



-Projekt®
mfm-projekt.ch

**“Die Zyklus-Show” &
“Agenten auf dem
Weg”
in**

Effretikon

Sexualpädagogische
Workshops
des MFM-Projekts®



Liebe Eltern,

Wir freuen uns, Ihnen heute die sexualpädagogischen Workshops des MFM-Projekts[®] vorstellen zu dürfen.

Diese Workshops vermitteln den Kindern in geschlechtergetrennten Workshops auf sorgfältige und spielerische Art und Weise, wie ihr Körper funktioniert und bereiten sie auf die Veränderungen während der Pubertät vor.

Am Elternvortrag lernen Sie nicht nur die Kursleitung kennen, sondern erfahren auch ganz genau, wie die verschiedenen Inhalte thematisiert werden. Das wird Ihnen helfen, mit Ihrem Kind einen offenen Dialog zu diesen wichtigen Themen zu führen und es durch die herausfordernde Zeit der Pubertät zu unterstützen und zu begleiten.

Damit sind die Angebote des MFM-Projekts[®] eine ideale Ergänzung zum schulischen Unterricht.

Wir legen Ihnen dieses Projekt deshalb besonders ans Herz und freuen uns, wenn Ihr Kind (z.B. mit einer Kollegin/einem Kollegen) den Workshop besuchen kann.

Carolina Pescheta

Vorstandsmitglied der EMV

Schulhaus Eselriet, Effretikon



Übersetzung

Infos zum MFM-Projekt in 17 Sprachen
[mfm-projekt-translate](https://mfm-projekt-translate.ch)



Anmeldung

Bitte melden Sie Ihr Kind über diesen [Link](#) oder per Email c.pescheta@sunrise.ch bis zum **31.08.2026** an (Platzzahl beschränkt) und geben Sie dabei die vollständigen Angaben Ihres Kindes sowie der Eltern/Erziehungsberechtigten an. Sie erhalten danach eine Anmeldebestätigung.

Bitte beachten Sie, dass Anmeldungen definitiv sind und bei Abmeldungen das Kursgeld geschuldet bleibt.

Die Workshops

Wie junge Menschen ihren Körper erleben und bewerten, hat grossen Einfluss auf ihr Selbstwertgefühl.

Sich selbst und den eigenen Körper zu bejahen und die Veränderungen in der Pubertät positiv zu erleben, ist für Heranwachsende sehr wichtig. Das MFM-Projekt® unterstützt sie und ihre Familien dabei.



Das Wichtigste vom ganzen Tag war für mich...

“dass jedes Kind etwas ganz Spezielles ist”

Der Elternvortrag

Am Elternvortrag werden Eltern und interessierte Erwachsene auf eine neue, wertschätzende Art und Weise mit den faszinierenden Vorgängen im Körper von Mann und Frau vertraut gemacht und erhalten neue Impulse für gemeinsame Gespräche in der Familie.





“Die Zyklus-Show“

Mit viel Material und Musik lernen die Mädchen, die Vorgänge rund um Pubertät, Zyklusgeschehen und Fruchtbarkeit liebevoll und im geschützten Rahmen kennen. Sie schlüpfen in die Rolle der Hormone und erleben staunend, wie die Eizelle den Sprung ins grosse Abenteuer wagt. Das Verstehen und Besprechen der Menstruation bereitet die Mädchen auf ihre monatliche Blutung vor, schenkt Vertrauen und weckt Stolz.



“Agenten auf dem Weg“

In einem Abenteuerspiel lernen die Jungen die Vorgänge rund um Pubertät und Fruchtbarkeit wertschätzend kennen und verstehen. Als Spezialagenten in der Rolle der Spermie machen Sie sich auf die Reise durch den männlichen und weiblichen Körper, wo die Siegerspermie am Ende der Mission eine Eizelle befruchtet und ein Kind entsteht. Hier erfahren sie auch, warum Mädchen eine Blutung und einen immer wiederkehrenden Zyklus haben.



Das MFM-Projekt®

Dr. med. Elisabeth Raith-Paula hat das MFM-Projekt® 1999 ins Leben gerufen und ist in über 15 Ländern vertreten. Das MFM-Projekt® Schweiz ist politisch, kulturell und konfessionell unabhängig.

Unter dem Leitgedanken „Nur was ich schätze, kann ich schützen“ werden die Jungen und Mädchen mit den Vorgängen in ihrem Körper vertraut gemacht. Dadurch entwickeln sie ein gesundes Selbstvertrauen, gewinnen an Selbstsicherheit und lassen sich weniger verunsichern.



Werden Sie Kursleitung!

Wir suchen laufend Kursleitungen, die mit Begeisterung und Herzblut Kindern einen positiven Einstieg in die Pubertät ermöglichen wollen. Kontaktieren Sie uns gerne!
www.mfm-projekt.ch/ausbildung



Organisatorisches

Elternvortrag zur “Zyklus-Show”

27. November 2026, von 18.30 – ca. 20.15 Uhr
Schulhaus Schlimperg, Singsaal, Schlimpergstrasse 18,
8307 Effretikon

Elternvortrag zu “Agenten auf dem Weg”

18. September 2026, von 18.30 – ca. 20.00 Uhr
Schulhaus Schlimperg, Singsaal, Schlimpergstrasse 18,
8307 Effretikon

Preis

Fr. 35.—Einzelperson / Fr. 45.– Elternpaar

Mädchen-Workshop

Kursleiterin

Frau Graziella Hürlimann,
Email: g.huerlimann@mfm-projekt.ch

Datum, Zeit und Ort

28. November 2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Mitnehmen

Znüni, Lunch, eine Decke, warme Socken

Preis

Fr. 65.– pro Mädchen, inkl. Elternvortrag (Einheimische)
Fr. 120.–pro Mädchen für Auswärtige

Jungen-Workshop

Kursleiter

Herr Beat Schegg,
Email: info@beatschegg.ch

Datum, Zeit und Ort

19. September 2026, 09:00 – 16:00 Uhr

Mitnehmen

Znüni, Lunch

Preis

Fr. 65.– pro Jungen, inkl. Elternvortrag (Einheimische)
Fr. 120.– pro Jungen für Auswärtige

Weitere Informationen

Möchten Sie schon vor dem Elternvortrag mehr über das MFM-Projekt® erfahren? www.mfm-projekt.ch