



**Kurse &
Workshops
uvm.**

Frauenbildungs  **wochen 2026**

Frauenbildungswochen 2026

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1	Frauenstreik 9. März: Filmabend	15
Reicht das Geld im Alter?	2	Pubquiz-Abend - Gleichberechtigung im Fokus	16
Innere Balance finden mit Progressiver Muskelentspannung	3	Deine Bewerbung im Check	18
Nährstoffe und Ernährung in den Wechseljahren	4	Aus den alten Mustern tanzen	19
Die Frau als Mensch	6	Fit und Vital in den Tag	20
Mit Kindern über Geld reden	7	Mehrsprachig aufwachsen	22
Souverän am Telefon	8	Effektive Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen	23
She moves - Event 2.0 Ladies Night	10	Finanzielle Unabhängigkeit - Heute und in Zukunft	24
Zwischen den Regalen: Impulse zum 8. März	11	Qigong und Tanz - Entdecke deine Lebendigkeit	26
Wie Frauen an der Börse investieren sollten	12	Kooperationspartnerinnen Impressum	
Frauenstreik 9. März: Treffpunkt Sie(h)da unterstützt Enough!	14		

Herzliche Einladung zu den Frauenbildungswochen 2026!

Bereits zum zweiten Mal haben sich im Landkreis Diepholz verschiedene Akteur*innen zusammengeschlossen, um rund um den Weltfrauentag am 8. März 2026 ein gemeinsames und vielfältiges Bildungsprogramm anzubieten.

Wir erleben politische Zeiten, in denen Gleichstellungsthemen zunehmend an den Rand gedrängt und feministische Perspektiven infrage gestellt, relativiert oder offen angegriffen werden. Errungenschaften, die lange als selbstverständlich galten, geraten unter Druck.

Gerade deshalb ist es wichtiger denn je, unser vielfältiges Angebot im Landkreis in den Mittelpunkt zu stellen und die zahlreichen lokalen Initiativen sichtbar zu machen.

Die Frauenbildungswochen schaffen einen geschützten Raum für Weiterentwicklung, die Entdeckung neuer Perspektiven und den Aufbau wertvoller Netzwerke. Auch deshalb richten sich viele Angebote explizit an FLINTA*.

FLINTA* ist ein Akronym und steht für Frauen, Lesben, intergeschlechtliche, nicht-binäre, trans und agender Personen. Der Begriff wird genutzt, um Menschen zu benennen, die aufgrund ihres Geschlechts oder ihrer Geschlechtsidentität patriarchale Diskriminierung erfahren. Das Sternchen (*) macht deutlich, dass auch weitere Geschlechtsidentitäten mitgemeint sind.

Reicht das Geld im Alter?

Wie Frauen heute für morgen vorsorgen

Die Höhe der Altersrente ist wesentlich abhängig vom Einkommen heute.

Doch wie hoch ist überhaupt der Bedarf im Alter und welche Leistungen umfassen die gesetzlichen Absicherungen?

Welchen Einfluss hätte ein höheres Gehalt heute auf die Zahlungen aus der Rentenversicherung? Ist das Rentenkonto geklärt? Und welche Angebote zur Vorsorge gibt es eigentlich auf dem Markt?

Iris Flentje, Sozioökonomische Beraterin der Landwirtschaftskammer Niedersachsen, setzt sich in ihrem Vortrag mit all diesen Fragen auseinander und zeigt Möglichkeiten auf, wie heute für das Alter vorgesorgt werden kann.

Do, 26.02.2026

19:30 Uhr

Iris Flentje

Gleichstellungsbüro der Gemeinde Weyhe

Rathaus der Gemeinde Weyhe, Rathausplatz 1, 28844 Weyhe

Kostenfrei

Anmeldeschluss: 20.02.26

Anmeldung unter: scheele@weyhe.de

Teilnahme: FLINTA*

Innere Balance finden mit Progressiver Muskelentspannung

Bewusstes Spüren von Anspannung für mehr Entspannung

Progressive Muskelentspannung (PME) ist eine angeleitete Entspannungsmethode durch gezielte An- und Entspannung einzelner Muskelgruppen. Durch PME wird die Körperwahrnehmung wirksam verbessert und stressbedingte Verspannungen (u. a. Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Nackenschmerzen, etc.) in Alltagssituationen können so frühzeitig erkannt und gelöst werden. Dieses körperliche Training kann bei regelmäßiger Durchführung Ihre Resilienz stärken und führt zu einem bewussterem Umgang mit sich selbst. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, großes Handtuch, dicke Socken.

