

MFM-Projekt® Workshop für Mädchen: „Die Zyklus-Show“

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

Das Mädchen-Projekt: «Die Zyklus-Show»

Der Vortrag für Mütter und Väter: “Wenn Mädchen Frauen werden“: Nebst Informationen zum MFM-Projekt® erwartet Sie ein neuartiger Blick auf den weiblichen Zyklus sowie Tipps und Erfahrungen zum Thema der (ersten) Menstruation und der Pubertät.

Sie werden ermutigt und unterstützt, ihren Töchtern einen positiven Zugang zu ihrem Körper zu vermitteln. Die Erfahrung zeigt, dass die Mädchen mehr vom Workshop profitieren, wenn sich auch die Eltern vorgängig eingehend mit dem Thema auseinandersetzen und die Kursleiterin kennen.

Mädchenworkshop „Die Zyklus-Show“: In einer spannenden Show mit viel Musik und Material erfährst du, was in deinem Körper passiert, wenn du eine Frau wirst und warum Frauen einen Zyklus und die Menstruation haben. Gemeinsam machen wir uns auf die Reise und du erlebst, wie sich die Östrogen-Freundinnen in deinem Körper für dein Wohl einsetzen, wie die Eizelle jeden Monat ihren Sprung ins grosse Abenteuer wagt und was das Progesteron-Team in deinem Körper immer wieder neu vorbereitet. Lass dich überraschen! Weitere Infos unter www.mfm-projekt.ch.

Zielgruppe: Mädchen im Alter von 10-12 Jahren und ihre Eltern sowie Bezugspersonen

Leitung: Miranda Brügger, Kursleiterin MFM-Projekt, Sozialpädagogin FH (079 273 36 63)

Datum des Elternvortrags „Wenn Mädchen Frauen werden“:

Freitag, 4.12.2026, Zeit: 19.00 – ca. 21.00 Uhr

Datum des Mädchenworkshops „Die Zyklus-Show“:

Samstag, 5.12.2026, Zeit: 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Mehrklassenraum Primarschule, Hitzkirch

Mitnehmen: Decke, Stopper- /Warme Socken, Mittagessen, genügend zu Trinken

Preis: Fr. 125.00 pro Mädchen, inkl. Elternvortrag

Anmeldung: elternforum.hitzkirch@schulen-hitzkirch.ch / oder QR-Code
Angela Müller, 079/564 95 42
bis 20. November 2026 (begrenzte Teilnehmerzahl)



Weiter Infos zum Projekt:
www.mfm-projekt.ch

