

# Mondfrauen

## Dein Zyklus - dein Kompass

Es ist Zeit, dass wir wieder über die Menstruation sprechen. Über unseren Zyklus, über unsere Gefühle, unsere Träume. Die Mens sollte kein Tabu sein und vor allem nichts mit Scham zu tun haben. Es ist an der Zeit, uns wieder als zyklische Wesen zu verstehen, denn nur so können wir die Kraft, die uns geschenkt wurde, auch in der Welt gut nutzen. Kennst du erst einmal alle vier Teile deines Zyklus, kannst du vieles besser einordnen: Bedürfnisse, Gefühle, Gedanken, Handlungen etc.

Wir treffen uns 14-tägig in einem wertfreien & sicheren Raum, um uns gemeinsam auszutauschen. Es geht nicht nur um die Mens, sondern auch um Verhütungsmittel fernab der Pille, Hygieneartikel, kleine Rituale und alles, was uns gut tut.

*Tee und Schokolade stehen bereit!*

Ich freue mich auf euch!

Herzliche Grüße,

Frau Gerlach

*Donnerstag*

*7. und 8. Stunde*

*Raum 109*

*erstes Treffen: 10.11.2022*