

NIGHTWALKS FÜR FRAUEN

angstfrei durch die nacht

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

Mit Gaby Bothe, Selbstbehauptungs- und verteidigungstrainerin (selbstverteidigung-catmove.de)

Ein Angebot der Gleichstellungsbeauftragten in: Lönigen, Lindern, Friesoythe, Cloppenburg, Lastrup,
Cappeln, Emstek, Saterland

Februar / März
2026 im Landkreis
Cloppenburg

Die Nightwalks für Frauen sind Teil von **WIR FEIERN FRAUEN** - Veranstaltungen zum Internationalen Frauentag |
März 2026 im Landkreis Cloppenburg.

Mehr Infos dazu finden Sie hier:



Start: jeweils um 19.00 Uhr | Dauer: 2 Stunden | barrierearme Wegstrecke | Kosten 5,00 €

Bei schlechtem Wetter finden die Nightwalks als Indoor-Workshop statt - an den Treffpunkten ändert sich nichts.

Dort endet auch der Nightwalk. Es besteht die Möglichkeit zum Austausch (inkl. kleinem Snack).

Löningen: Mittwoch, 11. Februar

Treffpunkt: Katholisches Pfarrheim

Anmeldung: Petra Brümmer

gleichstellungsbeauftragte@loeningen.de

Lindern: Freitag, 27. Februar

Treffpunkt: Rathaus Lindern

Anmeldung: Anke Wübben

gleichstellungsbeauftragte@lindern.de

Friesoythe: Mittwoch, 04. März

Treffpunkt: Rathaus Friesoythe

Anmeldung: Sandra kl. Stüve

kleine-stueve@friesoythe.de

Cloppenburg: Freitag, 06. März

Treffpunkt: Rathaus Cloppenburg

Anmeldung: Katharina Benz

k.benz@cloppenburg.de

Lastrup: Mittwoch, 11. März

Treffpunkt: Rathaus Lastrup

Anmeldung: Sylvia Bäker

baeker@lastrup.de

Cappeln: Freitag, 13. März

Treffpunkt: Info bei der Anmeldung

Anmeldung: Lydia Meyer

gleichstellungsbeauftragte@cappeln.de

Emstek: Freitag, 20. März

Treffpunkt: Rathaus Emstek

Anmeldung: Anja Moormann

anja.moormann@emstek.de

Saterland: Mittwoch, 27. März

Treffpunkt: Rathaus Ramsloh

Anmeldung: Thea Stratmann-Kruse

gleichstellungsbeauftragte@saterland.de

Koordination & Information:

Marén Feldhaus

gleichstellungsbeauftragte@lkclp.de