

UNSERE STIMMEN. UNSERE MACHT!



Wir haben wieder ein tolles und vielfältiges Programm für euch! Veranstaltungen entdecken - mitmachen, zuhören, erleben - gemeinsam feiern und gestalten.

**Besucht die Veranstaltungen,
wir freuen uns auf euch!**



DEINE STIMME - DEIN EINFLUSS!

Wer spricht, verändert. Wer handelt, stärkt.
Macht übernehmen – gemeinsam nutzen!



Internationaler
Frauentag 8. März

Aktionsbündnis Internationaler Frauentag Rosenheim

UNSERE STIMMEN. UNSERE MACHT!

Arbeitskreis linke Frauen
BPW Club Mangfalltal e.V.
B90/ DIE GRÜNEN Kreisverband Rosenheim
Caritas Fachdienst Asyl - und Migration
CSU - FRAUEN - UNION Rosenheim
DGB Region Oberbayern
Diakonisches Werk Rosenheim
Dietrich-Bonhoeffer-Akademie Evang. Bildungswerk gGmbH
DONUM VITAE in Bayern e.V.
Evang. Dekanat Rosenheim
MaVia e.V.
Förderverein Fairtrade Stadt Rosenheim
Gleichstellungsstelle Stadt Rosenheim
Kinderschutzbund Rosenheim e.V.
Kulturzeit e.V. AFFEKT
Pro Senioren Rosenheim e.V.
Soroptimist International Club Rosenheim
Sozialdienst katholischer Frauen SkF
SPD - Frauen Rosenheim
Staatlich anerkannte Beratungsstelle für
Schwangerschaftsfragen
Stadtjugendring Rosenheim
Technische Hochschule Rosenheim
Unabhängige Gruppe für Frauenrechte, Rosenheim (UGF Rosenheim)
Vegans of Rosenheim e.V.
Weltladen Rosenheim

Passive Mitgliedschaft:
Agentur für Arbeit Rosenheim, Jobcenter Stadt
und LK Rosenheim

V.i.S.d.P.: DGB Region Oberbayern, Brix Str. 2,
83022 Rosenheim, Tel. 08031 - 304080

**VERANSTALTUNGEN
FEBRUAR | MÄRZ 2026**

**AKTIONSBÜNDNIS
ROSENHEIM
INTERNATIONALER
FRAUENTAG**

17. Generationskonflikt am Arsch

Dienstag, 17.02.2026 • 19.30 – 21 Uhr
DGB-Haus, Brixstr. 2, RO
Eintritt frei • nicht barrierefrei

Vortrag der Bundestagsabgeordneten Sarah Vollath (Ausschuss für Arbeit und Soziales) zum Thema Rentensystem, warum Altersarmut weiblich ist und was es mit der Gender Pension Gap auf sich hat.

Veranstaltet von: AK Linke Frauen

05. Yoga für jede Frau

Donnerstag, 05.03.2026 • 16 – 18 Uhr
Caritas Zentrum, Reichenbachstraße 5, RO
Eintritt frei • nicht barrierefrei
Anmeldung unter eak-ro@caritasmuenchen.org oder 0151-11142931

Ein Abend nur für dich – und für uns alle. Gemeinsam atmen, bewegen, entspannen. Keine Vorkenntnisse nötig, egal welches Alter, welcher Hintergrund. Danach Begegnung und Gespräche. Bitte bequeme Kleidung - Yoga-matten etc. vorhanden.

Veranstaltet von: Caritas Rosenheim, Fachdienst Asyl und Migration

06.

FESTIVAL MIT V
vom 6.3 - 8.3.2026



Kunst, Kultur, Kino, Klub, Konzerte, Künstlerinnen in der ganzen Rosenheimer Innenstadt verteilt. Programm und Tickets gibt es unter www.festivalmitv.com.

