

# ANNUAL REPORT



**MEDLIFE**<sup>®</sup>  
FOUNDATION

**2019-20**

# I N D E X

<b>Sr. No</b>	<b>Particulars</b>
<b>1</b>	<b>Introduction</b>
<b>2</b>	<b>About Medlife Foundation</b>
<b>3</b>	<b>Who we are</b>
<b>4</b>	<b>Where we work</b>
<b>5</b>	<b>Highlight of the years</b>
<b>6</b>	<b>Press Release &amp; Awards</b>
<b>7</b>	<b>Financial Statement</b>
<b>8</b>	<b>Audited Statement</b>
<b>9</b>	<b>Founder Message</b>
<b>10</b>	<b>Contact Details</b>



# Introduction

## (Annual Report – 2019-20)

Medlife Foundation is a Non-Governmental Organization (NGO) established on Feb, 2014 by Bhushan Shirude. It is registered under The Bombay Public Trust Act, 1950. Medlife Foundation believes in providing all the resources to the needy people to support & empowering them to create their own destiny and create better impact & bring smile on every face in our society. We believe that through innovation and grassroots efforts our young people can transform this country. Whether rich or poor, the next generation has the power to change this world for the better.

## AN OVERVIEW – MEDLIFE FOUNDATION

**Medlife Foundation** dedicated to work towards Women Empowerment and Child Development.

At Medlife foundation we are working for:

- ✓ **Eliminating Taboo around Menstruation.**
- ✓ **Promotion of the Sustainable Menstruation options.**

Our work is mainly related to the **Menstrual Health of women.**

Most of the women use the easily available option of disposable sanitary napkins in during their periods.

***Commercially available disposable sanitary napkins are basically made up of plastic, cotton-like fibers and lot of harmful chemicals. These all things are a very dangerous to the health of the user, especially for working women.***

Besides, sanitary waste and its pollution is becoming a huge problem.

Even if we consider that only 50% of the menstruating women use sanitary napkins, and every woman uses 10 pads a month, **in Nasik District alone it results in 75 lakh soiled pads every month weighing about 750 tones.** This is enough to cover a landfill of a cricket ground.

## **VISION**

**Transform the Planet Earth into a world completely free of Single Use Plastic and gift our future generations a world of Health and Happiness.**

## **MISSION**

**Have an empowered and inspired discussion about menstruation to motivate period positivity and put an end to taboo against period talks.**

## **BELIEF**

**We lead positive social change and deliver value to the society and improve the quality of life for future India**

## **PURPOSE**

**To uplift the youngster across India, to improve literacy, to reduce Healthcare poverty & develop a social leader so that human value can flourish in young generation and Indian communities.**



## GOALS & OBJECTIVES

**Our goal is to reach out to people from every section of the society from urban and rural areas both and spread awareness about Sustainable Menstruation.**

**To raise the required human and other resources to achieve Medlife foundation mission.**

**To address, whenever possible, other issues affecting human life such as Education, health care, environment, socio-economic aspects and women's issues.**

## VALUES

**Medlife Foundation** runs on certain core values.

- **Social Changes with Innovation**
- **We respect people**
- **Humanity**
- **Integrity**
- **Connecting Youth**

## FORWARDS...

### Greetings from **Medlife Foundation!**

We made a modest beginning in 2016, with many social enthusiast and programs in Jalgaon districts in 2012. We initiated the Many Sustainable menstruation awareness programme, healthcare Education, Women's empowerment, women's entrepreneurship and environment. In 2016-17 Medlife foundation operated many programs in different villages in Near Nasik and Jalgaon. This journey of decades with ups and downs, has been a huge social learning experience.

We are now at a cusp of growth to take the next step from providing facilities and services to providing long-term menstrual solutions. It is time to adopt an integrated approach towards health to include sanitation, menstrual hygiene, nutrition practice and preventive healthcare so that the overall health of the village women's & girls improves. Similarly, our other programs addressing issues of Healthcare Awareness, Women's Entrepreneurship, Women's empowerment & Child Development, menstrual hygiene workshops, Environment Conservation programme, Consumer Protection Awareness Programme and many more...

We need to bring about a change in the way we do things. To begin with, we need to change the way we collect data. At present, all information of our day to day activities is captured in a daily report so that we can maintain a high level of transparency and accountability. We now need to augment this exercise with continuous system of impact assessment and course correction. For our new initiatives we need to upgrade our governance as well as the skills of our Coordinators and Social Workers. We have always been proud of the fact that individual donors are our main support. We want to bring more value to their unstinted support. We also hope to garner the support of more institutional donors in the future. We could also tap the new CSR initiative soon.

