

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

Das Mädchenprojekt:

DER VORTRAG FÜR ELTERN

«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.

Freitag, 23. Oktober 2026
19.00 – ca. 20.15 Uhr, Arche Rütihof

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.

Samstag, 24. Oktober 2026
9.00 – 16.00 Uhr, Arche Rütihof

Zielgruppe	Mädchen im Alter von 10 bis 12 Jahren, ihre Eltern, Grosseltern und interessierte Erwachsene
Leitung	Antje Lamott, Kursleiterin MFM-Projekt, Jugend- und Familiencoach a.lamott@mfm-projekt.ch, 079 770 78 37
Mitnehmen	Zmittag, eine Decke, Socken
Preis	120 CHF pro Mädchen, inkl. Elternvortrag, Mitglieder des Vereins 100 CHF Elternvortrag ohne Workshop für interessierte Erwachsene: 25 CHF / Paare 35 CHF

Anmeldung per Mail: info@chindundeltere.ch

Max. 16 Teilnehmer. Der Kurs wird ab 10 Personen durchgeführt. Nach einer definitiven Bestätigung der Teilnahme am Workshop werden wir die Kurskosten bei einer späteren Absage in Rechnung stellen, wenn wir den Platz nicht weiter vergeben können.

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

