

나의 월경이야기

月	시작한 날	끝난 날	생리 기간	배란일	가임기	생리량	생리통증 (통증의 정도에 따라 체크)	생리통약 복용 여부
1					~		○○○○○	☐
2					~		○○○○○	☐
3					~		○○○○○	☐
4					~		○○○○○	☐
5					~		○○○○○	☐
6					~		○○○○○	☐
7					~		○○○○○	☐
8					~		○○○○○	☐
9					~		○○○○○	☐
10					~		○○○○○	☐
11					~		○○○○○	☐
12					~		○○○○○	☐



나는달)

한국과 네덜 여성이
함께 만드는 즐겁고 건강한
월경문화 프로젝트



나는달^{☆☆}은 어떤 의미인가요?

네पाल을 향해 '날으는 달거리대'의 줄임말이기도 하고 '달'은 여성을 의미하기도 합니다!
달거리대는 생리대의 순 우리말이에요. 나는달 1+1 캠페인을 통해 건강과 환경에 좋은 면 생리대를 나를 위해 하나, 네팔 여성에게 하나를 선물합니다!

왜 네팔에 면생리대를 보내나요?

네팔에서 월경은 불순하고 숨겨야 하는 것으로 여겨지기도 합니다.
월경기간동안 일상생활이 제한되는 관습 때문에 여성들이 사회로부터 고립되는 경우도 있습니다. 네팔의 일회용 생리대는 가격이 비싸고 질이 나빠 사용하기 어렵습니다.

우리가 모르고 있던 생리대에 관한 진실!

'하얗게 깨끗하게' 라는 광고처럼 생리대는 그렇게 순결한 물건일까요?
생리대는 앞으네 흡수력이 좋지요. 여기에도 다 비밀이 있다는 사실! 흡수력을 좋게 하기 위해 온갖 화학물질과 고분자흡수제를 넣는답니다. 우리 몸 중에서도 가장 예민한 질은 그런 물질들을 흡수하게 되죠. 일회용 생리대를 쓰다보면 가렵고 짓무를 때가 바로 그 이유입니다. 화학물질들은 생리통을 더 심하게 만들기도 해요.

우리 몸에만 나뉘게 아니야! 환경도 아파요!

우리는 일회용 생리대를 쉽게 쓰고 버리지만 그 양은 엄청납니다.
계산을 해보면 13살부터 50살까지 총 27년동안 한달에 5일, 하루 평균 5개의 생리대를 쓴다고 가정하면 평생 약 11,100개의 생리대를 쓴답니다. 이 11,100개의 생리대를 생산하려면 매년 여의도만한 숲을 파괴해야해요!

나와 지구의 건강을 지키는 첫걸음, 면생리대!

면생리대는 일회용생리대의 대안이에요.
재활용이 가능해 지구에게 부담을 덜 주고 순면으로 만들어 우리의 건강도 지킬 수 있죠!

날으는 달거리대

나는달 1+1 파우치에는 면생리대 관제표 커버와 제작키트 세트로 구성되어있습니다.
함아는 나를 위해, 다른 함아는 직접 만들어 네팔 여성에게 선물하세요!

제작한 면생리대 하나를 파우치 안에 담긴 봉투에 넣어 여성환경연대로 보내주세요!

보내주신 면생리대는 네팔 여성에게 전달되고 파우치를 구입하신 비용의 일부는 네팔 여성건강 워크샵을 위해 사용됩니다. 나는달 파우치는 면생리대 주머니로 활용해보세요.

주소 서울시 영등포구 국회대로 55길 6 여성미래센터 201호 문의전화 02-722-7944

네이버 해피빈 '나는달 프로젝트' 모금에 함께해주세요. 해피빈에서 '여성환경연대'를 검색하세요!