Hinweise: Umkleidemöglichkeit vor Ort; barrierearmer Zugang

Di, 03.03.26 - 02.06.26

17:30 Uhr

Sabine Helm-Schmidt

VHS Diepholz

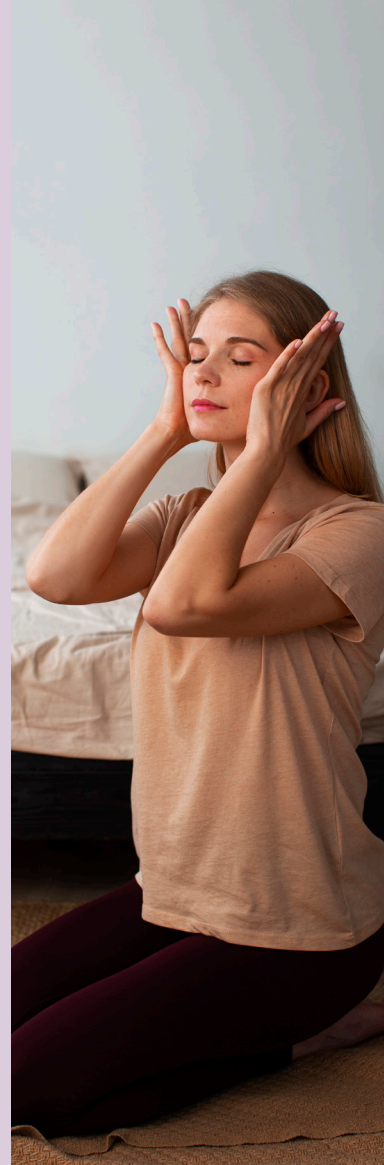
Gymnastikhalle, La-Chartre-Straße 9, 28857 Syke

Entgelt: 45,50 €, Kleingruppe: 57,50 €

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: 23301021

Teilnahme: Alle Geschlechter



Nährstoffe und Ernährung in den Wechseljahren

Beschwerden gezielt vorbeugen und lindern, um ganzheitlich gesund und fit zu bleiben!

Die Wechseljahre sind eine natürliche Phase im Leben einer Frau, die durch hormonelle Veränderungen gekennzeichnet ist. Während dieser Zeit erfahren Frauen eine Vielzahl von Beschwerden, die sowohl körperlich als auch emotional sehr belastend sein können. Wichtig ist, auf die emotionalen Bedürfnisse zu achten und sich bei Bedarf therapeutische Unterstützung zu holen. Aber auch eine gesunde Lebensweise, regelmäßige Bewegung und Entspannung können dazu beitragen, Beschwerden zu lindern und das eigene Wohlbefinden zu verbessern. Eine zentrale Rolle spielt dabei die Ernährung, denn der Körper hat nun ganz andere Herausforderungen zu meistern als vor der Menopause. Die Dozentin ist zertifizierte Fachberaterin für ganzheitliche Gesundheit und gibt in ihrem Vortrag Hilfestellungen und Tipps, die Wechseljahre besser zu meistern.

Mi, 04.03.2026

18:30 Uhr

Birgit Klingbeil

VHS Diepholz

Boschstraße 7, 28857 Syke

Entgeltfrei

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: S23305004

Teilnahme: FLINTA*



Die Frau als Mensch. Am Anfang der Geschichte.

Stolze Hüften aus Knochen, Stein, gebranntem Ton.

Wir nennen sie Göttinnen, doch wer oder was waren sie wirklich? In Büchern über die Steinzeit sehen wir vorrangig Männer beim Jagen, Feuerstein schlagen oder Höhlen bemalen. Die meisten Menschenbilder aber, die uns von Eiszeitmenschen selbst hinterlassen wurden, zeigen Frauen. Was waren das für Gesellschaften, die sie und ihr Geschlecht so zentral und ohne Scham darstellten? Nach Jahren der Recherche kehrt Ulli Lust zurück mit ihrem groß angelegten Sachcomic über die Anfänge der Kunst und die Bedeutung der Empathie für das Überleben unserer Spezies. Ulli Lust ist eine österreichische Comiczeichnerin und Illustratorin. Ihr Comic „Heute ist der letzte Tag vom Rest deines Lebens“ (avant-verlag) erhielt international viel Aufmerksamkeit und wurde mit dem Ignatz Award und dem Los Angeles Times Book Award ausgezeichnet.

