

Liebe Eltern

Wir freuen uns, Ihnen und Ihrer Tochter das MFM-Projekt® anbieten zu können. Der Workshop ‚Die Zyklus-Show‘ vermittelt Ihrer Tochter auf spielerische Art, wie ein Kind entsteht, nimmt ihr die Unsicherheiten in Bezug auf die körperlichen Veränderungen in der Pubertät und erleichtert Ihnen mit dem Elternvortrag, mit Ihrer Tochter zu diesem Thema unverkrampft im Gespräch zu sein. Die Klassenlehrkraft

Das MFM-Projekt® ist ein sexualpädagogisches Projekt bestehend aus einem Workshop für 10-12jährige Mädchen oder Jungen und einem Vortrag für die Eltern.

Das Mädchenprojekt:

Der Vortrag für Mütter, Väter und Bezugspersonen: „Wenn Mädchen Frauen werden“

Sie bekommen Informationen über das MFM-Projekt® und wie Ihre Tochter werden auch Sie auf eine wertschätzende Art und Weise mit dem faszinierenden Zyklusgeschehen der Frau vertraut gemacht.

Sie werden ermutigt und unterstützt, ihrer Tochter einen positiven Zugang zu ihrem Körper zu vermitteln und mit ihr im Gespräch zu bleiben. Die Erfahrung zeigt, dass die Mädchen mehr vom Workshop profitieren, wenn sich auch die Eltern vorgängig eingehend mit dem Thema auseinandersetzen, ein gemeinsames Fundament bezüglich ihres Wissens schaffen, eine gemeinsame Sprache (wertschätzende Begriffe) sprechen können und die Kursleiterin kennen.

Der Workshop für Mädchen: „Die Zyklus-Show“

Mit viel Material und Musik lernen die Mädchen die Vorgänge rund um Pubertät, Zyklusgeschehen und Fruchtbarkeit liebevoll und im geschützten Rahmen kennen.

Die Mädchen schlüpfen in die Rollen der einzelnen Hormone und entschlüsseln als Detektivinnen die Geheimcodes des eigenen Körpers. So erleben sie, was die Veränderungen in der Pubertät auslöst und wie die Eizelle den Sprung ins grosse Abenteuer wagt. Sie sehen, welchen Luxus der Körper in Erwartung eines hohen Gastes alles bereitstellt und verstehen, wie es zu ihrer (ersten) Blutung kommt.

Das Besprechen der Menstruation bereitet die Mädchen auf ihre monatliche Blutung vor, schenkt Vertrauen und weckt Stolz.

Leitung:

Mirjam Niederhauser, Lehrerin und MFM-Kursleiterin, m.niederhauser@mfm-projekt.ch, 079 642 22 17

Datum und Zeit des Elternvortrags „Wenn Mädchen Frauen werden“:

Montag, 31. August 2026 von 19.00-20.30 Uhr
Neubau Pestalozzi 2, Weissensteinstrasse 58b
Raum: Mehrzweckraum EG

Datum des Mädchenworkshops „Die Zyklus-Show“:

Dienstag, 1. September 2026 5a, 5b und 5c
Montag, 7. September 2026 5d, 5e und 5f
Dienstag, 8. September 2026 5g und 5h

Von **08.20-11.50 Uhr** und von **13.30-16.05 Uhr**, Zimmer 221. **Die Wahlfächer finden am Kurstag nicht statt!**

Die Kinder werden eingeteilt.

Weitere Informationen zum Projekt unter: www.mfm-projekt.ch



An-/Abmeldetalon

Ich/Wir melden uns für den Elternvortrag an. Anzahl Personen: _____

Ich/wir melden uns vom Elternvortrag ab.

Name, Vorname des Kindes: _____

Unterschrift der Eltern: _____