Veranstaltet von: Kulturzeit e.V. AFFEKT



Zeit für dich mit Pinsel, Farbe & Sonnengruß
Innehalten, Durchatmen und Auftanken

Freitag, 06.03.2026 • 8:30 – 12 Uhr
MaVia e.V., Bahnhofstr. 17 (Eingang Salinplatz 17), RO
Eintritt 15 € (Nachlass auf Anfrage möglich) • barrierefrei
Nur nach Anmeldung unter: 08031/9016944 oder verwaltung@mavia-ev.de

Impulse zur Selbstfürsorge und zum Entdecken deiner inneren Kraft - sanfte Yoga-Asanas - mit Pinsel und Farbe die eigenen Stärken sichtbar machen. Keine Vorkenntnisse nötig, jede kann mitmachen

Veranstaltet von: MaVia e.V.

Frauen in extremistischen Gruppierungen.
Ursachen. Motivation.

Freitag, 06.03.2026 • 19 Uhr
Zum Santa, Max-Josefs-Platz 20, RO
Eintritt frei

Vortrag von Ulrike Taukert, Diplompsychologin

Veranstaltet von: UGF Rosenheim

07.

Highway to Health – Kabarett mit Inka Meyer

Samstag, 07.03.2026 • 19 Uhr
Künstlerhof am Ludwigsplatz 15, RO
Eintritt 22 € • ermäßigt 18 € • barrierefreier Zugang
VVK TicketZentrum, Stollstr. 1, RO oder www.stadtverkehr-rosenheim.de, Tel. 08031-15001

Kann man dem eigenen Stammbaum überhaupt entkommen? Ja! Und so begibt sich die Kabarettistin auf die Suche nach den Wurzeln ihrer Familie. Das Ergebnis ist nicht nur ein aufregender Roadtrip ins polnische Pommern, sondern auch eine irrwitzige Odyssee durch das deutsche Gesundheitssystem: Per Anhalter durch die Praxis. Dabei steht an erster Stelle ihrer humoristischen Reiseapotheke: Wenn ihr selbst nichts zu lachen habt, dann lacht wenigstens über mich! Diese Person ist hochansteckend!

Veranstaltet von: Aktionsbündnis Internationaler Frauentag Rosenheim



10. Stärke und Zuversicht durch Selbstfürsorge

Dienstag, 10.03.2026 • 19 – 22 Uhr
FamilienTreffpunkt, Herbstr. 14, RO
Eintritt 20 € • Anmeldung bei r.voggenauer@kinderschutzbund-rosenheim.de

In diesem Workshop für Frauen entdecken Sie, wie das Wahrnehmen eigener Bedürfnisse und das Setzen gesunder Grenzen zu mehr innerer Balance und Kraft führen kann. Praxisnah und alltagsorientiert lernen Sie einfache Übungen kennen, um Selbstfürsorge nachhaltig in Ihr Leben zu integrieren. Mit Rita Voggenauer (Erzieherin und Elternkursleiterin, Leiterin des FamilienTreffpunkt).

Veranstaltet von: Kinderschutzbund Rosenheim e.V.

12. Frauen verändern Kommunalpolitik - wie?

Mittwoch, 12.03.2026 • 19:30 Uhr
Bildungszentrum St. Nikolaus, Pettenkoferstraße 5, RO
Eintritt frei • barrierefreier Zugang

Begegnung/ Austausch/ Netzwerken - Bürgerinnen treffen ehemalige und aktive Mandatsträgerinnen.

Veranstaltet von: B90/ DIE GRÜNEN Kreisverband Rosenheim

13. Workshop - Bei Stimme sein und bleiben

Freitag, 13.03.2026 • 16:00 bis 18:00 Uhr
TH Rosenheim A2.02, Hochschulstr. 1, RO
Eintritt frei • max. 25 Personen • barrierefreier Zugang
Anmeldung unter <https://eveeno.com/298880267>

Der Workshop vermittelt in kompakter Form Wissenswertes über die Anatomie der Stimmbänder, die Entstehung von Ton und Sprache und wie die Stimme auch bei Belastung erhalten werden kann. Mit einfachen praktischen Übungen stärken die Teilnehmenden ihre Stimme und wenden das Erlernte anschließend beim gemeinsamen Singen an.

