

8. MÄRZ 2024

20 UHR, OBERE STRASSE 33, DAVOS PLATZ  
PFARREIZENTRUM

# Int. Tag der Frau

## EIN ABEND ZUR THEMATIK „PERIODEN- ARMUT UND ZYKLUS-REICHTUM“

Zwei Frauen, die Zimbabwe-Schweizerin Janet Michel-Nyamayaro und die Davoserin Nina Koller-Pargätzi, beleuchten die Aspekte des Zyklus der Frau, Einschränkungen und Auswirkungen auf den Alltag und das grosse Potential, das Zykluswissen haben kann.

Mit Gesang und einem typischen Essen aus dem südlichen Afrika



Das Thema Menstruation ist, nicht nur in afrikanischen Gesellschaften, noch immer stark tabuisiert.

In einigen Ländern halten sich hartnäckig Traditionen und Mythen, die Frauen und Mädchen während ihrer Periode einschränken. So gelten menstruierende Frauen vielerorts als unrein. Dies führt zur Verbannung von Frauen aus dem Haus und zu Schulabsenzen während der Menstruation.

Der Begriff Periodenarmut beschreibt u.a. das Problem, wenn Menstruierende keinen Zugang zu Binden oder anderen Schutzmitteln haben. Unzureichender Zugang zu Wasser oder Abfalleimern

kann erschwerend dazukommen. Janet Michel hat in ihrer Jugend die Schwierigkeiten im Zusammenhang mit der Menstruation selber erlebt und möchte nun mit ihrem Projekt konkret etwas dagegen tun.

Nina Koller-Pargätzi hat sich zum Zyklus-Coach ausbilden lassen. Ihr ist es ein Anliegen, andere Frauen auf das Wissen um die Vorgänge in unserem weiblichen Körper zu sensibilisieren. Im Zykluswissen stecken wichtige Kräfte, die wir aktivieren können um unser volles Potential zu leben. Nina wünscht sich, dass jede Frau das Geheimnis kennt, das tief in ihrem Innern schlummert, ihren Zyklus, die Essenz des Frauseins.

Der Abend ist kostenfrei. Spenden zugunsten des vorgestellten Projektes ([www.op-s.ch](http://www.op-s.ch))

Organisation:

Bäuerinnen und Landfrauenverein  
BPW, Business Professional Women Davos Klosters  
Bündnerinnenvereinigung Davos  
Katholischer Frauenverein Davos  
Soroptimist International, Club Davos Prättigau