

FRAUENTAG

SAMTGEMEINDE BERSENBRÜCK

VERANSTALTUNGEN
MÄRZ 2026



VON FRAUEN FÜR FRAUEN...



Samtgemeinde
Bersenbrück

VERANSTALTUNGEN

6. März - Tauschbar	S. 3
8. März - Sonntags-Brunch	S. 4
8. März - Zeitlos	S. 5
8. März - Pilates meets Mamafit	S. 6
14. März - Schritt für Schritt	S. 7
16. März - Hormonbalance	S. 8
17. März - Frauen treffen Frauen	S. 9
19. März - Auf der Walz	S. 10

sonst noch...

Büchertische	S. 11
---------------------------	-------

nice to know...

Frauentag?!?	S. 12
---------------------------	-------

Klausel und Kontakt.....	S. 13
--------------------------	-------



VON FRAUEN FÜR FRAUEN...

MÄDELSABEND VOR FRAUENTAG

TAUSCH BAR

1. RAUM „TAUSCHBÖRSE“

Eintritt

max. 8 sauber/gut erhaltene Klamotten sind dein Ticket in die Tauschbörse. Du kannst dir dafür andere/interessante Teile mitnehmen.

2. RAUM „COCKTAILBAR“

Eintritt

FREI...für alle Mädels und Frauen, die sich bei netter Musik und kühlen Getränken einen gemütlichen Abend verdient haben.

„KulturEtage“

Haus Mia • Ankum

Sei dabei

Fragen zur Börse oder
Platzreservierung in der Cocktailbar:



06. MÄRZ

26

19.00 - 22.00

Einlass



Kolping

0163-3847269
r.ruchay@kolping-ankum.de

 Link

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...



Samtgemeinde
Bersenbrück

FRAUENTAG

SONNTAGS-BRUNCH

8. MÄRZ 2026

BÜRGERTREFF BERSENBRÜCK
10:00 - CA. 13:00 UHR

Lasst uns Frauen feiern!

Mit gutem Frühstück, tollen Gesprächen und Zeit füreinander laden wir herzlich zum gemeinsamen Brunch am Weltfrauentag ein.

Kostenfrei - bitte mit Anmeldung bis zum 05.03.2026!

Gleichstellung:

Maike Korfage

korfage@bersenbrueck.de

Tel. 05439 962 161

Gemeinwesen:

Sonja Wesselkamp

s.wesselkamp@bersenbrueck.de

Tel.: 05439 962 159



StoP Stadtteile ohne
Partnergewalt

www.stopp-partnergewalt.org



Samtgemeinde
Bersenbrück

 Link

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...



Samtgemeinde
Bersenbrück

**08
MÄRZ**

Feiere mit uns den **Weltfrauentag**

Genieße unsere Special-Drinks
geöffnet von 13-18 Uhr



Pink Cappuccino

4€



Strawberry Dream

8€

Pro Getränk spenden wir 1 Euro an das Frauen- und
Kinderschutzhhaus Bersenbrück.

Komm vorbei, genieße, und setz ein Zeichen für Frauen!



 **Link**

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...

 **Samtgemeinde
Bersenbrück**

PLIATES MEETS

MAMAFIT



**Internationaler Frauentag - 8. März
Ankum Kulturetage 10 - 11 Uhr**

**Caroline Nieberg- superMAMAFitness
Kostenloses Angebot - Anmeldung jedoch nur
durch Teilnahme am Gewinnspiel (LINK INSTAGRAM)**

 **Link**

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...



**Samtgemeinde
Bersenbrück**



KreisLandFrauen Bersenbrück

Viele Vereine - Ein gemeinsamer Weg!



Auf dem
Bersenbrücker Landweg

LandFrauen SCHRITT FÜR SCHRITT

Mach mit!

#März - LandFrauenverein BSB-Ankum:
Wann: Sa. 14.03.2026 | 09:30 Uhr
Treffpunkt: St. Vincentius | Markt BSB
Zielpunkt: Landkiek Gehrde | Meybeswall 1
Wanderstrecke: 5 Km



Weitere Termine auf:
www.kreislandfrauen-bersenbrueck.de

Die neun Ortsvereine der KreisLandFrauen laden ein:

„Kommt mit auf kleine, monatliche
Wandertouren in unsere
schöne Region!“



- Ohne Anmeldung
- Jede kann überall dabei sein
- Feste Schuhe & passende Kleidung
- Getränke & Verpflegung selbst mitbringen
- Termine auf der Flyer-Rückseite

 Link

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...



Samtgemeinde
Bersenbrück



Hormonbalance & Ernährung



Was kann ich durch meine Ernährung für
mein hormonelles Gleichgewicht tun?

Wann ? : 16. März. 2026 um 18:30Uhr

Wo? : Haus MIA Tagespflege
Kolpingstraße 9
49577 Ankum

**Die Kosten betragen
5 € pro Person.**

(Bitte am Tag der Veranstaltung
mitbringen.)



**Melde dich gerne bei mir
an!**

Ich bin Jana Lücken...

- Zertifizierte Ernährungsberaterin
- Physiotherapeutin

 01631318426

 jana@lueken-ernaehrungsberatung.de

Die Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich, da
die Plätze begrenzt sind!

 Link

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...



