

November 2022

Liebe Freund:innen von ARS

Was macht die Projekte unserer Partnerorganisation *Regenboog India Foundation* so besonders? Für uns sind es die innovative Kraft und das beständige Bestreben des *Regenboog*-Teams, nach neuen Wegen zu suchen, um auf wirksame Weise noch mehr Menschen noch besser zu einem selbstbestimmten Leben zu befähigen. Ein Beispiel dieser Kraft ist das *Menstrual Hygiene Awareness Project*, eine Initiative zur Bewusstseinsbildung rund um Menstruation und Monatshygiene, von der Madhan Mohan, der Projektleiter in Indien, auf der nächsten Doppelseite erzählt.

Am Sonntag, 6.11., wurden im Kafi Stadtmuur in Winterthur rund 50 Spender:innen und Interessierte von Madhan persönlich über diese neue Initiative und die aktuellen Entwicklungen in den restlichen Projekten ins Bild gesetzt. Seine Präsentation, die anschliessenden Gespräche und das indische Essen waren eine besondere und eindrückliche Gelegenheit, ganz direkt mit den Projekten in Indien in Berührung zu kommen. Madhan reist Anfang Dezember wieder nach Indien zurück.

Madhans Präsentation in Winterthur



Wenn Sie den Austausch mit Madhan verpasst haben und sich über diesen Brief hinaus detailliert über den Stand der Projekte informieren möchten, empfehlen wir den Jahresbericht der *Regenboog India Foundation* auf unserer Webseite.

Wir freuen uns sehr darüber, dass die Projekte in den vergangenen Jahren laufend gewachsen sind und dadurch eine grössere Wirkung erzielen. Gleichzeitig wächst damit auch der Bedarf an Spendengeldern. Umso dankbarer sind wir für Ihre grosszügige und kontinuierliche Unterstützung. Denn die wichtige Arbeit der *Regenboog India Foundation* bleibt nur dank Ihrer Spende möglich. Wenn Sie zudem weitere Personen auf uns aufmerksam machen möchten, sind unsere Postkartensets und Geschenkkurkunden, die Sie über unsere Webseite bestellen können, eine schöne und sinnvolle Möglichkeit.

Herzliche Grüsse,
der Vorstand

Delia Meyer
Peter Diener
Marianne Stutz
Annemarie Lehmann
Silvan Diener



Zum Jahresbericht
aus Indien



Zu den Karten und
Geschenkkurkunden



Präsentation zum Thema



Zuhörerinnen: vom Thema gefangen



Verteilen der Broschüre Happy Periods

Selbstbewusstsein fördern statt stigmatisieren, Madhan erzählt

Am Anfang des *Menstrual Hygiene Awareness Projects* stand eine Tragödie. Während des Unterrichts in einem Dorf unweit von Tiruvannamalai erhielt ein zwölfjähriges Mädchen ihre erste Monatsblutung und erschrak. Sie hatte keine Ahnung, wie ihr geschah. Ohne Erklärung befahl ihr die Lehrerin, in die Ecke zu sitzen und nicht darüber zu reden. Das Mädchen glaubte, dass ihr gerade etwas Schreckliches widerfahre – immerhin lief Blut aus ihrem Körper, und das war offenbar schlimm genug, dass es den Erwachsenen die Stimme verschlug.

Eine traurige Gewissheit beschlich sie: Sie war todkrank und würde sterben. Um ihr vermeintliches Leiden zu verkürzen, trank sie Gift und starb.

Der entsetzliche Tod dieses Mädchens machte uns tief traurig, aber auch wütend. Denn er wäre vermeidbar gewesen und ist in seiner Schrecklichkeit ein extremes Beispiel für die Folgen der Tabuisierung rund um Menstruation und Monatshygiene. Diese Tabuisierung führt dazu, dass 48% der Mädchen in Indien nichts von der Periode wissen, wenn sie sie zum ersten Mal haben. Die Stigmatisierung dieses natürlichen Vorgangs ist für Frauen ein Gesundheitsrisiko: Wenn das Gespräch darüber derart beschämend ist, gibt es bei Fragen oder Problemen weder Antworten noch Hilfe. Und wem vermittelt wird, dass der eigene Körper immer wieder «unrein» und «abstoßend» ist, dem wird körperliche Autonomie versagt und Minderwertigkeit vermittelt.

