

माहवारी

शर्म नहीं - समझने की बात

प्रत्येक लड़की के जीवन की सामान्य और प्राकृतिक प्रक्रिया है। माहवारी शुरू होने के बाद भी जीवन सामान्य ही रहता है।

व्यक्तिगत स्वच्छता

रोज नहायें। साफ व धुले हुए कपड़े पहनें। अच्छे पैड का इस्तेमाल करें। प्रत्येक 5 घंटे में पैड बदलें।



निपटान

पैड को प्रयोग करने के बाद कूड़े के डब्बे में पुराने अखबार में फेंकें।
या
गड्ढा खोदकर उसमें दबा दें।

अतिमहत्वपूर्ण

पैड को कभी भी खुले में न फेंकें और ना ही इसे लेटिरीन में डालें। अपनी मासिक तारीख याद रखें।

प्रोजेक्ट 'नंदिनी - आओ मिलकर चुप्पी तोड़े'

वर्धमान टेक्सटाईल्स लिमिटेड कम्पनी की सोच महिलाओं के प्रति अनुकूल है। वर्धमान अपनी सामाजिक जिम्मेदारियों (CSR) के तहत स्कूलों में 12 से 19 वर्ष की किशोरी लड़कियों को माहवारी स्वच्छता के प्रति सकारात्मक व्यवहार परिवर्तन लाने के लिये एक्शन इंडिया संस्था (दिल्ली) के सहयोग से 'नंदिनी' प्रोजेक्ट की शुरुआत 2019 से लुधियाना के पाँच स्कूलों में की गई है। वर्धमान, अपने पहले चरण में एक्शन इंडिया द्वारा निर्मित बायोडिग्रेबल पैड (FLY) सेनिटरी नैपकिन वैडिंग मशीन में उपलब्ध करायेगा और प्रयोग किये गये पैड के निपटान के लिये इंसिनिरेटर मशीन लगायेगा।

Initiative by : **Vardhman Textiles Limited**



Vardhman

Delivering Excellence. Since 1965.

Implemented by:

ai action india

5/27A, Jangpura B, New Delhi-110014

e : actionindia1976@gmail.com, www.action-india.org