In all these decades, we have been unwavering in our mission to assist and support the urban and rural women's. We hope that with the proposed changes in the future we can make real difference in the lives of our fellow citizens from weaker sections. Our team would like to thank you for taking the time to engage with **Medlife foundation.**

**SANDEEP SHIRUDE**

**PRESIDENT, MEDLIFE FOUNDATION**

## WHO WE ARE

“If we want to make the world a better place for us and for our future then we must take care of our present and they are none other than children. We need to give them a little support and they will give it back to the world.”

Too often in life, we wait around for someone else to instigate the changes we want to see. We doubt our own ability and become paralyzed to action, thinking either we are not solely capable of bringing the changes about, or that someone else will get around to it. But this inability to act alone is all in our head. Because history bears witness that the most extraordinary things were done by the most ordinary people.

**Medlife foundation** believes the desired changes in the lives of such children will come only when more and more privileged people start participating proactively in finding a solution. It works with the philosophy that the only way to ensure a better future for these children is by educating them. **Medlife foundation** believes that helping others is not simply a matter of dispersing money but of making a deep, long-term commitment and casting a hard eye on results. With this model, **Medlife foundation** finds innovative solutions to this social issue.

So if you've ever wished to be able to do something for the greater good, the time could not be more right. Remember! You don't have to make radical changes for your efforts to count, because the small changes make a big difference.

### Be a Volunteer, Join Us

Join hands with **Medlife Foundation** and be the agent of hope for underprivileged children.

Be the strength to give them better lives and eventually to build a better nation.

Thank You!

# WHERE WE WORK

Country: India | State: Maharashtra



## ANNUAL REPORT (2019-20)

As per previous year, the **Medlife foundation** continued the same efforts and carried out the following activities for women's empowerment by organization various programs for the welfare of the rural and slum area girls and women.

I am very happy and take the honor and feel pleasure to present this annual report of our organization for the year 2019-20 flashing all our achievements made in this year. **Medlife Foundation** is a non-governmental organization registered under The Bombay public trust act, 1950.

The said organization is formed by the highly educated active member belonging to weaker section and other backward class community. The organization uses pronged strategies, such as **A)** Direct services delivery in the areas of basic needs of girls and women's being, like Menstrual awareness programme, Healthcare camps, Women Empowerment, women's entrepreneurship Child development, Environment, etc.

**B)** Networking with governmental and non-governmental agencies concerned for the privilege for periods positivity

**C)** Social Advocacy for menstrual hygiene

In order to achieve the goal of the aims of the society to make socio-economic and healthcare development of theses group of the society, the organization has undertaken manifold activities. A curser look upon these activities, undertaken by the organization is as follows:

**SANDEEP SHIRUDE**

**PRESIDENT, MEDLIFE FOUNDATION**





## **FOCUSED AREAS**

- 
- **Sustainable Menstruation**
  - **Menstrual Hygiene Programme**
  - **Women's Healthcare**
  - **Health care awareness programme**
  - **Women Empowerment**
  - **Menstrual Hygiene Programme**
  - **Women's Entrepreneurship**
  - **Educational Awareness Programme:**
  - **Environment Protection Programme**
  - **Child Development**
  - **Awareness camp for child labour**
  - **Self-help group (SHG) of Women's**
  - **Prevention of Alcoholism, Drug Addiction and Counselling**
  - **Youth Development programme:**

# **Annual Report**

## CELEBRATION OF NATIONAL DAYS AND BIRTH ANNIVERSARIES OF GREAT SAINT

The Organization has organized following year routine programs on specific occasions in School, Collage and organization followed by the lectured and distributing sweets, biscuits and various Prizes.

- **World Health Day**
- **National World Blind Day**
- **World Population Day**
- **Independence Day**
- **Teacher's Day**
- **Birth Anniversary (Mahatma Gandhi, Dr.Babasaheb Ambedkar, Lal Bahadur**

**Shastri**

- **Republic Day**
- **World water day**
- **Forest day**
- **Environment day**
- **Earth day**
- **Science day**

Lectures and debate was arranged on specific days and occasion. All programs were planned and arranged with grand success.

➤ **Menstrual Hygiene Management Programme:**

To organized menstrual hygiene management programme for menstruating women's in Maharashtra state. To create awareness about sanitary protection products like sanitary pads, Tampons, Menstrual cups and cloth pads. To conducts workshops / seminars for early menstruating girls.

