

## MFM – My Fertility Matters (wörtlich übersetzt: „Meine Fruchtbarkeit zählt“)

„Zyklusshow“    „Agenten auf dem Weg“    „WaageMut“

Im Schuljahr 2017/2018 haben wir der Schulleitung MFM, ein innovatives, werteorientiertes, sexualpädagogisches Programm, vorgeschlagen und dann zusammen mit der Fachschaft Biologie und dem Elternbeirat am COG eingeführt. **Die Finanzierung des Projekts wird vom Förderverein und dem Elternbeirat unterstützt.** Die individuellen Beiträge der Schülerinnen und Schüler können so auf einem niedrigen Niveau gehalten werden.

Der grundlegende Workshop "KörperWunderWerkstatt" für die 4. Klassen wird auf der Johann-Schmid-Grundschule seit einigen Jahren durchgeführt. MFM ist dadurch bereits einigen Kindern und Eltern bekannt. Sie haben die Organisation der weiterführenden Workshops am COG sehr begrüßt.

Ergänzend zum Sexualkundeunterricht im Fach Natur und Technik, gab es in 2018 und 2019 einen MFM Projekttag für Schülerinnen und Schüler der **5. Klassen**. Für die Jungs unter dem Titel „Agenten auf dem Weg“, für die Mädchen unter dem Titel „Zyklusshow“.

Auf Grund der Covid-19 Pandemie musste MFM in 2020 aussetzen – es wird nun mit den 6. Klassen in 2021 stattfinden. Gleichzeitig werden die aktuellen 5. Klassen in 2021 wie gewohnt mitmachen dürfen.

Während der COVID Pandemie musste das MFM Programm notgedrungen leider eine Pause einlegen. Aber seit 2021 läuft wieder alles nach Plan. Sogar noch besser, denn seitdem gibt es MFM zusätzlich für die **9. Klassen**. Ein ergänzender Workshop mit dem Titel „Waagemut“ für die ältere Stufe rundet jetzt das Programm ab.

**Die Finanzierung der 5. Klassenstufe übernimmt der Förderverein. Die Gelder für die 9. Klassenstufe kommen vom Elternbeirat.** Eine tolle Kooperation dieser beiden Gremien der Schulfamilie, um MFM ganzheitlich zu ermöglichen.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Details zu den einzelnen Workshops für die verschiedenen Altersgruppen.

Die Vorteile und Pluspunkte des MFM Programmes liegen auf der Hand und orientieren sich klar an den Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen:

- Mädchen und Jungs werden getrennt und jeweils in kleinen Gruppen unterrichtet.
- Den Schülerinnen und Schülern wird auf altersgerechte Art und Weise erklärt, wie neues Leben entsteht.
- Sie erfahren, wie sich die bevorstehende (oder bereits begonnene) Pubertät auf ihren Körper auswirkt und welche höchstspannenden Veränderungen mit ihrem Körper geschehen.
- Sehr wichtig ist die Wertschätzung des eigenen Körpers. Jede und Jeder ist kostbar und wird respektiert.
- Lehrer und Lehrerinnen sowie Eltern oder sonstige Erziehungsberechtigte werden (dürfen) nicht anwesend sein. So können die Kinder frei, unbeobachtet und ohne ein Gefühl von Peinlichkeit diese sensiblen Themen diskutieren.
- Ein Workshop dauert 6 Schulstunden.
- Zu jedem Workshop findet im Vorfeld ein Elternvortrag statt. Hier erfahren die Eltern die gleichen Inhalte, die den Kinder vermittelt werden. Selbstverständlich können offene Punkte diskutiert werden und die MFM Fachleute beraten bei Fragen.



## „Zyklusshow“ für Mädchen (5. Klasse)

Die „Zyklusshow“ ist eine einzigartige, anschauliche und liebevolle Darstellung des weiblichen Zyklusgeschehens. In phantasievollen Rollenspielen schicken wir 10- bis 12-jährige Mädchen auf eine spannende Entdeckungsreise durch die Geheimnisse ihres weiblichen Körpers. Weit entfernt von trockener Theorievermittlung oder der mit dem Thema oft verbundenen Peinlichkeit erlernen die Mädchen spielerisch, altersgerecht und in geschütztem Rahmen, wie ein neues Leben entsteht, welche Veränderungen die Pubertät mit sich bringt und warum Frauen ihre Tage bekommen. Liebevoll wird dem Thema der Raum gegeben, der ihm gebührt.

