الجمعية العالمية
للمرشـــدات
وفتيات الكشافة

الـفـخـر الأحـمـر

تـعـلـيـم إدارة الـنـظـافـة الـصـحـيـة أثـنـاء الـدورة الـشـهـريـة

الـدورة الـشـهـريـة هي جزء بـيـولـوجي طـبـيـعي فـي حـيـاة الـشـابـات - الـحـيـض.

إلا أنه بالنسبة للملايين من الفتيات حول العالم، تشكل عملية إدارة الدورة الشهرية والقواعد التي يفرضها المجتمع عائقًا كبيرًا لهن يمنعهن من تحقيق الاستفادة القصوى من الحياة.

في الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (WAGGGS)، نعمل مع المرشدات وفتيات الكشافة من خلال حملات التعليم والمناصرة لتمكين الفتيات وإيجاد الحلول.

الشراكة بين الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة ومؤسسة واش

مع شركائنا؛ مؤسسة واش يونايتد (WASH United)، نقوم بطرح مورد تعليمي جديد من خلال برنامج تبادل الشباب من الجنوب إلى الجنوب في إفريقيا. ومؤسسة واش يونايتد هي منظمة غير هادفة للربح، حائزة على الجوائز، وتهدف إلى تغيير مواقف وسلوك الأشخاص تجاه موضوع النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية.

وبالجمع بين خبرتنا الممتدة في العمل مع الفتيات وتطوير مناهج للتعليم غير الرسمي، وبين معرفة واش يونايتد وخبرتها في مجال إدارة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية، قمنا بإطلاق شراكتنا الجديدة كجزء جوهري من برنامج تبادل الشباب من الجنوب إلى الجنوب (YESS) للفتيات في فبراير ٢٠١٩.

برنامج عالم روزي

ستقوم مجموعة مكونة من ٥٤ شابة في عام ٢٠١٩، ومجموعة جديدة مكونة أيضًا من ٤٥ شابة في عام ٢٠٢٠، بتقديم التعليم الخاص بإدارة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية للفتيات باستخدام منهج شارتنا «عالم روزي». عند الانتهاء من المنهج، ويتضمن ذلك التحرك للوصول إلى أخريات في مجتمعاتهن، تحصل الفتيات على شارة الفخر الأحمر الخاصة بهن.

المنظمات الأعضاء المستقبلة للمشاركات العائدات من برنامج تبادل الشباب من الجنوب إلى الجنوب مدعوة للتقدم للحصول على تمويل لدعم طرح المزيد من برنامج "عالم روزي" وتدريب القائدات والوصول إلى المزيد من الفتيات.

تمت مواءمة منهج **"عالم روزي"** من لعبة وأداة تعليمية مبتكرة قامت بتطويرها في البداية مؤسسة واش مع الفتيات في الهند. وفي النصف الأول من عام ٢٠١٩، تم مواءمتها لجمهور المرشدات وفتيات الكشافة في جنوب الصحراء الإفريقية. وستتولى الفتيات قيادة هذا المورد، مع أصوات وخبرات الفتيات في هذه الدول لتساعدنا في تشكيل كافة جوانب المحتوى.

طموحنا

على مدار ١٨ شهر بدءًا من فبراير ٢٠١٩، تثقيف **٥٤ ألف فتاة** (من ٨ إلى ١٦ عامًا) فيما يخص البلوغ وكيفية إدارة الدورة الشهرية بشكل آمن ونظيف صحيًا وبثقة.

تدريب **٤٥ من قائدات برنامج تبادل الشباب من الجنون إلى الجنوب،** بالإضافة إلى على الأقل **٢٠ من قائدات المرشدات وفتيات الكشافة،** وذلك لتقديم الدورات التدريبية الخاصة بإدارة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية.

إعداد نموذج قابل للتطوير يمكن طرحه على مستوى الشبكة العالمية الأوسع للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة.

حالة دراسية من أوغندا:
نعم! تستطيع الفتيات إدارة الدورة الشهرية بشكل صحي

صانعو الفوط الصحية في أوغندا

في وسط أوغندا، لا تعرف الشابات الكثير عن الدورة الشهرية وهناك الكثير من المفاهيم الثقافية الخاطئة؛ مثل الاعتقاد بأن الدم ضار أو أنه إذا وجد أحد الكلاب الفوطة الصحية الخاصة بالفتاة ستصبح هذه الفتاة عاقرًا. ويعتقد البعض أن النساء لا يجب أن يطهون الطعام أو يذهبن إلى مركز البلدة أو المدينة أثناء الحيض. كما أن المرافق الصحية فقيرة، وتلجأ الكثيرات إلى طرق غير نظيفة صحيًا لإدارة دورتهن الشهرية.

ترغب فتيات برنامج تبادل الشباب من الجنوب إلى الجنوب في تغيير ذلك. فتتوجه المشاركات إلى المدارس والمجتمعات، ليعرفن الفتيات بالدورة الشهرية وكيفية إعداد فوط صحية سهلة يمكن استخدامها عدة مرات من المواد المحلية، وتكون صديقة للبيئة ومجانية.

