mitgestaltung machen.

Anmeldung (über die VHS CLP):

anmeldung@vhs-cloppenburg.de

Information:

Frederike Bischoff | kfd Oldenburg

04441 872 213



frederike.bischoff@bmo-vechta.de



www.kfd-lv-oldenburg.de



WIR
FEIERN
FRAUEN



Selbst ist die Frau - das gilt auch oder gerade für die Altersvorsorge. Schließlich bringen eigene Beiträge in der gesetzlichen Rentenversicherung die meisten Punkte für die spätere Rente.

Aber wie wirken sich Ausbildung, Kindererziehung und Teilzeitjobs im Alter aus?

Wann besteht überhaupt ein Anspruch auf eine Rente?

Mit diesen Fragen beschäftigt sich der Vortrag zum Thema „Frauen und Rente“.

Die Referentin Birgit Gehrke gibt Antworten.

Anmeldung:



bildungswerk-friesoythe.de

Information & Kontakt:



04491 93 30 0



verwaltung@bildungswerk-friesoythe.de



[bildungswerkfriesoythe](https://www.instagram.com/bildungswerkfriesoythe)

Frauen und Rente

Wann?

Mi., 18. März
19:00 Uhr

Wo?

Friesoythe
Kath. Bildungswerk
Kirchstraße 9

Wer?

Frauen ab 18 Jahren

Kosten?

8,00 €

Ein Angebot von:

Katholisches Bildungswerk
Friesoythe e.V.

WIR
FEIERN
FRAUEN



Im Gespräch mit ... Cloppenburg Ratsfrauen

Wann? Do., 19. März
18:30 Uhr

Wo? Cloppenburg
Rathaus Cloppenburg
Sevelter Straße 8

Wer? Mädchen & Frauen
ab 16 Jahre

Kosten? keine

Ein Angebot von:

Stadt Cloppenburg
Gleichstellungsbeauftragte
& Ratsfrauen des
Stadtrates Cloppenburg

Die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Cloppenburg lädt in Kooperation mit Ratsfrauen des Stadtrates interessierte Frauen zu einem offenen und persönlichen Austausch ein

Sie berichten von ihrem Weg in den Stadtrat, geben Einblicke in ihren politischen Alltag und sprechen über Zeitaufwand, Herausforderungen und Erfahrungen rund um die Ratsarbeit - die Basis unserer Demokratie.

Wer neugierig ist, wie kommunalpolitisches Engagement wirklich aussieht und Lust hat unverbindlich hinein zu schnuppern, ist herzlich eingeladen dabei zu sein.

Anmeldung & Information:

Katharina Benz | Stadt Cloppenburg

04471 185-531



k.benz@cloppenburg.de



echt.cloppenburg



WIR
FEIERN
FRAUEN



Kabarett mit Tina Teubner - gerne gesehen im Landkreis Cloppenburg!

In ihrem Programm „Wenn Du mich verlässt, komm ich mit“ sucht Tina Teubner nach neuen Herausforderungen und scheucht dabei die Zuschauerinnen mit rasiermesser-scharfer Intelligenz, unwiderstehlichem Humor und Herzenswärme auf.

Doch, so wird versprochen: Zwei Stunden Tina Teubner sind so schön wie die erste Liebe und so wirksam wie zwei Jahre Couch.

Mit dabei: Ben Süverkrüp am Klavier

Vorverkauf:

verwaltung@bildungswerk-friesoythe.de

Information:

Sandra kl. Stüve | Stadt Friesoythe



04491 9293-95



kleine-stueve@friesoythe.de



[stadt.friesoythe](https://www.stadt.friesoythe.de)
[bildungswerkfriesoythe](https://www.bildungswerkfriesoythe.de)

Wenn Du mich verlässt, komme ich mit!

Wann? Fr., 20. März
20:00 Uhr

Wo? Friesoythe
Forum am Hansaplatz
Hansaplatz 11

Wer? Alle

Kosten? VVK 25,00 €
ermäßigt: 20,00 €
(Abendkasse: 27,00 € / 22,00 €)

Ein Angebot von:

Stadt Friesoythe,
Gleichstellungsbeauftragte
& Katholisches Bildungswerk
Friesoythe e.V.

WIR
FEIERN
FRAUEN



Schön & Stark - ein Nachmittag für Mädchen

Wann? Mo., 23. März
15:00 bis 18:00 Uhr

Wo? Cloppenburg
Mehrgenerationenhaus
Löniger Straße 4

Wer? Mädchen zwischen
9 und 12 Jahren

Kosten? 5,00 €

Ein Angebot von:

Mehrgenerationenhaus
Cloppenburg

Was ist eigentlich schön?
Und was heißt stark sein?

Schön sein ist viel mehr als gutes
Aussehen - das könnt Ihr an dem
Nachmittag gemeinsam entdecken.

Darum geht es: Schaut darauf, was
Euch stark macht und Euch
gut fühlen lässt.

Wir reflektieren Schönheitsvorstellun-
gen, erleben Gemeinschaft,
lernen mit schwierigen Gefühlen
umzugehen – in einem besonderen
Rahmen: kreativ, spielerisch,
wertschätzend und geschützt.

Anmeldung bis zum 17. März:

Ilona Röpke-Jansen | MGH CLP

04471 702 935



mehrgenerationenhaus@skf-cloppenburg.de



www.mehrgenerationenhaus-clp.de



WIR
FEIERN
FRAUEN



WIR FEIERN FRAUEN mit diesen Organisationen.

Vielen Dank für die vielfältigen Beiträge!



DRK-Kreisverband
Cloppenburg e.V.



WIR FEIERN FRAUEN



WIR
FEIERN
FRAUEN
digital



Sie möchten als Organisation mit einer Veranstaltung dabei sein?
Digital und bei [macht.chancen.gleich](https://www.macht.chancen.gleich.de) auf Instagram ist dies bereits in
dieser Ausgabe möglich - ebenso für die Printausgabe von
WIR FEIERN FRAUEN 2027. Melden Sie sich gerne bei uns.

Landkreis Cloppenburg
Gleichstellungsbeauftragte
Marén Feldhaus
m.feldhaus@lkclp.de
04471 15-171



LANDKREIS
CLOPPENBURG
WIRISTHIER.

Stadt Cloppenburg
Gleichstellungsbeauftragte
Katharina Benz
k.benz@cloppenburg.de
04471 185-531



STADT
CLOPPENBURG

Stadt Friesoythe
Gleichstellungsbeauftragte
Sandra kl. Stüve
kleine.stueve@friesoythe.de
04491 92 93-95



Friesoythe verbindet