

## MFM-Projekt® für Mädchen



Das MFM-Projekt ist ein sexualpädagogisches Projekt mit einem Workshop für 10-12jährige Mädchen und einem Vortrag für die Eltern.

### 1. 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.

Der Elternvortrag kann auch unabhängig vom Workshop besucht werden. Interessierte Eltern, Grosseltern oder Lehrpersonen sind herzlich willkommen.

### 2. 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: Lea Vogel, Kursleiterin MFM-Projekt®, Primarlehrerin  
Mitnehmen: Zmittag und Zvieri, eine Decke, Finken oder warme Socken

**Datum Elternvortrag:**

**Datum Mädchenworkshop:**

**Ort:**

**Kosten:**

**Kosten nur Vortrag:**

**Anmeldung:**

**Freitag, 23.10.2026 / 19h00 – 20h30**

**Samstag, 24.10.2026 / 09h00 – 16h00**

Ökumenisches Zentrum, Ehrendingen

CHF 100.- für Mitglieder, inkl. Elternvortrag

CHF 120.- für Nichtmitglieder, inkl. Elternvortrag

CHF 20.- für Mitglieder, CHF 25.- für Nichtmitglieder

CHF 30.- für Paare

Bis 12.10.2026 unter

[www.frauenvereinehrendingen.ch](http://www.frauenvereinehrendingen.ch)

Beschränkte Teilnehmerzahl