

frä~z

DAS ROTE ZELT



DAS
WUNDER DER
MENSTRUATION



29. JUNI 2025, 14-17 UHR
AUF DEM PAUSENPLATZ SCHULHAUS
HAGEN/FLORENTINI, ALTDORF (UR)



www.fra-z.ch
www.mahoiko.ch



Die erste Menstruation ist ein kraftvoller Moment im Leben – mehr als ein körperlicher Vorgang: ein Übergang ins Frausein.

Im Roten Zelt laden Anita Vögeli und Julia Emke Mädchen, die kurz vor ihrer ersten Blutung stehen oder sie bereits erlebt haben, sowie ihre Mütter oder eine vertraute Begleitperson ein, diesen Wandel bewusst, gestärkt und liebevoll zu erleben.

**Was geschieht bei der Menarche –
körperlich, emotional, seelisch?**

**Wie können wir den Zyklus verstehen,
ehren und ihm vertrauen?**

Welche Rhythmen begleiten unser Frausein?

Wir schaffen Raum für Wissen, Austausch, kleine Rituale – und feiern den Körper als Ausdruck von Weisheit, Wandel und Naturverbundenheit.



Mehr Infos & Anmeldung unter julia.emke@fra-z.ch

fяδ-ż,