Mi, 04.03.2026

19:30 Uhr

Ulli Lust

VHS Diepholz

Online

Entgeltfrei

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: S001000017

Teilnahme: Alle Geschlechter

Mit Kindern über Geld reden

In Kooperation mit Geld und Haushalt - Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe und der Stadt Syke

Der Dozent thematisiert in einem kurzweiligen Vortrag folgende Themen:

- Eltern als Vorbild beim Thema Geld
- Wie Kinder am Markt umworben werden
- Spielregeln fürs Taschengeld: warum, wann, wie viel, wofür?
- Durch Erfahrung lernen: Taschengeld einteilen und ausgeben
- Zusätzliches Budgetgeld für ältere Kinder; Konto, Karte, Sparbuch: was passt zu welchem Alter?
- Wie Eltern und Großeltern für den Nachwuchs sparen können
- Tipps zum Gesprächsthema Geld

Do, 05.03.2026

19:00 Uhr

Steffen Rudolph

VHS Diepholz

Online

Entgeltfrei

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: S23105005

Teilnahme: Alle Geschlechter



Souverän am Telefon - mit Leichtigkeit zum beruflichen Erfolg

Du bist auf Jobsuche und möchtest im Bewerbungsprozess aktiv auf potenzielle Arbeitgeber zugehen? Ein Anruf kann Türen öffnen – doch viele zögern, zum Hörer zu greifen. Genau hier setzt unser Workshop an. In einem geschützten Raum lernst du, wie du dich gezielt auf Telefonate vorbereitest, deine Nervosität in den Griff bekommst und mit deiner Stimme selbstsicher und kompetent auftrittst. Ob Rückfragen zur Stellenausschreibung, Terminvereinbarungen oder das erste persönliche Gespräch – wir zeigen dir, wie du am Telefon überzeugst und deine Stärken klar zur Geltung bringst.

Do, 05.03.2026

09:30 Uhr - 12:30 Uhr

Anne-Kristin Mathiszig

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft in Kooperation mit
der Gleichstellungsbeauftragten Stuhr

Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da; Jupiterstr. 1, 28816 Stuhr

Entgelt: 10€

Anmeldung unter: www.frauen-und-wirtschaft.de

Teilnahme: FLINTA*



She moves - Event 2.0

Ladies Night

Nach dem großen Erfolg unserer 1. Frauentanznacht möchten wir dies gerne wiederholen. In der urigen Atmosphäre der Kultdisco „BO“ wollen wir mit allen tanzfreudigen Mädchen und Frauen in den Internationalen Frauentag am 8. März 2026 hinein feiern. DJane Aileen wird tanzbare rockige Musik weiblicher Interpretinnen aus den 80igern bis heute auflegen. Alle Mädchen und Frauen sind herzlich willkommen. Im Bistro besteht die Möglichkeit sich zu stärken. Diese Veranstaltung ist nur für Frauen.

Sa, 07.03.2026

20:00 Uhr, Einlass ab 19:00 Uhr

Kooperationsveranstaltung von
Landfrauen Hoya, SoVD Hoya, Samtgemeinde Grafschaft Hoya
Gleichstellungsbeauftragte Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen
Break Out, Alte Heerstr. 35, 27330 Asendorf
Eintritt: 10€, Karten an der Abendkasse, inkl. Begrüßungsgetränk
Keine Anmeldung nötig,
Bei Fragen gerne an die Kooperationspartnerinnen wenden
Teilnahme: FLINTA*

Zwischen den Regalen: Impulse zum 8. März

Die Syker Stadtbücherei lädt gemeinsam mit der Syker Gleichstellungsbeauftragten zu einem abwechslungsreichen Aktionstag ein. Besucherinnen erwartet eine Vielzahl kleiner Angebote, die zum Entdecken, Mitmachen und Nachdenken einladen.

Von interaktiven Spielen über eine kreative Fotobox bis zu Informationen rund um Gleichstellung– der Tag bietet bis zu allem etwas, die sich mit dem Thema in entspannter Atmosphäre auseinandersetzen möchten. Am 8. März wird die Bibliothek zum Schauplatz für Ideen, Impulse und Austausch rund um Gleichstellung und bietet darüber hinaus Raum für Begegnung.

