

## «Die Zyklus-Show»...

### ...was Mädchen über ihren Körper wissen wollen...

Tagesworkshop für Mädchen von 10-12 Jahren und der Vortrag „Wenn Mädchen Frauen werden“ für die Eltern und andere interessierte Personen.

#### **Positiver Start in die Pubertät**

Wie Mädchen ihren eigenen Körper erleben und bewerten, hat grossen Einfluss auf ihr Selbstwertgefühl. Sich als Frau oder Mann zu bejahen und die körperlichen Veränderungen positiv zu erleben sind wichtige Entwicklungsschritte.

In diesem Workshop werden die Zusammenhänge und biologischen Begriffe nachvollziehbar erklärt. Herz und Emotionen werden angesprochen.

Am **Elternvortrag** werden Sie über das Projekt MFM informiert und erhalten einen neuartigen Blick auf den weiblichen Zyklus.

Am **Workshoptag** sind die Mädchen unter sich und erfahren, was sich in ihrem Körper abspielt. In der letzten halben Stunde sind die weiblichen Personen der Familie herzlich willkommen. Eine Abschlussrunde vervollständigt den Tag!

**Elternvortrag:** Montag, 16.11.2020  
19.00 – ca. 21.00 Uhr

**Mädchenworkshop:** Samstag, 28.11.2020  
10.00 – 17.00 Uhr, 1 Stunde Mittagspause, ab 16.30 mit Frauen der Familie

**Kursleitung:** Cornelia Reusser  
Dipl. Pflege- und Gesundheitsfachfrau  
Kursleiterin MFM-Projekt®

**Kosten:** 120.- (Workshop inkl. Vortrag)  
110.- für Mitglieder Elternkreis Kallnach oder Elternverein Aarberg (Workshop inkl. Vortrag)

**Kursort:** Schulhaus, Oberfeldweg 22  
3283 Kallnach

**Anmeldung an:** Monika Gerber  
079 / 797 55 65  
[im.gersch@bluewin.ch](mailto:im.gersch@bluewin.ch)

«Die Zyklus-Show»...

...was Mädchen über ihren Körper wissen wollen...

Weitere Infos unter: [www.mfm-projekt.ch](http://www.mfm-projekt.ch)