



Biedrība "Family Ecology Institute"  
Reģ. Nr: 40008203914  
Adrese: Kuldīgas iela 40-3, Rīga, LV-1083  
Internets: <http://www.augliba.lv>  
Banka: AS "Swedbank"  
Konts: LV13HABA0551037085987



Piedāvājam lekciju, kas paredzēta pedagogiem un vecākiem "Cikla šovs - jauna pieeja sarunai par pubertātes laika pārmaiņām". Šajā lekcijā iepazīstināsim ar Latvijā jaunu, bet Eiropā jau labi zināmu veidu, kā ievadīt meitenes pubertātes norisēs. Lekcijas ilgums 1,5 stundu.

Nepieciešamais aprīkojums: dators ar projektoru

Biedrība „Ģimenes ekoloģijas institūts” nodarbojas ar pieaugušo un jauniešu izglītību. Izglītība ir vērsta uz dabiska un veselīga dzīvesveida popularizēšanu.

2015. gadā mūsu organizācija ievieša Latvijā vērtīborientētu, dzimumaudzināšanas programmu, kas ietver sevi vienas dienas nodarbību 11 -12 gadus vecām meitenēm „**Cikla šovs – mana ķermeņa slepenā koda atklāšana**”, kā arī **lekciju vecākiem un pedagogiem**.

Šo programmu 1999. gadā izveidoja Dr. med. Elizabete Raith-Paula (Vācija), tā ir standartizēta un ieviesta vairākās citās valstīs, t.sk., Francijā, Austrijā, Šveicē, Itālijā, Ungārijā, Beļģijā, Lielbritānijā, Ķīnā (patlaban tiek ieviesta Lietuvā un Rumānijā). Latvijā pirmā “Cikla šova” nodarbība meitenēm notika 2015. gada nogalē.

Veids, kā nodarbībā “Cikla šovs” tiek runāts ar meitenēm un kā viņas tiek sagatavotas ķermeņa pārmaiņām ir ļoti interesants un saistošs, jo informācija tiek apgūta, aktīvi iesaistoties un izmantojot visas maņas. Šī nodarbība palīdz labāk iepazīt savu ķermeni, to iemīlēt un, ļoti ceram, ka arī rada vēlmi to sargāt. Tāpēc programmas vadmotīvs ir: **“Es sargāju tikai to, kas man ir vērtīgs”**.

Nodarbībā piedalās 11-15 meitenes. Galvenā mērķgrupa ir 5.-6. klase (izņēmuma gadījumos 4. klase mācību gada beigās un 7. klase mācību gada sākumā). Nodarbības ilgums 4,5 stundas (astronomiskās) un to vada speciāli apmācītas nodarbību vadītājas.

Pirms šīm nodarbībām **vecāki un pedagogi** tiek ielūgti uz viņiem paredzētu apm. 1,5 stundu garu lekciju. Pavisam jaunā veidā – uzskatāmi un saprotami – šajā pieaugušo tālākizglītības vakarā - vecāki un arī pedagogi tiek iepazīstināti ar aizraujošajām norisēm savā un pusaudžu ķermenī.

Sīkāka informācija par programmu - <http://www.mfm-projekts.lv/>, [www.facebook.com/mfmprojekts/](http://www.facebook.com/mfmprojekts/)

P.S. Šī programma ir saņēmusi varākas godalgas, t.sk., 2002. gadā saņēma Bavārijas „Veselības veicināšanas un prevencijas” godalgu un 2003. gadā tika prēmēts kā „Best practice – Projekt” Eiropas Savienībā.

Diāna Feldmane  
Programmas “Cikla šovs” nodarbību vadītāja  
Tālr. 26388578  
e-pasts: [info@mfm-projekts.lv](mailto:info@mfm-projekts.lv)

Ieva Laurencija Duntava  
Programmas “Cikla šovs” nodarbību vadītāja  
Tālr. 28384777  
e-pasts: [info@mfm-projekts.lv](mailto:info@mfm-projekts.lv)