So, 08.03.2026

14:00 Uhr - 17:00 Uhr

Inka Löns

Gleichstellungsbeauftragte Syke, Stadtbücherei Syke

Stadtbibliothek, Hinrich-Hanno-Platz 1

Entgeltfrei

Keine Anmeldung nötig

Teilnahme: FLINTA* und Kinder allen Geschlechts



Wie Frauen an der Börse investieren sollten

Sie verdienen weniger, sie sorgen weniger für das Alter vor, sie bauen weniger Vermögen auf - vor allem Frauen sollten sich stärker um ihre Finanzen kümmern, um Altersarmut zu verhindern und um überhaupt mehr finanzielle Freiheit zu erlangen. Dabei sollten sie die Anlageklasse Aktien nicht ignorieren. Aktien bieten langfristig Renditen von im Schnitt acht Prozent pro Jahr, wenn man ein paar einfache Regeln beherzigt. Und die sind gar nicht so kompliziert - im Gegenteil. Und keine Angst vor Turbulenzen, Korrekturen oder Crash. Die Zeit arbeitet für uns. Nur Mut - es wird sich lohnen.
Referentin: Jessica Schwarzer (Finanzjournalistin und Buchautorin)

Mo, 09.03.2026

19:00 Uhr

Jessica Schwarzer

VHS Diepholz

Online

Entgeltfrei

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: S00100003

Teilnahme: FLINTA*



Frauenstreik 9. März 2026 - Treffpunkt Sie(h)da unterstützt Enough!

Wir laden zum Frauenstreik am 9.3.2026 ein. Warum? Um auf Ungleichheiten aufmerksam zu machen, gerechte Bezahlung, bessere Arbeitsbedingungen, gleiche Verteilung von Care-Arbeit, Zugang zu Bildung und reproduktive Rechte zu fordern. Für Sichtbarkeit, Gleichstellung und politische Teilhabe. Ab 15:00 Uhr ist der Treffpunkt Sie(h)da offen für alle Frauen, die streiken wollen.

Mo, 09.03.2026

Ab 15:00 Uhr

Nicole Feldmann-Paske

Gleichstellungsbeauftragte Stuhr in Kooperation mit dem

Förderverein Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da

Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da; Jupiterstr. 1 in 28816 Stuhr

Entgeltfrei

Anmeldung unter: www.stuhr.de/AnmeldungFrauenstreik

Teilnahme: FLINTA*

Frauenstreik 9. März 2026 - Filmabend um für Gleichberechtigung zu protestieren

Wir rufen zum Streik auf: Für gleiche Bezahlung, bessere Arbeitsbedingungen, Bildung und reproduktive Rechte. Sichtbarkeit, Gleichstellung und politische Teilhabe stehen im Mittelpunkt. Um 19:00 Uhr zeigen wir den Film „Ein Tag ohne Frauen“: Island 1975 – 90% der Frauen streikten und brachten das Land zum Stillstand. Eine inspirierende, informative und humorvolle Doku über kollektive Kraft.

Mo, 09.03.2026

19:00 Uhr

Nicole Feldmann-Paske

Gleichstellungsbeauftragte Stuhr in Kooperation mit dem

Förderverein Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da

Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da; Jupiterstr. 1 in 28816 Stuhr

Entgeltfrei

Anmeldung unter: www.stuhr.de/AnmeldungFrauenstreik

Teilnahme: FLINTA*



Pubquiz-Abend - Gleichberechtigung im Fokus

Mach mit bei unserem Pubquiz rund um Frauenrechte, Streik und gesellschaftliche Veränderungen. Erlebe historische Meilensteine, aktuelle Debatten und inspirierende Erfolgsgeschichten. Von Island 1975 bis zu modernen Bewegungen – teste dein Wissen, lerne Neues und diskutiere mit anderen. Für Snacks, kühle Drinks und eine freundliche Atmosphäre ist gesorgt. Prost auf Gleichberechtigung!

Fr, 13.03.2026

19:30 Uhr

Nicole Feldmann-Paske

Gleichstellungsbeauftragte Stuhr in Kooperation mit dem

Förderverein Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da

Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da; Jupiterstr. 1 in 28816 Stuhr

Entgeltfrei

Anmeldung unter: www.stuhr.de/AnmeldungPubquiz-Abend

Teilnahme: FLINTA*



Deine Bewerbung im Check

Individuelle Beratung

Was zählt heute bei Bewerbungen wirklich und wie gestaltest du eine erfolgreiche Bewerbung, um vor dir zu überzeugen?

