

„Nur was ich schätze, kann ich schützen“ ist der Leitgedanke des MFM-Projekts®.

Wie Mädchen und Jungen ihren eigenen Körper erleben und bewerten, hat grossen Einfluss auf ihr Selbstwert- und Lebensgefühl. Ein verantwortungsvoller Umgang mit Gesundheit, Sexualität und Fruchtbarkeit kann nur dann gelingen, wenn junge Menschen dem Körper Achtung und Wertschätzung entgegenbringen.

Elternvortrag **“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.

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!

- Zielgruppe:** Mädchen im Alter von 10 - 12 Jahren,
ihre Mütter und Väter, Grosseltern und interessierte Erwachsene.
- Leitung:** Mara Geiger, Kursleiterin MFM-Projekt®
- Vortrag:** **Freitag, 4. November 2022, Zeit: 19.30 - 21.30 Uhr**
- Workshop:** **Samstag, 5. November 2022, Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr**
- Kursort:** Ref. Kirchgemeindehaus, Unteräschstrasse 27, 5103 Möriken
- Mitnehmen:** Picknick, warme Socken und eine Decke
- Preis:** CHF 120.- (Workshop inkl. Vortrag)
CHF 100.- (für Mitglieder Familienverein)
CHF 25.- (nur Vortrag)
- Anmeldung:** Familienverein Chestenberg, 5103 Möriken
078 862 50 20 (Nadia Güntlisberger)
kurse@familienverein-chestenberg.ch
www.familienverein-chestenberg.ch