➤ **Healthcare and sanitation Awareness Programme in rural areas:**

Health is most important factor in our life it may be mental health, physical health and social health. Our foundation are doing best in this field for this we conducts many health awareness camps, seminars and workshops. The prevention of Water born diseases preventive measures to be taken is most essential. With this objectives, we have arrange awareness campaign for the proper disposal of solid and liquid waste in which 500 men and women from many villages of Jalgaon and Nashik Districts participated.

➤ **Women Empowerment:**

In India Women population is around 50% of the total population of the world. They have every right to be treated equally with men in every sphere of life and society. Empowering women in India is now very necessary to bring gender equality or we can say that gender equality is very necessary to empower women. Our country is still a developing country not a develop country and economic status of our country is very poor because it is a male-dominated country. Men (means the half power of the country) are walking alone and they forced women to do only household works. They do not know that women are the half power of this country and combining to male can form full power of the country. Women Empowerment is strengthening the social, economic and educational powers of women. It refers to an environment where there is no gender bias and has equal rights in community, society, and workplaces.

➤ **AIDS awareness Programme:**

As AIDs has become a critical and chronicle diseases of the era, the organization has implemented Aids awareness Programmed for the awareness of the people especially the youths about the chronicle effects of the HIV/AIDS and the prevention methodology to get rid of it. The said programme proved to be very successful in the rural and urban areas of Jalgaon Districts.

➤ **Awareness camp for child labour:**

The organization has organized awareness camps for child labour. The resources person were invited to guide the participants. A rally for anti-child labour was also organized by the organization on the eve of world child day.

➤ **Self-help group (SHG) of Women's:**

The organization has established self-help groups of woman at Nashik Division and surrounding villages. Small savings groups programs is also being conducted in these groups of women for the empowerment of them through their own small villages. The women were inspired to make savings out of their daily routine transactions. They were also aware about the importance and acute necessity of the small savings for the benefits of their families.

➤ **Educational Awareness Programme:**

Rehabilitating and providing education, shelter and food to economically backward, Orphanages children's, child laborers, disabled, orphans and semi orphans, Enlightening and educating the indigenous people and remote rural masses, Organizing seminars, impact studies, workshops, research study and awareness campaign on educational policies, statistics, health, legal issues, women and children developmental activities.

➤ **Consumer protection programme:**

The Organization has organized awareness programme to protect the rights of the consumer against malpractices of the shop keepers wholesalers, companies, manufacturers etc. In this programme, the participant were guided about the rule framed for the protection of the consumer. The said programme was proved to be very successful in the rural as well as urban areas of Jalgaon District for the protection of the consumers.

➤ **Environment Protection Programme:**

The organization has undertaken environment protection programs at various villages of Nashik Division in which the organization has organized awareness camps for the environment pollution in the urban and rural areas of Jalgaon and Nashik District. The people were introduced about the chronicle effect of the pollution upon the health.

➤ **Prevention of Alcoholism, Drug Addiction and Counselling:**

By observing the bad condition of the slum dwellers in drug addiction (drinking wine, smoking Cigarette, Drug, Chewing Ghutka), the organization has thought over on this problem and their serious hazards, started de-addiction counseling in few selected slum areas in Jalgaon District regular guidance is given for the youths for not becoming the victim of addiction and to avoid all these bad habits and practices, so as to lead happy and healthy life with all their family members.

➤ **Youth Development programme:**

The organization conducts workshops seminar on skill development, personality development. To organized youth melava for employment and building nation. To create awareness about Nehru yuva Kendra volunteer programs.

**With Thanks to everybody ...**

**SANDEEP SHIRUDE**  
**PRESIDENT, MEDLIFE FOUNDATION**



# **MEDLIFE FOUNDATION, JALGAON**

Reg. No. F-1487/JALGAON

## **HIGHLIGHTS OF THE YEARS 2019-2020**



## Motiwala College of Homeopathy medicine

**Date:** 9<sup>th</sup> July 2019 **Audience:** 250 Students (Future Doctors)

**Address:** Dhurav Nagar, Satpur Colony, Nashik, Maharashtra – 422007



## ति व तिचे चार दिवस

**A seminar in Association with Nashik Ayurved Mahasammelan**

**Date:** 6<sup>th</sup> June 2019 **Audience:** 100

**Address:** Jyeshtha Nagrik Virangula Kendra, Opp. Changla chungla Hotel, Pathardi, Nasik



ती व तिचे चार दिवस या विषयी नाशिक आयुर्वेद महासंमेलन मध्ये बोलतांना

अश्विनी चौमाल

## ति व तिचे चार दिवस

### A SEMINAR IN ASSOCIATION WITH NASHIK AYURVED MAHASAMMELAN SIDDHIVINAYAK SCHOOL FOR MENTALLY HANDICAPPED

**Date:** 13<sup>th</sup> July 2019      **Audience:** 56 Student

**Address:** NMC Samajik Sabhagruh, Behind Indian oil Petrol Pump, Virat nagar, Near Sanjiv Nagar, Satpur- Ambad Link Road, Nashik – 422010



