

## Eltern als Begleiter



Als erste Ansprechpartner ihrer Kinder tun sich Eltern bei Fragen zu Körpergeschehen und Sexualität oft nicht leicht.

Das MFM-Programm möchte sie mit einem Vortragsangebot unterstützen: Wie ihre

Kinder, so werden auch sie auf ganz neue, wertschätzende Art und Weise vertraut gemacht mit den faszinierenden Vorgängen im Körper von Mann und Frau. Sie erfahren, was den Mädchen und Jungen vermittelt wird, und nicht selten profitieren sie für sich selbst noch eine ganze Menge! Vor allem aber wird der Weg bereitet für das wichtige gemeinsame Gespräch in der Familie.

## Organisation

Der gemeinnützige Verein MFM Deutschland e.V. unterstützt mit über 500 zertifizierten ReferentInnen Menschen dabei, einen positiven Bezug zu Körper und Fruchtbarkeit zu finden, gemäß MFM – My Fertily Matters – Meine Fruchtbarkeit hat Bedeutung! Mit verschiedenen Programmangeboten wurden seit 1999 bereits 500.000 Teilnehmer erreicht. Verantwortlich für die Durchführung vor Ort sind die Regionalen MFM-Zentralen, meist in der Trägerschaft der (Erz-)Bistümer.

## Auszeichnungen

Bayerischer Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis 2002

„Best-practice“-Projekt in der Europäischen Union 2003



**My Fertility Matters**  
MFM Deutschland e.V.

## Kontaktaufnahme

National: [www.mfm-programm.de](http://www.mfm-programm.de)

International: [www.mfm-projekt.eu](http://www.mfm-projekt.eu)

**Im Internet können weitere Infos sowie die regionalen MFM-Zentralen und AnsprechpartnerInnen abgerufen werden.**

## MFM Deutschland e.V.

Rotwandstr. 14 · 82178 Puchheim bei München

Tel. 089 890 261 68 · Fax 890 261 69

Mail: [info@mfm-programm.de](mailto:info@mfm-programm.de)

## Ihre AnsprechpartnerIn vor Ort



## Regionale MFM-Zentrale Leipzig

Tel./Fax 0341 303 78 20

E-Mail: [nfp-zentrum.leipzig@gmx.de](mailto:nfp-zentrum.leipzig@gmx.de)

[www.nfp-zentrum-leipzig.de](http://www.nfp-zentrum-leipzig.de)

## Buchtipp

### Was ist los in meinem Körper?

Alles über Zyklus, Tage, Fruchtbarkeit

Dr. med. Elisabeth Raith-Paula

12,99 Euro · Pattloch-Verlag

ISBN: 978-3-629-01431-3



## Mädchen, Jungen und ihre Eltern in die Pubertät begleiten

Ein wertorientiertes, sexualpädagogisches Präventionsprogramm



**Agenten auf dem Weg**  
My Fertility Matters



**Zyklusshow**  
My Fertility Matters



Wie Mädchen und Jungen ihren eigenen Körper erleben und bewerten, hat großen Einfluss auf ihr Selbstbild und ihr Selbstwertgefühl. Sich als Frau oder Mann zu bejahen und die körperlichen Veränderungen in der Pubertät in positiver Weise zu erleben, ist eine wichtige Entwicklungsaufgabe. Gerade die Art und Weise, wie junge Menschen auf die körperlichen Veränderungen vorbereitet werden, wirkt sich auf ihre spätere Einstellung zu Gesundheit, Sexualität und Fruchtbarkeit aus. Das MFM-Programm möchte sie dabei unterstützen.

#### Wir bieten an:

## Workshop für Mädchen Die Zyklusshow – dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur

## Workshop für Jungen Agenten auf dem Weg

## Vortrag für Eltern

#### Rahmenbedingungen:

- Für Mädchen und Jungen zu Beginn der Pubertät (10 – 12 Jahre, Hauptzielgruppe 5. Klasse)
- In der Schule (6 Schulstunden vormittags oder am Samstag) oder
- Außerhalb der Schule: Bildungseinrichtungen und Pfarreien (ca. 6 Stunden)
- Maximal 15 Mädchen bzw. Jungen pro Workshop
- Das Jungenprojekt kann derzeit noch nicht in jeder Region parallel zum Mädchenprojekt angeboten werden.
- Vortrag für Eltern (1,5 – 2 Std.)
- Workshop und Vortrag sind kostenpflichtig.

## Ideale Ergänzung zum Schulunterricht: Wertschätzung als Grundprävention

Bei der schulischen Sexualerziehung im Klassenverband steht die Vermittlung von biologischen Fakten im Vordergrund. Das MFM-Programm bietet durch Ansprache der emotionalen Ebene eine ideale Ergänzung des Schulunterrichts: In geschlechtsgetrennten Workshops werden die Mädchen und Jungen auf eine Entdeckungsreise durch den weiblichen bzw. männlichen Körper geschickt. Dabei erleben sie die

Vorgänge rund um Pubertät, Zyklusgeschehen, Fruchtbarkeit und die Entstehung neuen Lebens alterssprechend, liebevoll und im geschützten Rahmen. Eine Fülle von anschaulichen, farbenfrohen Materialien und aktives Mitmachen ermöglichen das Lernen mit allen Sinnen.

Mit einer wertschätzenden Sprache, insbesondere durch positive Bilder und Vergleiche aus der Lebenswelt der Kinder



**Zyklusshow**  
My Fertility Matters

Meine Fruchtbarkeit  
hat Bedeutung!



**Agenten auf dem Weg**  
My Fertility Matters



werden die Zusammenhänge nachvollziehbar und die biologischen Fachbegriffe positiv besetzt. Herz und Emotionen werden angesprochen und das Staunen über das Wunder des eigenen Körpers neu gelernt.

## Körperkompetenz steigern

Durch die ganzheitliche Wissensvermittlung erlangen die Mädchen und Jungen bereits nach einem Workshop eine erstaunliche Körperkompetenz. Sie wissen nun wirklich Bescheid, können über das Thema in einer angemessenen Sprache reden, lassen sich nicht mehr so leicht verunsichern und entwickeln so ein gesundes Selbstvertrauen in ihren eigenen Körper.

## Nur was ich schätze, kann ich schützen

Leitgedanke