

Die Zyklus-Show

„Nur was ich schätze, kann ich schützen“

Wenn Mädchen ihre Tage bekommen
Für Mädchen von 10-12 Jahren

Der Mädchenworkshop: „Die Zyklus-Show“

Liebevoll und im geschützten Rahmen lernen die Mädchen kennen und verstehen, was sich im Körper während der Pubertät verändert und warum Frauen einen Zyklus und die Menstruation haben. Eine Fülle von farbenfrohen Materialien und aktives Mitmachen ermöglichen das Lernen mit allen Sinnen. Spielerisch erleben sie, wie ein Kind entsteht, schlüpfen in die Rolle der Hormone und sehen, was diese im Körper immer wieder neu bewirken. Dabei lernen sie die Zeichen kennen, welche ihnen verraten, was im Zyklus gerade los ist. Das ausführliche Besprechen der Menstruation bereitet die Mädchen auf ihre monatliche Blutung vor, schenkt Vertrauen und weckt Stolz.

Der Elternvortrag: „Wenn Mädchen Frauen werden“

Der Vortrag ist Teil des Projekts und findet vor dem Workshop an einem Abend statt. Er richtet sich an die Eltern der Mädchen und an andere interessierte Personen. Sie erhalten Informationen zum MFM-Projekt® und werden auf eine neue, wertschätzende Art und Weise mit dem faszinierenden Zyklusgeschehen der Frau und den Veränderungen in der Pubertät bekannt gemacht. Sie lernen die Kursleiterin kennen und können Fragen stellen.

Infoabend für Eltern	Freitag 20. Oktober 2023 Zeit: 19:30 Uhr - 21:30 Uhr
Mädchen Workshop	Samstag 21. Oktober 2023 Zeit: 9:30 Uhr - 16:30 Uhr
Ort	Mehrzweckraum Schule Sempach
Leitung	Miranda Brügger Gartenmann, Oberkirch
Kosten	CHF 100 pro Mädchen aus Sempach (inkl. Elterninfoabend) CHF 120 pro Mädchen extern (inkl. Elterninfoabend) <i>Option Elterninfoabend ohne Workshop für interessierte Erwachsene: Single Fr. 25.- / Paare Fr. 35.-</i>
Anmeldung	mfm@elternforum-sempach.ch Betreff: MFM Girls 2023 (bitte Name, Geburtsdatum und Tel. Nr. beilegen)
Anmeldefrist	24. September 2023