विकलांग मुलींसाठी

मासिक पाळी विषयी

मार्गदर्शन करताना

डॉ. राजेंद्र खरात व अश्विनी चौमाल



### PT COLLEGE, NASHIK

**Date:** 3<sup>rd</sup> Jan 2019      **Audience:** 200 Students and Staff

**Address:** Sharanpur Road, Prin. T.A Kulkarni, Vidya Nagar, Nashik, Maharashtra – 422005





## NIMA Women's Forum, Nashik

**Date:** 1<sup>st</sup> June 2019     **Audience:** 100 Doctors and Staff

**Address:** Curry leaves Reastaurant, Jehan Circle, Gangapur Road, Nashik, Maharashtra - 422008



## Apla Mahanagar

**Date:** 31 May 2019 | **Audience:** 500

**Address:** Savta Nagar Stop Cidco, Savata Nagar, Nashik, Maharashtra - 422008







## Mahindra & Mahindra

**Date:** 2<sup>nd</sup> October 2019 **Audience:** 750

**Address:** Mahindra & Mahindra. Plant 2, Satpur, Nashik





## ROTARACT CLUB, KOLHAPUR

Date: 04<sup>th</sup> Jan 2020 | Audience: 50

Address: New Shahupuri, Kolhapur, Maharashtra - 416003



मेडफेम इंडिया आणि रोटरी क्लब कोल्हापूर यांच्या संयुक्त विद्यमाने मासिक पाळी व तिचे व्यवस्थापन या विषयावर कार्यक्रम घेण्यात आला

## A Seminar for Self Help Group (Bachat Gat Women)

**Address:** NMC School No.83, Pathardi Gaon, Nashik, Maharashtra – 422010

**Date:** 08 March 2019 **Audience:** 60



## SAVINTRIBAI PHULE SCHOOL, GOVINDNAGAR

**Date:** 12<sup>th</sup> July 2020 | **Audience:** 200 Students and Staff

**Address:** Savitribai Phule School, Govindnagar - 422008





## MEDICAL PRACTITIONERS ASSOCIATION

**Date:** 12<sup>th</sup> October 2019 **Audience:** 50 Doctors

**Address:** Medical Practitioners Association, Nashik



---

## PINKATHON DAY, NASHIK

**Date:** 13 October 2019 **Audience:** 500 Female Runners

**Address:** Mahatma Nagar, Untwadi road, Lavate Nagar, Parijat Nagar, Nashik, Maharashtra 4220









## LOKMAT MAHA MARATHON, NASIK

Date: 1<sup>st</sup> Dec 2019 | Audience: 4500 Participants Address: Golf Ground, Nashik



### दोघा महिला धावपटूंनी दिला सामाजिक संदेश

लोकमत न्यूज नेटवर्क

नाशिक : लोकमत महामैद्यांमध्ये सहभागी दोन महिला धावपटूंनी सामाजिक संदेश फलक हातात घेऊन सर्वांचे लक्ष वेधून घेतले. अखिरी चौमाल आणि निवेदिता पगार यांनी मासिक पाळी विषयावर जनजागृतीकरिता 'लेट्स टॉक द रिटीअइस' असा फलक हातात घेतला होता. या फलकावरच मागील धावूस महिलांवर होणाऱ्या वादल्या अत्याचाराबद्दल जनजागृतीसाठी 'ही द रेपीस्ट' (बलात्कारीना फाशी द्या) असा निषेध फलक होता.

मुक्त्याच हेदरावाद येथे एका डॉक्टर तरुणीवर अमानुष बलात्कार प्रकरणी रोष व्यक्त करण्यासाठी सदर फलक हातात घेऊन धावपटू धावत होत्या. अखिरी चौमाल या राजीवगार येथील रहिवासी असून, एका खासगी संस्थेत नोकरी करतात. गेल्या दोन वर्षांपासून त्या मासिक पाळी य त्यातील समस्यांघटत महिलांमध्ये जनजागृतीचे कार्य करीत आहेत. तर निवेदिता पगार या महिलांमि कत असून, त्यांना मिसिस महाराष्ट्र पुरस्कार मिळाला आहे. नाशिक



महामैद्यांमध्ये लोकमतच्या नियोजन आणि व्यवस्थेबद्दल त्यांनी समाधान व्यक्त केले असून, आम्ही महामैद्यांमि सर्किट लमथ्ये सहभागी असून, पाच शहरात होणाऱ्या महामैद्यांमध्ये धावणार असल्याचे चौमाल य पगार यांनी सांगितले. अन्वही संस्थांच्या कार्यकर्त्यांनी सामाजिक संदेशांचे फलकाद्वारे जागृती केली.



