

MFM PROJEKT

EIN SEXUALPÄDAGOGISCHES PROJEKT MIT EINEM WORKSHOP FÜR 10-12JÄHRIGE MÄDCHEN ODER JUNGEN



Nur was
ich Schätze,
kann ich
Schützen.

Mädchen und Jungen in die Pubertät begleiten

Das MFM-Projekt®: Dr. med. Elisabeth Raith-Paula hat das MFM-Projekt® 1999 ins Leben gerufen und ist in über 15 Ländern vertreten. Das MFM-Projekt® Schweiz ist politisch, kulturell und konfessionell unabhängig. Unter dem Leitgedanken „Nur was ich schätze, kann ich schützen“ werden die Jungen und Mädchen mit den Vorgängen in ihrem Körper vertraut gemacht. Dadurch entwickeln sie ein gesundes Selbstvertrauen, gewinnen an Selbstsicherheit und lassen sich weniger verunsichern.

Positiver Start in die Pubertät

Der Workshop: Wie Mädchen und Jungen ihren eigenen Körper erleben und bewerten, hat grossen Einfluss auf ihr Selbstwertgefühl. Sich als Frau oder Mann zu bejahen und die körperlichen Veränderungen in der Pubertät positiv zu erleben, ist für Heranwachsende sehr wichtig. Das MFM-Projekt® unterstützt sie und Ihre Familien dabei.



Der Elternvortrag

Am Elternvortrag werden Eltern und interessierte Erwachsene auf eine neue, wertschätzende Art und Weise mit den faszinierenden Vorgängen im Körper von Mann und Frau vertraut gemacht und erhalten neue Impulse für gemeinsame Gespräche in der Familie.

Inhalt 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. Sie schlüpfen in die Rolle der Hormone und erleben staunend, wie die Eizelle den Sprung ins grosse Abenteuer wagt. Das Verstehen und Besprechen der Menstruation bereitet die Mädchen auf ihre monatliche Blutung vor, schenkt Vertrauen und weckt Stolz.



Inhalt Workshop für Jungen "Agenten auf dem Weg"

In einem Abenteuerspiel lernen die Jungen die Vorgänge rund um Pubertät und Fruchtbarkeit wertschätzend kennen und verstehen. Als Spezialagenten in der Rolle der Spermie machen Sie sich auf die Reise durch den männlichen und weiblichen Körper, wo die Siegerspermie am Ende der Mission eine Eizelle befruchtet und ein Kind entsteht. Hier erfahren sie auch, warum Mädchen eine Blutung und einen immer wiederkehrenden Zyklus haben.

MFM PROJEKT-AGENTEN AUF DEM WEG

Datum: Elternvortrag: "Wenn Jungs zu Männern werden"
Freitag, 29. August 2025, 19.00 bis 20.30 Uhr

Workshop "Agenten auf dem Weg"
Samstag, 30. August 2025, 9.30 bis 16.00 Uhr

Ort: Singsaal, Schulhaus Fosberg, Wolfhausen



MFM-Kursleiter: Beat Schegg (info@beatschegg.ch, 079 457 07 38)

Mitnehmen: Znüni, Mittagslunch, Hallenturnschuhe

Kosten: **Workshop inkl. Elternvortrag: Fr. 70,- für Jungs aus Wolfhausen und Bubikon**
(Normalpreis Fr. 120,-) Die Kosten sind reduziert, dank der Unterstützung der Gemeinde.
Die Kurskosten sind im Voraus zu bezahlen. Teilnehmerzahl ist beschränkt.

Anmeldung: mit Name, Vorname, Geburtsdatum, Adresse und Tel. Nr.
bis spätestens 15. August 2025 an:
Christine Eckhardt, ch.eckhardt@gmx.ch

MFM PROJEKT- DIE ZYKLUS-SHOW

Datum: Elternvortrag: "Wenn Mädchen Frauen werden"
Freitag, 26. September 2025, 19.00 bis 20.30 Uhr

Workshop "Die Zyklus-Show"
Samstag, 27. September 2025, 9.00 bis 16.00 Uhr

Ort: Singsaal, Schulhaus Fosberg, Wolfhausen



MFM-Kursleiter: Lea Vogel

Mitnehmen: Picknick für Znüni und Lunch, warme Socken oder Finken und eine Decke

Kosten: **Workshop inkl. Elternvortrag: Fr. 70,- für Mädchen aus Wolfhausen und Bubikon**
(Normalpreis Fr. 120,-) Die Kosten sind reduziert, dank der Unterstützung der Gemeinde.
Die Kurskosten sind im Voraus zu bezahlen. Teilnehmerzahl ist beschränkt.

Anmeldung: mit Name, Vorname, Geburtsdatum, Adresse und Tel. Nr.
bis spätestens 12. September 2025 an:
Christine Eckhardt, ch.eckhardt@gmx.ch