Du hast ein Vorstellungsgespräch vor dir? Wir unterstützen dich bei der Vorbereitung, helfen dir, schwierige Fragen souverän zu meistern und besprechen, wie du deine Erwartungen klar kommunizierst.

Sende uns deine Bewerbungsunterlagen vorab und wir geben dir in einem persönlichen Gespräch wertvolles, konstruktives Feedback!

Fr, 13.03.2026

9:00 Uhr - 12:30 Uhr

Julia Bäcker

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten Stuhr

Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da; Jupiterstr. 1, 28816 Stuhr

Kostenfrei

Anmeldung unter: www.frauen-und-wirtschaft.de

Teilnahme: FLINTA*

Aus den alten Mustern tanzen

Tarantella - der Tanz der Spinne

In diesem Angebot geht es darum, in der Gruppe, den eigenen Körper, die Bewegung und die eigene Wahrnehmung zu erspüren. Hin zu den eigenen Bedürfnissen. Neue gesündere Muster kennen zu lernen. Der italienische Volkstanz „Tarantella“ hatte einst eine therapeutische Bedeutung, die Frau tanzen und sogar noch Musikerinnen kommen zu lassen. Dieses Bild ist auch heute noch von Bedeutung. Wo haben Frauen und z.B. Mütter im Alltag die Gelegenheit ihren Bedürfnissen nachzugehen? Tanzend entstehen neue Muster.

Fr, 13.03.2026

10:00 Uhr - 12:00 Uhr

Franziska Faust

Stadt Twistringen

Alte Stadtbücherei, Brunnenstraße 5a, 27239 Twistringen

Kostenfrei

Anmeldung unter: f.faust@twistringen.de

Teilnahme: FLINTA*

Hinweis weiteres Angebot in Twistringen:
Internationales Büffet im Twistringer Rathaus

Fr, 06.03.2026

19:00 Uhr

Anmeldung bis zum 29.2.26



FIT und VITAL in den Tag

Vollwertig in den Morgen

Ein leckeres und stärkendes Frühstück ist wichtig, um gut in den Tag zu starten. Mit bereiten ein vollwertiges Frühstücksbuffet zu. Dieses beinhaltet neben einem Obstmüsli aus Frischkorn, auch Marmelade, Schokoaufstrich, sowie pikante Brotaufstriche. Dazu gibt es selbst gebackenes Toastbrot und Brötchen. Alles nach Rezepten aus der Vollwertküche. Anschließend frühstücken wir in lockerer Runde unser gemeinsam zubereitetes „Werk“.

Bitte mitbringen: Schürze, Dosen o. ä. Behältnisse für Reste. Es entstehen zusätzliche Kosten (ca. 20,00 €) für Lebensmittel. Diese Kosten sind auch bei nicht rechtzeitiger Abmeldung zu zahlen.

Sa, 14.03.26

9:00 Uhr

Barbara Bettac-Lüdeke

VHS Diepholz

Bavendamsches Haus, Bahnhofstraße 55, 27035 Bruchhausen-Vilsen

Entgelt: 17,50 €, Kleingruppe: 24,50 €

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: 04305005

Teilnahme: Alle Geschlechter



Mehrsprachig aufwachsen

„Mama spricht deutsch, Papa spricht spanisch, zusammen sprechen wir englisch.“ Der Vortrag zeigt, wie Kinder, die mit mehr als einer Sprache aufwachsen, optimal begleitet werden können. Erfahren Sie: wie Kinder sprechen lernen, welche Bedeutung die Erstsprache für ihre sprachliche und emotionale Entwicklung hat, wie der Spracherwerb der Erstsprache oder Muttersprache und wie der gleichzeitige Erwerb mehrerer Sprachen erfolgt, wie Mehrsprachigkeit in Kindergarten und Grundschule unterstützt werden kann.

