



Liebe Eltern

Wallbach, 28.09.2021

Wir machen Sie auf das Präventionsprojekt MFM aufmerksam und legen es Ihnen ans Herz. Der Workshop "Die Zyklus-Show" lässt die Mädchen liebevoll und in geschütztem Rahmen erfahren, wie neues Leben entsteht, warum Frauen einen Zyklus haben und nimmt ihnen damit die Unsicherheiten in Bezug auf die körperlichen Veränderungen in der Pubertät. Der Elternvortrag erleichtert es Ihnen, mit Ihrem Mädchen zu diesem Thema im Gespräch zu sein. Das MFM-Projekt® ist eine ideale Ergänzung zum schulischen Unterricht und es würde uns freuen, wenn Sie Ihrem Mädchen die Teilnahme an diesem Workshop ermöglichen. Zusammen mit einer Freundin besuchen Mädchen diesen Kurs oft besonders gern.

Der Vortrag für Mütter und Väter: "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.

- Zielgruppe:** Mädchen im Alter von 10-12 Jahren, interessierte Erziehungsberechtigte
- Anmeldung:** **bis spätestens 29.10.2021** an Nicole Kym, nicole.kym@gmx.ch
oder 079 527 74 09
(Name des Mädchens, Alter, Telefonnummer und E-Mail)
- Kursleitung:** Claudia Bernoulli, MFM-Kursleiterin, 4133 Pratteln,
c.bernoulli@mfm-projekt.ch oder 079 541 84 34
- Elternvortrag:** **Freitag, 5. Nov 2021**, 19.30 – ca. 21.00 Uhr
- Workshop:** **Samstag, 6. Nov 2021**, 09.30 – 16.30 Uhr
Um 15.00 Uhr sind alle Frauen der Familie (Mütter, Schwestern, Grossmutter) zu einem gemeinsamen Abschluss eingeladen
- Ort:** Schule Wallbach, Finstergässli 9, 4323 Wallbach, Mehrzweckraum UG
- Mitnehmen:** Znüni, Mittagslunch, eine Decke, warme Socken
- Preis:** **Fr. 125.– pro Mädchen, inklusive Elternvortrag**
- Einzahlung:** **Bis spätestens Dienstag, 03.11.2021**,
an Nicole Kym: IBAN CH80 0076 1028 2236 5200 3