ZEIT FÜR UNS – FRAUEN TREFFEN FRAUEN

Du hast Lust neue Kontakte zu knüpfen, inspirierende Gespräche zu führen und vielleicht sogar neue Freundschaften zu schließen? Dann komm vorbei!

Bei unserem Treffen „Zeit für uns“ steht der ungezwungene Austausch im Vordergrund. Lerne andere Frauen kennen, genieße eine entspannte Atmosphäre und verbringe eine schöne Zeit in guter Gesellschaft. Egal ob zugezogen oder schon lange hier, wir freuen uns auf dich!

Dorftreff Ankum – Haus Kirchburg
Am 17. März, ab 19.15 Uhr

 **Link**

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...

Johanna Röh
Tischlermeisterin
aus Alfhausen



Do., 19. März 26; 19:00 Uhr
Peperoni by Onkel Otto Ankum

Kosten: 12 Euro (incl. Imbiss)
zzgl. Getränke

Anmeldungen:
info@kreislandfrauen-bersenbrueck.de
Tel.: +49 173 4597647 Helga Bruns



„Einfach nur reisen – das war ihr zu wenig.“
Ihre Stationen führten sie durch Europa,
Kanada, Neuseeland und Japan.

In ihrem Vortrag berichtet die Tischlermeisterin
und Restauratorin von einem Leben in der Kluft,
von uralten Regeln, die bis heute gelten, von
offenen Türen, überraschenden Begegnungen –
und von der inneren Reise,
die dabei unausweichlich ist.

Sie erzählt von der Schönheit des Handwerks,
von Vorurteilen gegenüber Frauen im Beruf,
vom Alleinsein und dem ständigen Neuanfang –
ganz ohne Smartphone, feste Unterkunft oder
finanzielle Sicherheit.

**Vor drei Jahren wurde sie Mutter.
Dabei stieß sie auf eine strukturelle Lücke:
Für Selbstständige gibt es keinen
gesetzlichen Mutterschutz.**

„Auf der Walz“

Und was ist mit
Mutterschutz
für Selbstständige?



www.kreislandfrauen-bersenbrueck.de

 Link

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...

 Samtgemeinde
Bersenbrück

BÜCHERTISCHE

Ab 9. März individuell gestaltete
Büchertische mit ausgesuchter Literatur
rund um das Thema Frau-sein.

BIBLIOTHEK IM MEDIENFORUM BSB

BUCHHANDLUNG MEYER,
LINDENSTRASSE BSB

BUCHHANDLUNG THALIA,
BRAMSCHER STRASSE BSB

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...



Samtgemeinde
Bersenbrück

FRAUENTAG?!?

Der Internationale Frauentag, geprägt von einer bewegten Geschichte, ist heute ein Symbol für den Kampf um Gleichberechtigung. Weltweit setzen sich Frauen für ihre Rechte ein.

Der Internationale Frauentag, anerkannt von den Vereinten Nationen, hat seine Ursprünge in der Arbeiterbewegung und wird jährlich gefeiert. Seine Geschichte reicht zurück bis ins Jahr 1908, als in New York 15.000 Frauen für bessere Arbeitsbedingungen und das Wahlrecht auf die Straße gingen. Im Jahr darauf rief die Sozialistische Partei Amerikas (SPA) den ersten Nationalen Frauentag ins Leben. Der Vorschlag für einen internationalen Feiertag kam 1910 von der deutschen Kommunistin Clara Zetkin auf der Internationalen Frauenkonferenz in Kopenhagen, wo 100 Frauen aus 17 Ländern einstimmig zustimmten.

Erstmals wurde der Internationale Frauentag 1911 in Österreich, Dänemark, Deutschland und der Schweiz gefeiert. 2011 markierte das hundertjährige Jubiläum. Die Vereinten Nationen begannen 1975 mit der offiziellen Feier dieses Tages und führten 1996 den Slogan „Celebrate the Past, Plan for the Future“ ein. Der Tag würdigt die Leistungen von Frauen in verschiedenen Bereichen und ist aufgrund seiner politischen Wurzeln auch Anlass für Streiks und Proteste gegen bestehende Ungleichheiten. Ursprünglich ohne festes Datum, wurde der 8. März nach einem Streik russischer Frauen im Ersten Weltkrieg gewählt, der zur Abdankung des Zaren führte und Frauen das Wahlrecht brachte. Dieser Streik fand nach dem julianischen Kalender am 23. Februar statt, was dem 8. März im gregorianischen Kalender entspricht.

Quelle: <https://www.kosmo.at/kampf-um-gleichheit-der-wahre-ursprung-des-frauentags/>

 Link

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...

 Samtgemeinde
Bersenbrück

Die Teilnahme an der Veranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr. Die Werbende (hier Gleichstellungsbeauftragte der Samtgemeinde Bersenbrück) übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden, die im Zusammenhang mit der Veranstaltung entstehen.

Für Inhalte und Angebote von Werbepartnern, Sponsoren oder Ausstellern übernimmt der Werbende keine Verantwortung. Etwaige Ansprüche sind direkt an den jeweiligen Anbieter zu richten.

Ansprechperson

Samtgemeinde Bersenbrück
Gleichstellungsbeauftragte
Maïke Korfage
Lindenstraße 2
49593 Bersenbrück
Tel.: 05439 962 161
Mail: korfage@bersenbrueck.de

VON FRAUEN FÜR FRAUEN...

BERSENBRÜCK, 16.02.2026