Dieser Suizid war für uns ein Weckruf. Wir wollten die unerträgliche Situation nicht länger dulden. Unser Ziel war, in den Primarschulen ein Angebot zu schaffen, wo Mädchen und junge Frauen über Menstruation, Monatshygiene und den Umgang mit Schmerzen aufgeklärt werden und ein enttabuisierender Dialog stattfinden kann. Das umzusetzen, war allerdings gar nicht so einfach, denn der Widerstand gegen unser Vorhaben folgte unverzüglich und heftig.



Deshalb integrierten wir das *Menstrual Hygiene Awareness Project* in die bei den Schulen sehr beliebte *Mobile Bibliothek*: Wo Letztere hinfährt, taucht früher oder später auch das neue Angebot auf. Das eine ohne das andere gibt es nicht. Anfangs nahmen die Schulen das eher zähneknirschend in Kauf. Mittlerweile kommt die Bewusstseinsbildung aber gut an, und es gibt sogar Schulen, die von sich aus danach fragen. Das ist für uns ein grosser Erfolg.

Für die Schulungen kommen die Mädchen in einem Raum zusammen und hören erst mal zu, während eine Sozialarbeiterin oder Krankenpflegerin von *Regenboog* eine Präsentation hält. Darin wird ihnen die weibliche Anatomie erklärt, was mit ihrem Körper während der Periode passiert, wie sie Schmerzen lindern und Blutungen auffangen können. Danach können sie Fragen stellen, ihre Sorgen und – wer schon welche hat – ihre Erfahrungen teilen. Meist sind die Mädchen anfangs sehr zurückhaltend und angespannt. Aber wenn sich jemand mal vorgewagt hat, folgen die anderen erleichtert, und es kommt häufig zum be-seelten Austausch.

Um die Mädchen weiter zu unterstützen, haben wir eigens ein kleines Handbuch erstellt. Darin sind die wichtigsten Informationen enthalten. Indem die Jugendlichen dieses Büchlein mit nach Hause nehmen, tragen sie das Gespräch über die Menstruation und die Enttabuisierung auch in ihre Familien und Dörfer. Natürlich waren Angehörige deswegen auch schon irritiert. Wir erhalten aber auch sehr viel Anerkennung und Wertschätzung. Zudem steht den Mädchen bei Fragen und Problemen rund um die Periode auch die Notfallhotline zur Verfügung, die wir vor einiger Zeit für Patient:innen der *Mobilen Klinik* eingerichtet haben.

Wir sind sehr glücklich darüber, dass wir mit dem *Menstrual Hygiene Awareness Project* einen konkreten Beitrag zur Entstigmatisierung des weiblichen Körpers leisten und junge Frauen dazu ermächtigen können, einen selbstbewussten und gesunden Umgang mit ihrem Körper zu haben.

Text: Madhan Mohan

Aus dem Englischen übersetzt von Silvan Diener.



Bewegte Zuhörerinnen



Studieren der Unterlagen



Gegenseitiger Austausch



Gekühlter Medikamentenschrank



Ehemaliger Kühlschrank wird zur Bibliothek

(K)ein Ort für junge Patient:innen

Bis vor Kurzem bot die pädiatrische Bettenstation im öffentlichen Spital Tiruvannamalais ein tristes Bild. Die Wände waren kahl, es gab für die Kinder keine Spiele, keine Bücher, keine Musik oder Farben – nichts, was die Genesung während ihres Aufenthalts unterstützt hätte. Es gab für die Pflege noch nicht mal warmes Wasser, und der nächste Kühlschrank für Medikamente befand sich auf einer anderen Abteilung.

Regenboog hat nun mithilfe von Freiwilligen und lokalen Spenden dafür gesorgt, dass sich die kleinen Patient:innen auf der Bettenstation möglichst wohl fühlen und gesunden können. Die Wände wurden bunt bemalt. Ein neuer gekühlter Medikamentenschrank sowie heisses Wasser erleichtern den Angehörigen und dem Fachpersonal die Pflege. Und für die Kinder gibt es zwei Bücherboxen mit Cartoons, Brettspielen, Spielsachen und MP3-Spieler mit Liedern und Kinder Geschichten.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!



Jeder eingegangene Spendenfranken wird zu 100% in den Projekten eingesetzt!

Alle Administrativaufwendungen werden durch Sponsoren übernommen

ARS Schweiz

Peter Diener-Völkle
Weinbergstrasse 89
8408 Winterthur
052 222 78 22

info@arunachala-rising-sun.ch
www.arunachala-rising-sun.ch

Zürcher Kantonalbank

8010 Zürich
CH73 0070 0110 0020 6995 6
Verein Arunachala Rising Sun
8408 Winterthur
Konto: 80-151-4

**Jetzt mit TWINT
spenden!**



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen

