

My Periods Story
उम्र वर्गीकृत कार्यकर्ता - मिनाजी पवार
Location: Ajmer "Social Mobilizer"

* पीरियड्स (Menstruation) से जुड़ा मेरा अनुभव :-

Periods यानि अर्धावारी जो कि प्रत्येक लड़की महिला को 10 से 15 साल की उम्र में शुरू हो जाता है और हर महीने में एक बार होता है। यह चक्र सामान्य रूप से 28 से 30 दिनों का होता है।

Periods का ऐसा अलग अनुभव जो एक पम अनजाना था था मुझे Periods तब शुरू हुए थे जब मैं 8 class में थी। मेरी उम्र उस समय 14 वर्ष थी। उस समय जब मैं पहली बार Periods से हुई थी तो मुझे बिल्कुल पता नहीं था कि मेरे साथ क्या हो रहा है मैं उस समय Private School में 8th class की student थी। और मैं उस समय okantary school में school जाती थी हमारी वो ही school uniform होती थी मुझे school में पहली बार privacy time में ही Periods start हो गए थे। लेकिन मुझे बिल्कुल पता नहीं था कि क्या हो रहा है।

Periods जो पास लेंडती थी उसे भी नहीं पता था क्योंकि उसे Periods start नहीं हुए थे जैसे- जैसे Time बढ़ता गया मुझे Periods ज्यादा होता गया बसूल ही छुटती होने के बाद मैं जिस जगह लेंडती थी वो कुर्सी खराब हो गई

और मेरी स्कूल Uniform भी खराब हो गई
 और मैं हर गई इस कारण मे यह बात
 किसी को भी नहीं बताना पाई। और फिर जब
 मैं घर आई हो मैंने मम्मी से कहा आज
 पता नहीं मेरे साथ क्या हुआ स्कूल में मेरे
 सारे कपड़े खराब हो गए खून में और
 मैं होने लगी फिर मम्मी ने मुझे Pimple
 के बारे में समझाया और कहा जा बेता
 अब जाकर नहा ले और कपड़े सौ कर
 लुवा वे। और फिर मम्मी ने मुझे संप्ले
 दिया और कहा इसे लगा ले और फिर
 मैंने संप्ले को इस पर बने चीज के
 अनुसार लगाया और इस प्रकार मुझे मम्मी
 के द्वारा Pimple के बारे में जानकारी
 प्राप्त हुई।

* लोकवाउन की वजह से आपके पीरियड्स पर क्या
 असर हुआ।

लोकवाउन की वजह से मेरे पीरियड्स के दौरान
 यह असर रहा की जब हम field office

Schawl जाते हैं तो इस दौरान थकने से बातों

में Activity में और work में इतने व्यस्त
 होते हैं कि परेखानी का पता नहीं चलता

और कभी घर होने के कारण इस समझना
 से परेखान होना पड़ रहा है।

* अपने कार्य स्थल (office) में आपके द्वारा Periods से केंसे निबहा जाता है।

1. हमारे office में washroom की बहुत अच्छी सुविधा है
2. पानी handwash, dustbin etc. आदि सुविधाएँ उपलब्ध हैं।
3. इस पॉसन हम अपने बेंग में सेनेटरी पैड रखते हैं जिससे हमें office में कोई परेशानी नहीं आती है अगर हमारे पास सेनेटरी पैड ना हो तो हमारे office में इस की सुविधा की जाती है।
4. हमारे office में Periods के अनुसार सारी सुविधा उपलब्ध की जाती है।
5. हमारी अरुत के अनुसार सारी सुविधा उपलब्ध क्वार्ड जाई है।

* मुझे पहली बार Periods के बारे में केंसे पता चला :-

जब मुझे पहली बार Periods आए थे तब मुझे इसके बारे में सारी जानकारी मम्मी से प्राप्त हुई थी और मुझे पता चला ये 4-5 दिन तक होते हैं।

* Periods के लिए कोई नया product use करने का Experience :-

मैंने अपने Periods के दौरान केवल सेनेटरी पैड (mishken pads) का use किया क्युंकि मुझे इस में comfortable लगता है इस लिए मैं इसी का use करती हूँ।

* Periods के दौरान हमारे घर में धुआधुत का विशेष प्रकार का ध्यान रखा जाता है जैसे :- सटके की नहीं धुना, भगवान के आमान को हाथ लगाना आदी धुआधुत सम्बन्धी चीजों का ध्यान रखा जाता है।

इस Time पर Kitchen में नहीं जाना होता इस बात का विशेष ध्यान रखा जाता है और किसी त्यौहार के दौरान मंदिर या अन्य समय में भी मंदिरों में जाने की अनुमति नहीं होती है इस प्रकार इसका विशेष रूप से ध्यान रखा जाता है। इसी के लोगो के द्वारा है अवधारणाएँ नहीं मानी जाती हैं।

Thank You

Meenakshi Panwar
23/05/20