Fr, 17.03.2026

19:00 Uhr

Mariam Bekdach

VHS Diepholz

28857 Syke

Entgeltfrei

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: S23105006

Teilnahme: Alle Geschlechter

Effektive Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen

Wirksame und praxisorientierte Maßnahmen zur Gefahrenabwehr und Steigerung des Selbstbewusstseins
In diesem Kurs lernen Mädchen ab 16 Jahren und Frauen, wie sie sich in gefährlichen Situationen besser schützen können. Das Training stärkt das Selbstbewusstsein und vermittelt Techniken, um sich effektiv zur Wehr zu setzen. Ein Schwerpunkt liegt darin, in kritischen Momenten entschlossen und sicher zu handeln, um den Aggressor zu zwingen, seinen Angriff abubrechen. Darüber hinaus unterstützt dieser Workshop Mädchen und Frauen dabei, ihre eigene Stärke zu entdecken und sich gut vorbereitet zu fühlen. Trainiert wird in sportlicher Kleidung mit Sportschuhen. Verpflegung ist mitzubringen, eine Teilnehmerküche ist vor Ort nutzbar.

Sa, 21.03.26,

10:00 Uhr

Nils Thate

VHS Diepholz

Am Petermoor 1 B, 27211 Bassum

Entgelt: 21,00 €, Kleingruppe: 26,00 €

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: S02302701

Teilnahme: FLINTA*



Finanzielle Unabhängigkeit – Heute und in Zukunft

Raus aus dem Minijob! Individuelle Beratung

Was traue ich mir zu und wie komme ich an eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung? Ein Minijob birgt Chancen und Risiken für die persönliche berufliche Entwicklung. Welche Möglichkeiten gibt es und was gilt es zu bedenken und abzuwägen? Welches Job-/Stundenmodell passt zu mir und meiner Lebenssituation? Wir können gemeinsam versuchen eine Strategie zu entwickeln.

Mi, 25.03.2026

09:00 Uhr - 12:30 Uhr

Julia Bäcker

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft in Kooperation mit
der Gleichstellungsbeauftragten Stuhr

Gleichstellungstreffpunkt Sie(h)da; Jupiterstr. 1, 28816 Stuhr

Kostenfrei

Anmeldung unter: www.frauen-und-wirtschaft.de

Teilnahme: FLINTA*



Qigong & Tanz – entdecke Deine Lebendigkeit!

1,5 Tage Intensivworkshop in der Freudenburg

Erleben und erspüren Sie sich mit neuen Bewegungsmustern im Wechselspiel von Tanz und einfachen Bewegungsabläufen aus dem Qigong, um Ihre Ressourcen zu stärken, Spielräume für Ausdruck, Präsenz und Klarheit zu erweitern. In diesem Workshop haben Sie die Gelegenheit, mal neue Wege in sicherem Umfeld auszuprobieren und zu entdecken. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Hallenschuhe oder warme, rutschfeste Socken, Yogamatte und Decke.

Fr, 27.03.26, 17:30 Uhr - 21:30 Uhr

Sa, 28.03.26, 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Janin Osiewala

VHS Diepholz

Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a, 27211 Bassum

Entgelt: 64,00 €, Kleingruppe: 76,00 €

Die Freudenburg, Amtsfreiheit 1a

Anmeldung unter: www.vhs-diepholz.de

unter der Kursnummer: S02302001

Teilnahme: Alle Geschlechter



Das Programm der Frauenbildungswochen ist ein Angebot der VHS des Landkreises Diepholz in Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft der kommunalen Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises Diepholz

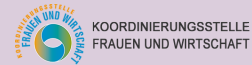
Ziel der Kooperationspartner*innen ist es, auch durch dieses Programm, Gleichberechtigung und Chancengleichheit der Frauen im Landkreis Diepholz in den Bereichen Politik, Gesellschaft, Wirtschaft und Kultur aktiv voranzutreiben.

Die Erfahrungen und Lebenswirklichkeiten von Frauen sollen zukünftig eine wesentlich größere Rolle bei politischen Entscheidungsprozessen spielen, entsprechend ihrem Anteil an der Bevölkerung.

Mit Angeboten von:



SoVD-Kreisverband Diepholz



Bildrechte: Abb. S. 3, 9, 21, 23, 25 Pexels, S. 5, 7, 11, 13, 15, 17, 19, 27 Freepik



Frauenbildungswochen 2026

Impressum

Herausgeberin:

VHS des Landkreises Diepholz
Am Petermoor 1 B, 27211 Bassum

Tel. 04242 976-4075

Fax 04242 976-4942

vhs@vhs-diepholz.de

www.vhs-diepholz.de.

Layout, Gestaltung:

Ben Endlich

Druck: Januar 2026

wir-machen-druck.de

Auflage: 750