Weitere Informationen finden Sie hier:

Kinder Workshop

[www.mfm-programm.de/index.php/angebote/zyklusshow](http://www.mfm-programm.de/index.php/angebote/zyklusshow)

Elternvortrag

<https://www.mfm-programm.de/index.php/angebote/elternvortrag/item/80-elternvortrag>



## „Agenten auf dem Weg“ für Jungs (5. Klasse)

Der Workshop „Agenten auf dem Weg“ ist eine einzigartige, anschauliche und liebevolle Darstellung der Vorgänge im Körper von Mann und Frau. In einem phantasievollen Stationenspiel schicken wir 10- bis 12-jährige Jungen auf eine spannende Entdeckungsreise durch den männlichen und weiblichen Körper. Weit entfernt von trockener Theorievermittlung oder der mit dem Thema oft verbundenen Peinlichkeit erlernen die Jungen spielerisch und in geschütztem Rahmen, was in ihrem eigenen Körper geschieht, wenn sie sich vom Jungen zum Mann entwickeln, wie neues Leben entsteht und warum Frauen ihre Tage bekommen. In ernsthaften Gesprächen, aber auch mit viel Spaß wird dem Thema in altersgerechter und respektvoller Weise der Raum gegeben, der ihm gebührt.

Weitere Informationen finden Sie hier:

Kinder Workshop

[www.mfm-programm.de/index.php/angebote/agenten-auf-dem-weg](http://www.mfm-programm.de/index.php/angebote/agenten-auf-dem-weg)

Elternvortrag

<https://www.mfm-programm.de/index.php/angebote/elternvortrag/item/80-elternvortrag>



## „WaageMut“ für Jugendlichen (9. Klasse)

WaageMut ist das neue, weiterführende Angebot des MFM-Programms und baut auf den Workshops Zyklusshow und Agenten auf dem Weg auf. Er richtet sich an Jugendliche ab der 8. Klasse und junge Erwachsene (optimale Altersgruppe: ab 9. Klasse). Er baut idealerweise auf den MFM-Angeboten „Zyklusshow“ und „Agenten auf dem Weg“ auf.

Inhaltlicher Schwerpunkt ist hier das fundierte und RICHTIGE Wissen um die Fruchtbarkeit von Frau und Mann und der achtsame Umgang mit diesem wertvollen Gut. Es geht um die Wirkweise der verschiedenen – insbesondere hormonellen – Verhütungsmethoden im Körper der Frau. Aspekte und Impulse für eine gelingende Beziehung runden die Inhalte ab. Dem Lehrplan entsprechend unterstützen wir junge Menschen mit diesem Workshop in ihrer Fähigkeit, eigenverantwortliche Entscheidungen zu treffen.

### ***Was ist das Besondere an WaageMut?***

Durch die für das MFM-Programm typischen, anschaulichen und sinnlich ansprechenden Materialien und die interaktive Didaktik werden auch komplexe Zusammenhänge verständlich. Im WaageMut-Workshop werden den Jugendlichen Informationen zugeMutet, die allzu einfache Patentlösungen, wie sie den Jugendlichen oft angeboten werden, hinterfragen. Es wird „Abwägen“ eingeübt statt fertige Lösungen und Empfehlungen vorzugeben. Deswegen ist die Waage auch das Workshop-Symbol. Die Jugendlichen werden erMutigt, auf sich selbst zu vertrauen und eigenverantwortliche Entscheidungen zu treffen. Grundlage des Workshops ist der wertschätzende Zugang zu sich selbst und zu anderen.  
und

### ***Warum ist richtiges Wissen um die eigene Fruchtbarkeit so wichtig?***

Obwohl sich Jugendliche in der Regel gut aufgeklärt fühlen, besteht – objektiv betrachtet – immer noch ein großes Wissensdefizit, was die konkreten Fakten zur eigenen Fruchtbarkeit betrifft. Das allenthalben kursierende Halbwissen ist noch gefährlicher und kann zu überraschenden, nicht gewollten Schwangerschaften führen, die durch fundierte und richtige Informationen leicht vermieden werden könnten. Mangels Zeit und noch nicht aktualisierter Lehrbüchern bleibt der Schulunterricht diesbezüglich oft an der Oberfläche. Wir haben das aktuelle Fachwissen zu diesem Thema jugendgerecht aufbereitet und möchten es weitergeben. Denn: Das Wissen über Fruchtbarkeit sollte zum Grundwissen einer jeden Frau und eines jeden Mannes gehören. Es hilft nicht nur, ungeplante Schwangerschaften zu vermeiden, sondern trägt dazu bei, mit dem eigenen Körper bewusster und achtsamer umzugehen und sich später einen möglichen Kinderwunsch zum geeigneten Zeitpunkt zu erfüllen. Dieses Wissen fördert die Selbstbestimmung und eine echte Körperkompetenz – Prävention im besten Sinn.

Kinder Workshop

<https://www.mfm-programm.de/index.php/angebote/waagemut>

Elternvortrag

<https://www.mfm-programm.de/index.php/angebote/elternvortrag/item/200-elternvortrag-waagemut>

Filme über MFM und die Geschichte der Entwicklung des MFM-Programms finden Sie hier:

<https://www.mfm-programm.de/index.php/verein/entwicklung-des-mfm-programms>