



Mädchen



Bande

für Mädchen von 10-14 Jahren
In der Natur | Zürich Nord-Stettbach

In der Meitlibande ...

- ... ziehst du zusammen mit anderen Mädchen durch Wald & Wiesen, sammelst wilde Pflanzen und machst damit feine Getränke, leckeres Essen oder tolle Kunstwerke, kochst über dem Feuer, tanzt mit Wind, Erde, Wasser und Feuer.
- ... lernst du dich und andere Mädchen neu, besser und sicher auch von einer anderen Seite kennen.
- ... hast du die Möglichkeit, mit anderen Meitli und Frauen darüber zu sprechen, was dich gerade rund ums Mädchen-Sein & Frau-Werden beschäftigt.
- ... lernst du auf deinen Körper achtzugeben und dich liebevoll darum zu kümmern und tauschst dich mit anderen darüber aus, wie er sich vor und rund um die Menstruation verändert.
- ... basteln wir zusammen, spielen, reden, lachen, tanzen und freuen uns des Lebens.
- ... darfst du einfach sein, wie du bist!

Dabei wollen wir gemütlich bis stürmisch, lustig und nachdenklich, herausgeputzt oder dreckverschmiert – jede auf ihre Art – zu einer verschworenen Truppe zusammenwachsen, die gemeinsam durch dick und dünn geht.



Wir breuen was auf dich!

Für die Eltern:

Als Mädchenbande sind wir still & wild, kreativ & neugierig unterwegs, wir geniessen die Verbindung und Verbundenheit untereinander und mit der Natur.

So lernen die Mädchen miteinander & voneinander, üben im vertrauten Kreis im Council (Redekreis) vom eigenen Herzen aus zu sprechen, zuzuhören und erfahren einen geschützten Raum, um wichtige Themen zu teilen. Den natürlichen Jahreszeiten folgend, erleben wir ausserdem das zyklische Dasein als Frau. Die Meitli ...

- gehen spielerisch und kreativ in Verbindung mit dem eigenen Körper und lernen ihn so besser kennen und schätzen.
- beschäftigen sich mit den Herausforderungen der (Vor)Pupertät, den körperlichen Veränderungen und der Menstruation.
- widmen sich dem Thema «Frau-Werden» und «Frau sein» in unserer Welt und unserer heutigen Zeit.
- erfahren die Natur mit allen Sinnen und stärken ihre Naturverbindung.
- betätigen sich kreativ mit Farben, Formen und Materialien.
- erleben die wohltuende Wirkung einfach sein zu dürfen, wie sie sind ... das fördert Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen.

Ort Draussen im Sagentobel | Treffpunkt: Bahnhof Stettbach

Daten So, 05. Mai 2024 | 10-17 Uhr (Schnuppertag für Neue)
Sa, 15. Juni & So, 16. Juni 2024
(mit Übernachtung im Freien ab Samstag abend)
So, 22. September 2024 | 10-17 Uhr
So, 03. November 2024 | 10-17 Uhr

Kosten 350 CHF für den Jahreszyklus, inkl. Essen & Materialien
(Wenn dir der Betrag nicht möglich ist, dann bitte bei uns melden)
Sponsor: 500 CHF (anderen Teilnahme ermöglichen)

Leitung Simone Kuchler, Primarlehrerin | Fachfrau Ritualgestaltung
Vera Aebi, Wildnispädagogin | MutAnstifterei

Anmelden für den Meitlibande-Jahreszyklus 2024
079 579 12 58 | simone.kuechler@gmx.ch
078 209 17 00 | coeurage@mutanstifterei.ch
www.mutanstifterei.ch/maedchenbande