



Mädchen Frauen Meine Tage

Samstag, 15. November 2025
von 09.00-16.00 Uhr
im Unterkapellenraum
bei der kath. Kirche Flawil



only
for girls



MFM-Workshop
Die Zyklus-Show

Ein sexualpädagogisches
Präventionsprojekt
für 10-12 jährige Mädchen





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

Wie Mädchen ihren eigenen
Körper erleben und bewerten,
hat grossen Einfluss auf ihr
Selbstwert- und Lebensgefühl.

Sich selbst zu bejahen ist eine
entscheidende Entwicklungsaufgabe
junger Menschen.

Ein verantwortungsvoller Umgang mit
Gesundheit und Sexualität kann nur
gelingen, wenn junge Menschen dem
Körper Achtung und Wertschätzung
entgegenbringen.



weitere Informationen
zum Projekt finden Sie unter
[https://www.mfm-projekt.ch/
maedchenkurse-die-zyklus-show](https://www.mfm-projekt.ch/maedchenkurse-die-zyklus-show)



Kosten: 60 Franken pro Mädchen
(wobei die Kirchgemeinden den Kurs
mitfinanziert)

Mädchen von ausserhalb bezahlen
den vollen Betrag von 120 Franken.

Sollten die Kosten eine Teilnahme
verunmöglichen, nehmen Sie bitte mit
den Ansprechpersonen Kontakt auf.

Anmeldung bis 15. Oktober
unter diesem QR Code



In diesem Tagesworkshop
werden die 10-12-jährigen
Mädchen behutsam und
altersgerecht in die Pubertät
begleitet. Musik, farbenfrohe
Materialien und aktives Mitmachen
ermöglichen den Teilnehmenden das
Lernen mit allen Sinnen, um
körperliche und seelische
Veränderungen während der
Pubertät kennen zu lernen
und zu verstehen.

Infos bei:

Karin Gubser

karin.gubser@ref-flawil.ch - 075 434 03 96

Jeannine Oertle Hälg

jeannine.oertle@se-ma.ch - 076 571 34 59



**Elternvortrag dazu am
Donnerstag, 13. November
von 19.00-21.00 Uhr
im Unterkapellenraum
bei der Kath. Kirche Flawil**

Eltern als Begleiter

Der Vortrag ist Teil des Projekts.
Er richtet sich an die Eltern der Mädchen und
andere interessierte Personen. Darin werden
die Teilnehmenden auf eine wertschätzende Art
und Weise mit dem faszinierenden
Zyklusgeschehen der Frau und den
Veränderungen in der Pubertät bekannt
gemacht. Die Erfahrung zeigt, dass die
Mädchen mehr vom Workshop profitieren,
wenn sich auch die Eltern vorgängig mit dem
Thema auseinandersetzen, ein gemeinsames
Fundament bezüglich ihres Wissens schaffen,
eine gemeinsame Sprache (wertschätzende
Begriffe) sprechen können.
Ebenfalls bietet sich die Möglichkeit
die Kursleiterin kennen zu lernen.



**Reformierte
Kirchgemeinde
Flawil**

www.ref-flawil.ch
www.se-ma.ch



**SE
MA**
SEELSORGE
EINHEIT
MAGDENAU