

Inhalt

4 Index

(nach Altersgruppen)

5 Einleitung

- 5 Dank
- 6 Für wen ist diese Arbeitsmappe gedacht?
- 6 Grundlagen
- 8 Ziele
- 8 Zur Verwendung
- 11 Evaluation
- 12 Workshop für PädagogInnen
- 13 Prioritäten und Ziele
- 15 Einstellungen zur Menstruation
- 17 Schul-Checkliste zur Menstruation
- 19 Beispiel: Eine Sitzung zur Menstruation mit einer Gruppe junger asiatischer Frauen

23 Kapitel 1 Persönliche Erfahrungen

- 24 Unsere Erfahrungen
- 27 Erste Erfahrungen und Selbstbewußtsein
- 31 Gefühle
- 35 Menstruation im Sprachgebrauch
- 38 Menstruation im Bild
- 41 Interviewgeschichten
- 54 Fragebogen

67 Kapitel 2 Der Zyklus

- 68 Was geschieht während des Zyklus'?
- 71 Fragen
- 73 Das Zyklus-Spiel
- 77 Das Menstruations-Kartenspiel
- 78 Das Zyklus-Quiz
- 82 Fakten, Mythen und Meinungen
- 90 Das Aufzeichnen des Zyklus'
- 97 Menstruelle Veränderungen

105 Kapitel 3 Die Praxis

- 106 Leserbriefe
- 111 Problemkarussell
- 114 Eine Studie durchführen
- 119 Meinungen
- 122 Gymnastik gegen den Monatsschmerz
- 123 Sexuelle Diskriminierung
- 126 Frauen in der Gewalt ihrer Hormone?

137 Kapitel 4 Das Geschäft

- 138 Monatsbinden und Tampons
- 140 Betrachtung von Hygieneartikeln
- 143 Die Herstellung von Tampons und Monatsbinden
- 148 Die Entsorgung
- 151 Toxic Shock Syndrom
- 158 Was kostet die Menstruation?
- 160 Die Verpackung und Beschriftung von Hygieneartikeln
- 163 Werbung für Hygieneartikel
- 164 Werbefotos: Die Vermarktung der Scham
- 172 Die Werbeindustrie:
Das alte Tabu neu verpackt
- 188 Informationsbroschüren und
kostenlose Probematerialien

191 Anhang

- 192 Literatur für Erwachsene
- 194 Literatur für Kinder/Jugendliche
- 195 Filme
- 196 Nützliche Adressen

Index (nach Altersgruppen)

15+ Jahre

9-12 Jahre

- Mädchen und Jungen gemeinsam
 - *Der Zyklus* -
 - 68 Was geschieht während des Zyklus?
 - 71 Fragen
 - 73 Das Zyklus-Spiel
 - 78 Das Zyklus-Quiz
- Mädchen und Jungen getrennt
 - *Persönliche Erfahrungen* -
 - 31 Gefühle
 - *Das Geschäft* -
 - 141 Betrachtung von Hygieneartikeln
- Nur für Mädchen
 - *Persönliche Erfahrungen* -
 - 91 Das Aufzeichnen des Zyklus' (Übung 1)

12-15 Jahre

- Mädchen und Jungen gemeinsam
 - *Persönliche Erfahrungen* -
 - 27 Erste Erfahrungen und Selbstbewußtsein
 - 42 Interviewgeschichten
 - *Der Zyklus* -
 - 69 Was geschieht während des Zyklus'?
 - 71 Fragen
 - 73 Das Zyklus-Spiel
 - 77 Das Menstruations-Kartenspiel
 - 78 Das Zyklus-Quiz
 - 82 Fakten, Mythen und Meinungen
 - *Die Praxis* -
 - 119 Meinungen
 - 124 Sexuelle Diskriminierung
 - *Das Geschäft* -
 - 143 Die Herstellung von Tampons und Monatsbinden
 - 148 Die Entsorgung
 - 151 Toxic Shock Syndrom
 - 160 Die Verpackung und Beschriftung von Hygieneartikeln
- Nur für Mädchen
 - *Persönliche Erfahrungen* -
 - 55 Fragebogen
 - *Der Zyklus* -
 - 92 Das Aufzeichnen des Zyklus' (Übung 2)
 - *Die Praxis* -
 - 122 Gymnastik gegen den Monatsschmerz
 - *Das Geschäft* -
 - 138 Monatsbinden und Tampons
 - 158 Was kostet die Menstruation?

- Mädchen und Jungen gemeinsam
 - *Persönliche Erfahrungen* -
 - 27 Erste Erfahrungen und Selbstbewußtsein
 - 38 Menstruation im Bild
 - 42 Interviewgeschichten
 - *Der Zyklus* -
 - 77 Das Menstruations-Kartenspiel
 - 82 Fakten, Mythen und Meinungen
 - 101 Menstruelle Veränderungen (Die Wechseljahre)
 - *Die Praxis* -
 - 107 Leserbriefe
 - 111 Problemkarussell
 - 119 Meinungen
 - 124 Sexuelle Diskriminierung
 - 128 Frauen in der Gewalt ihrer Hormone?
 - *Das Geschäft* -
 - 143 Die Herstellung von Tampons und Monatsbinden
 - 148 Die Entsorgung
 - 151 Toxic Shock Syndrom
 - 160 Die Verpackung und Beschriftung von Hygieneartikeln
 - 165 Werbefotos: Die Vermarktung der Scham
 - 172 Die Werbeindustrie: Das alte Tabu neu verpackt
 - 188 Informationsbroschüren und kostenlose Probematerialien
- Mädchen und Jungen getrennt
 - *Persönliche Erfahrungen* -
 - 24 Unsere Erfahrungen
 - 37 Menstruation im Sprachgebrauch
- Nur für Mädchen
 - *Persönliche Erfahrungen* -
 - 55 Fragebogen
 - *Der Zyklus* -
 - 92 Das Aufzeichnen des Zyklus' (Übung 2)
 - 98 Menstruelle Veränderungen (Positive und negative Erfahrungen)
 - 100 Menstruelle Veränderungen (Lebenslinien)
 - *Die Praxis* -
 - 122 Gymnastik gegen den Monatsschmerz
 - *Das Geschäft* -
 - 138 Monatsbinden und Tampons
 - 158 Was kostet die Menstruation?

Die Kopiervorlagen sind wie folgt gekennzeichnet:



für Arbeitsblätter



für Informationsblätter