

## Titel

Thema:	Menstruationen   Enttabuisierung und Unterstützung in der Schule   Präsenz
Veranstaltungsnummer:	2632S0901

## Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	<p>Die Pubertät ist eine entscheidende Phase im Leben junger Menschen, in der sich ihr Körper und ihre Gefühle stark verändern. Ein Thema, das während dieser Zeit oft vernachlässigt wird, ist die Menstruation. Doch warum ist es so wichtig, darüber zu sprechen?</p> <p>In unserer Veranstaltung zum Thema Menstruation möchten wir Ihnen die Bedeutung dieses Themas näherbringen und Ihnen dabei helfen, eine unterstützende und einfühlsame Umgebung für Ihre Schü-ler*innen zu schaffen.</p> <p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sensibilisierung für die Bedeutung der Menstruation in der Pubertät.</li><li>• Vermittlung von Kenntnissen über verschiedene Menstruationsartikel und ihre Verwendung.</li><li>• Förderung eines offenen und positiven Dialogs über Menstruation zwischen pädagogischen Fach-kräften und Schüler:innen.</li><li>• Unterstützung bei der Bewältigung von Herausforderungen im Zusammenhang mit der Menstruati-on.</li></ul> <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Grundlagen der Menstruation: Was passiert im Körper während der Menstruation?</li><li>• Verschiedene Menstruationsartikel: Von Binden über Tampons bis hin zu Menstruationstassen.</li><li>• Warum ist es wichtig, über die Menstruation zu sprechen? Bedeutung für die körperliche und emoti-onale Gesundheit.</li><li>• Umgang mit Menstruationsbeschwerden: Tipps und Ratschläge</li><li>• Endometriose</li><li>• Förderung eines positiven Körperbewusstseins und einer gesunden Einstellung zur Menstruation.</li></ul>
Schwerpunkte/Rubrik:	Prävention, Intervention, Beratung

## Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- Biologie, Gesundheitsförderung, Übergreifend
Zielgruppen:	- Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst, Lehrkräfte, Sozialpädagogen und Erzieher, Pädagogisch-Therapeutische Fachkräfte PTF
Schularten:	- keine primäre Schulstufe
Veranstaltungsart:	SchiLf - schulinterne Lehrkräftefortbildung
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Eleonora Cucina, Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung in Schulen

**Dozenten:** Rebecca Lier, Externe Einrichtung / Firma

#### Weitere Hinweise

**Zusatzinformationen:** In dieser Veranstaltung werden die folgenden digitalen Tools vorgestellt: keine

#### Anbieter

**Anbietername:** Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung in Schulen  
**Anbieteranschrift:** Felix-Dahn-Straße 3 und Weidenstieg 29, 20357 Hamburg  
**E-Mail-Adresse:** tis@li-hamburg.de

#### Termin

**Termin:** Abrufangebot 2026  
**Dauer:** 3 Zeitstunden

#### Veranstaltungsort

**Veranstaltungsort:** anfragende Schule