كما تقوم المشاركات بالحديث مع الفتيان والمدرسين/المدرسات عن كيفية دعمهم للفتيات. كان يُطلق على الدورة الشهرية في الماضي "إنسوجا"، وتعني مشكلة لا يرغب الأشخاص في الحديث عنها. إلا أن فتيات برنامج تبادل الشباب تشرح كيف أن الدورة الشهرية من الوظائف الطبيعية للجسم وأهميتها في عملية إنجاب الأطفال.

حتى الآن، ساعدت فتيات برنامج تبادل الشباب ١٨٦٠ فتاة ٢٠٠ فتى و١٠ مدرسين/مدرسات في أوغندا كجزء من المشروع. وتفكر الفتيات الآن في إشراك المجتمع بشكل أوسع من خلال عقد ورش العمل للأشخاص الأكبر سنًا.

القضية

بالنسبة لملايين الفتيات حول العالم، لا تعتبر الدورة الشهرية أمرًا مزعجًا فقط، وإنما قد يكون لها أيضًا تأثير ضار طويل الأجل على فرصهن في الحياة، وقد تتسبب في عدد من الحالات الصحية الخطيرة والاستبعاد الاجتماعي.

لا تتمتع المدارس في الكثير من الدول بدورات مياه خاصة والماء الجاري. كما أن بعض الفتيات ليس بإمكانهن شراء الفوط الصحية نظرًا لارتفاع أسعارها. نتيجة لذلك، يحدث ألا تذهب الكثير من الفتيات إلى فصولهن خلال فترة الحيض، أو يتركن التعليم تمامًا عند سن البلوغ.

إن غياب المعلومات الكافية عن هذه العملية البيولوجية الطبيعية يسمح لاستمرار الخوف والخزي بين الفتيات ومجتمعاتهن المحلية، حيث تمرر المعتقدات الثقافية من الأمهات أو الأصدقاء أو الأخوات أو الخالات/العمات. والكثير من الفتيات لا يعلمن ماهية الحيض حتى يحدث لهن أول مرة.

في بعض الثقافات، تُجْبَر النساء على ترك منازلهن أثناء الحيض لاعتباره أمرًا قذرًا ومخجلاً وغير صحي.

وجد استطلاع في تنزانيا أن فتاة واحدة من كل ثلاث فتيات لا يذهبن دائمًا إلى المدرسة أثناء فترة الحيض (U-Report، ٢٠١٧)

بصفة عامة، تقدر منظمة اليونسكو أن فتاة مراهقة واحدة من كل ١٠ فتيات مراهقات في إفريقيا تغيب عن المدرسة أثناء فترة الحيض وينتهي الأمر بتركها للمدرسة تمامًا.

بحسب دراسة تمت في جنوب إفريقيا، ٥٧٪ من الفتيات في سن المدرسة لا تكون لديهن أية فكرة عن الحيض قبل حدوثه. (جونسون أند جونسون، ٢٠١٩)

لماذا الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة؟

"الدورة الشهرية لا ينبغي أن تكون من الأمور التي تشعرنا بالخزي أو الأسى، فهي وظيفة طبيعية من وظائف الجسم. واليوم، مع سعينا للمساواة بين الجنسين، حان وقت الاعتراف بالتحديات التي لا تزال تحيط بالدورة الشهرية بالنسبة للكثير من الأشخاص. وسواء كان السبب هو الخزي أو العار أو الأسعار أو الضغط، فقد عانت الكثيرات منا جراء ذلك."

كيم، مناصرة لفتيات الكشافة بالمملكة المتحدة.

في الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة، نحن نؤمن بالعمل مع الفتيات والشابات لمساعدتهن في التعرف والتغلب على العوائق – مثل إدارة دورتهن الشهرية – والتي تمنعهن من الاشتراك في الأنشطة اليومية وفي جميع الفرص التي تقدمها الحياة. وبوصفنا الشبكة التطوعية الأكبر في العالم المكرسة للفتيات، ولنا ١٠ ملايين عضو في ١٥٠ دولة، نحن في مركز فريد يسمح لنا القيام بذلك.

نحن نؤمن أيضًا برؤية يكون فيها العالم أكثر عدلاً ومساواة كما ينعكس في أهداف التنمية المستدامة؛ خاصةً الهدف الخامس – تحقيق المساواة بين الجنسين وتمكين كل النساء والفتيات. والطريقة الوحيدة التي تمكننا من تحقيق هذه الرؤية هي العمل مع الفتيات لإزالة العوائق التي تمنع تقدمهن.

في نوفمبر ٢٠١٨، سألنا مجموعة مكونة من ثمانية من المنظمات الأعضاء بإفريقيا عن تجارب الفتيات المتعلقة بالدورة الشهرية.

وقد أكدت كافة المنظمات أن الإدارة الجيدة للنظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية تعد من التحديات التي تواجه الفتيات في بلادهن. وأخبرتنا الكثيرات أنها السبب الرئيسي في ترك الفتيات للمدارس.