Veranstaltet von: Technische Hochschule Rosenheim

Kunstworkshop

Freitag, 13.03.2026 • 15 – 19 Uhr
MaVia e.V., Bahnhofstr. 17, (Eingang Salinplatz 17), RO
Eintritt frei • barrierefreier Zugang
Nur nach Anmeldung unter: 08031/9016944 oder verwaltung@mavia-ev.de

Mit selbstgemalten Bildern wird jeder Teilnehmerin ermöglicht, ihren persönlichen Zugang zum Thema „Unsere Stimmen. Unsere Macht“ auszudrücken und anschließend in der Gruppe zu erörtern. Künstlerische Vorerfahrung ist dabei nicht nötig.

Veranstaltet von: MaVia e.V.

14. Workshop – Mein Standing. Meine Stimme. Mein Auftritt.

Samstag, 14.03.2026 • 9:30 – 16.00 Uhr
Treffpunkt grenzenlos, Schießstattstr. 7, RO
Eintritt: 5 € Spende (Gewerkschaftsmitglieder frei) • barrierefreier Zugang; Anmeldung bei maria.laube@dgb.de

Ob beim Vortrag oder in Sitzungen: Für jede Frau ist die Ausstrahlung und Haltung ein wesentlicher Faktor. Ziel ist es, den eigenen Standpunkt, die Stimme und die eigene Haltung bewusst wahrzunehmen, auszuprobieren und selbstbewusst zu vertreten. Mit Astrid Herrmann Pädagogin, Coach, Trainerin Stimme und Gestalt

Veranstaltet von: DGB Region Oberbayern

18. Beruf und Familie – Informationsmesse für Frauen

Mittwoch, 18.03.2026 • 9 – 12 Uhr
Agentur für Arbeit – BIZ, Raum 263, Wittelsbacherstr. 57, RO
Eintritt frei • barrierefreier Zugang

Informationsstände u. verschiedene Institutionen beantworten Fragen zu den Themen: Wiedereinstieg, Kinderbetreuung, Bewerbungsunterlagen, aktuelle Stellenangebote, Berufsberatung für Frauen und Mädchen, Vortrag „Krisenkompetenz to go“, u.v.m.

Veranstaltet von: Agentur für Arbeit, unterstützt von Jobcenter Stadt und Landkreis Rosenheim

21. Laut & Lecker - veganer Mitbringbrunch

Samstag, 21.03.2026 • 11 – 15 Uhr
Vetternwirtschaft, Oberastr. 2, RO
Eintritt frei • barrierefreier Zugang
Anmeldung unter 0152/03703740 oder madlen@vegansofrosenheim.de

Ein feministischer Mitbringbrunch für Austausch, Aufklärung und Empowerment – gemeinsam machen wir sexistische Mythen sichtbar und hinterfragen gesellschaftliche Strukturen

Veranstaltet von: Vegans of Rosenheim e.V.

24. Was Männer kosten – Der hohe Preis des Patriarchats

Dienstag, 24.03.2026 • 18 Uhr
TH Rosenheim, Hochschulstr. 1, RO
Eintritt frei • barrierefreier Zugang
Mehr Informationen und Anmeldung unter <https://eveeno.com/366665721>

Das Ungleichgewicht der Geschlechter verursacht Jahr für Jahr Milliarden Schäden. Boris von Heesen wirft in diesem packenden Vortrag ein Blick auf die zugewiesene Rolle des Mannes in unserer Gesellschaft. Die ökonomischen Folgekosten ungesunden pseudo-männlichen Verhaltens, ist ein Beleg dafür, dass alle unter dem ungerechten System leiden, auch die Männer. Im Anschluss ist ausreichend Zeit, um Fragen zu stellen und in die Diskussion einzusteigen.

Veranstaltet von: Technische Hochschule Rosenheim