

www.nosotras.it



Giornata dell'igiene mestruale

UN INCONTRO PER UNA SALUTE
SESSUALE E RIPRODUTTIVA EQUA E
ACCESSIBILE PER TUTT*3

Martedì 28 Maggio
dalle 17:30 alle 19:30

In via Faenza, 103. Firenze

PROGRAMMA

17:30 - **Accoglienza dei partecipanti**

17:45 - **Benvenuto da parte del team**

18:00 - Dott.ssa Ilaria Ponziani, Medica Chirurgo,
Specialista in Ginecologia e Ostetricia
Presentazione **Oltre il Tabù: Comprendere e
Celebrare il Ciclo Mestruale**

18:30 - Dott.ssa Alice Donzelli - Ostetrica
Associazione La Mia Ostetrica
Dott.ssa Giuditta Bellosi - Attivista
nell'associazione **Period Think Tank**
Dott.ssa Ilaria Ponziani - Medica Specialista in
Ginecologia e Ostetricia
Isabella Mancini - Presidente **Nosotras Onlus**
Sezione interattivo **In armonia: il potere del
ciclo mestruale nel corpo della donna**

19:15 - **Aperitivo di chiusura**

Attività realizzata
nell'ambito del progetto:



Promosso da:



NO
ASSOCIAZIONE
NOSOTRAS
25 ANNI INSIEME





L'igiene mestruale

L'inizio delle mestruazioni segna una nuova fase nella vita delle adolescenti, portando con sé nuove sfide e vulnerabilità. Ogni mese, circa 1,8 miliardi di persone, tra cui ragazze, donne, uomini transgender e persone non binarie, affrontano il ciclo mestruale. Tuttavia, molte di loro devono fronteggiare la stigmatizzazione, le molestie e l'esclusione sociale legate alle mestruazioni. Queste norme sociali discriminatorie e i tabù culturali, spesso radicati nell'ineguaglianza di genere, nella povertà e nella mancanza di accesso a servizi igienici e prodotti sanitari, ostacolano milioni di persone nella gestione dignitosa e salutare del proprio ciclo mestruale.

Una corretta igiene mestruale è fondamentale per il benessere e l'emancipazione di donne, adolescenti, uomini transgender e persone non binarie, poiché svolge un ruolo cruciale nel consentire loro di raggiungere il loro pieno potenziale. Gli impatti negativi della mancanza di una buona igiene mestruale coinvolgono vari aspetti:



- **Salute fisica:** Una scarsa igiene mestruale può comportare seri rischi per la salute, come infezioni del tratto riproduttivo e urinario, che possono provocare infertilità futura e complicazioni alla nascita. Inoltre, trascurare di lavarsi le mani dopo aver cambiato i prodotti mestruali può diffondere infezioni, come l'epatite B e il mughetto.
 - **Salute mentale:** La mancanza di mezzi per la gestione igienica delle mestruazioni può causare disagio e stress psicologico, contribuendo alla vergogna e talvolta alla depressione che molte persone sperimentano a causa dei tabù e dello stigma legati alle mestruazioni.
 - **Vita quotidiana:** Una buona igiene mestruale e l'accesso a materiali mestruali a prezzi accessibili possono migliorare l'accesso delle ragazze e delle donne all'istruzione, aprendo maggiori opportunità in termini di istruzione, lavoro, promozioni e imprenditorialità. Ciò consente alle donne di contribuire all'economia generale anziché essere relegate a casa.
-



"Le donne e le ragazze adolescenti hanno il diritto di utilizzare materiali puliti per la gestione del ciclo mestruale, consentendo loro di assorbire o raccogliere il sangue mestruale in modo da poterlo cambiare in completa privacy ogni volta che è necessario. Inoltre, dovrebbero avere accesso a strutture sicure e comode per lo smaltimento dei materiali utilizzati. È essenziale che vengano informate sui fatti fondamentali relativi al ciclo mestruale e su come gestirlo con dignità, senza disagio o paura."

(WHO/UNICEF Joint Monitoring Programme 2012).

**Da tutto il mondo, resistiamo, lavoriamo, lottiamo
insieme per un #PeriodFriendlyWorld**

La Giornata dell'igiene mestruale (MH Day) è una campagna globale che unisce organizzazioni no-profit, governi, individui, aziende e media per promuovere una buona salute e igiene mestruale (MHH).



La **giornata internazionale dell'igiene mestruale (MH DAY)** ha due obiettivi principali. In primo luogo, mira a rompere il tabù sulla salute e igiene mestruale, aumentando la consapevolezza e modificando le norme sociali negative riguardanti la **salute e l'igiene mestruale (MHH)**. In secondo luogo, esorta i leader a dare priorità e ad agire sulla MHH a livello globale, nazionale e locale.

Dal 2014, **MH Day** ha registrato una crescita significativa. Leggi il rapporto sull'impatto di MH Day per conoscere i risultati e scoprire come questa giornata stia generando un cambiamento positivo per la MHH.

In un mondo **#PeriodFriendly**, lo stigma e i tabù che circondano le mestruazioni appartengono al passato. È un mondo in cui tutti possono accedere ai prodotti, all'istruzione e alle infrastrutture di cui hanno bisogno.



Come utilizzare **#PeriodFriendlyWorld**

L'hashtag **#PeriodFriendlyWorld** è estremamente flessibile e si adatterà perfettamente alla tua campagna.

Inizia una conversazione: Puoi usarlo per avviare conversazioni con i tuoi follower e beneficiari. Diventa curioso e apri un dialogo con gli altri. Fai una domanda su **#PeriodFriendlyWorld** e ascolta.

- "Qual è la tua visione di un **#PeriodFriendlyWorld**?"
- "Pensi di vivere in un **#PeriodFriendlyWorld**?"
- "Dove vedi ancora le sfide nel procedere verso un **#PeriodFriendlyWorld**?"

Parla del tuo lavoro: L'hashtag è anche un ottimo strumento per parlare del tuo lavoro. Menziona il tuo contributo a **#PeriodFriendlyWorld**.

Fonti bibliografiche:

www.unicef.org
www.worldbank.org
www.menstrualhygieneday.org