تشترك جميع هذه المنظمات بالفعل في برنامج تبادل الشباب من الجنوب إلى الجنوب للفتيات (GIRLS YESS) – وهو نظام تبادل دولي حيث يتم إرسال شابات (من ١٨ إلى ٢٥ عامًا) من إفريقيا ومنطقة آسيا والمحيط الهادي للعيش والتطوع مع جمعية إرشاد مضيفة لمدة ستة أشهر.

وكجزء من هذا البرنامج، قامت المشاركات في برنامج تبادل الشباب من الجنوب إلى الجنوب بالفعل بتحديد الإدارة الجيدة للنظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية كواحدة من المشكلات الرئيسية التي تواجه الفتيات، واشتركن في فعاليات التعليم ومناصرة الفخر الأحمر للمساعدة في التعامل مع هذه المشكلة.

يوم النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية

يأتي هذا اليوم في ٢٨ مايو من كل عام،

لزيادة الوعي بالإدارة الجيدة للنظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية وتأثيرها على حياة الفتيات. في هذا اليوم، تعمل المرشدات وفتيات الكشافة في الكثير من الدول على زيادة الوعي بالنظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية ورفع أصواتهن لإظهار فخرهن بالدورة الشهرية.

في عام ٢٠١٨، أردنا أن نسمع مباشرةً من الفتيات عن تجاربهن حتى نستخدم النتائج لمخاطبة صناع السياسات على مستوى العالم لاتخاذ الإجراءات المناسبة. ومن خلال نظام U-Report، وهو منصة عالمية لوسائل التواصل الاجتماعي تعمل على إشراك الشباب في قضايا التنمية، سألنا الفتيات إذا كن يشعرن بأن أماكن العمل والمدارس توفر المنتجات والمرافق التي من شأنها مساعدتهن في إدارة الدورة الشهرية. **من أكثر من ٥٣٦٠ رد، ٤٨٪ من الفتيات أجبن بالنفي.**

سألنا الفتيات أيضًا عن السلوكيات في مجتمعاتهن تجاه الدورة الشهرية –

أجابت أكثر من ٣٥٪ من الفتيات أن هناك اعتقاد أن الفتيات عليهن تجنب السباحة أو ممارسة الرياضة أثناء الدورة الشهرية،

وأجابت ٢٩٪ منهن أن الفتيات يشعرن بالضغط لإخفاء المنتجات، وأجابت ٢٤٪ منهن أنه لا يجب مناقشة الدورة الشهرية في محيط الرجال.

أظهرت النتائج العوائق الضخمة التي تواجه الكثير من الفتيات والشابات حول العالم للتغلب على التحامل الثقافي وعدم توافر الموارد التي تمكنهن من إدارة أمر يفترض أنه احتياج صحي أساسي.

مناصرة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية: فتيات الكشافة بنيبال، نيرمالا شريستا

نيرمالا من فتيات الكشافة بنيبال، وتساعد في تقديم التثقيف والإمدادات الصحية للفتيات والنساء في المجتمعات البعيدة.

وتعيش نيرمالا في منطقة تلال بعيدة في وسط نيبال، وهي قريبة من الصين وتأثرت بشكل سيء بالزلازل.

وتقول نيرمالا، "هناك الكثير من الخرافات المتعلقة بالدورة الشهرية، وهي التي تملي طريقة معاملة النساء والفتيات. تواجه الفتيات الكثير من المشكلات المختلفة أثناء الدورة الشهرية. فلا يسمح لهن بدخول المطبخ، ولا يسمح لهن بلمس أية فاكهة أو أي نبات."

عدم القدرة على دخول المطبخ يعني أن الكثيرات لن يتمكن من تناول الطعام بشكل سليم. وقد يتوقع منهن أيضًا النوم بمفردهن، وفي أحيان كثيرة خارج المنزل، لحين انتهاء الحيض.

تريد نيرمالا تحدي هذه العوائق وذلك بتوزيع إمدادات صحية وتقديم ثقافة جنسية أساسية. وتقول نيرمالا أن النساء غالبًا ما تعاني كثيرًا أثناء الدورة الشهرية، إلا أنها تريد مساعدتهن حتى يشعرن بالحرية. كما تريد أيضًا إدارة برنامج تعليمي عن الصحة العامة بهدف تحدي السلوكيات السلبية تجاه الدورة الشهرية.

"هدفنا هو توفير ثقافة الصحة الجنسية للنساء وصنع فوط صحية صديقة للبيئة تكون مستدامة وصحية لمساعدتهن في إدارة الدورة الشهرية، بحيث تستعيد النساء والفتيات كرامتهن وحريتهن."

July 2019

الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة هي أكبر حركة تطوعية مكرسة للفتيات والشابات في العالم ولها ١٠ مليون عضو في ١٥٠ دولة. للمزيد من المعلومات، برجاء زيارة www.wagggs.org أو الاتصال برقم ٠٠ ٤٤ ٢٠٧ ٧٩٤ ١١٨١