## LOKMAT MAHA MARATHON, AURANGABAD

Date: 15<sup>th</sup> December 2010 | Audience: 7000 Participants

Address: Jilha Krida Sankul, Aurangabad





## LOKMAT MAHA MARATHON, KOLHAPUR

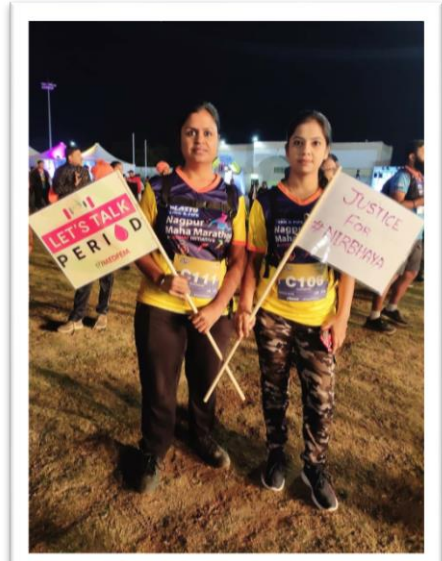
**Date:** 5<sup>th</sup> Jan 2020    **Audience:** 3200 Participants    **Address:** Police Ground, Kolhapur



## LOKMAT MAHA MARATHON, NAGPUR

**Date:** 02<sup>nd</sup> February 2020    **Audience:** 2500 Participants

**Address:** University ground, Nagpur





## RADIO - HAPPY DEEP (Interviews)

Date: 22 Aug 2018 Address: Nashik



## Nanhi Kali (An Initiative by Mahindra and Mahindra)

Date: 15<sup>th</sup> June 2019 Audience: 250 VOLUNTEER

Address: Nanhi Kali Head Office, Sharanpur Road,





**St. Francis High School, Ranenagar**

**Date:** 26<sup>th</sup> August 2019    **Audience:** 300 Students and Staff

**Address:** Chetana Nagar, Rane Nagar, Nashik, Maharashtra 42009



**KARUNA VACHANALAY , AURANGABAD**

**Date:** 19<sup>th</sup> January 2020    **Audience:** 90 Women

**Address:** 12<sup>th</sup> Schme, Near Kalawati School, Shivaji Nagar, Cidco, Aurangabad

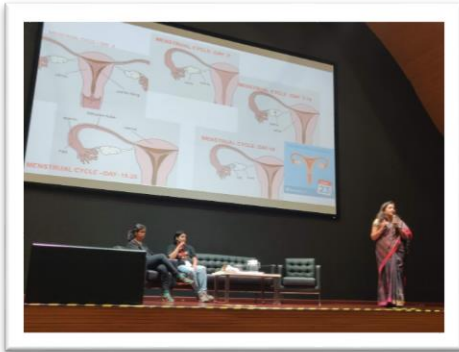




## Cummins India – Pune

**Date:** 27<sup>th</sup> December 2019    **Audience:** 200 Staff

**Address:** Cummins India Office Camous, Tower A&B, Survey No.21, Balewadi, Pune Maharashtra 411045



## ROAD SIDE PINKATHON DAY AWARENESS CAMP

**Date:** 28<sup>th</sup> October 2019    **Audience:** 10 Women

**Address:** Nasik Road



**Aai Social Group and Medfem India Cancer Awareness Programme (Project: Asmita)**

**Date:** 09/02/2020 **Audience:** 80 Women **Address:** Nashik Road



**Y.D.BYTCO GIRLS HIGH SCHOOL AND JUNIOR COLLEGE**

**Date:** 19/02/2020 **Audience:** 200 Students **Venue:** BYTCO College





मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण

'आपलं महानगर', दीपश्री महिला मंडळ आयोजित कार्यक्रमात 'मुक्त संवाद'

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.



मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरोगी स्वास्थ्याचे लक्षण आहे.

जागतिक मासिक पाळी दिनानिमित्त शुक्रवारी कार्यक्रम

आपलं महानगर

नवीन नाशिक २८ मे रोजी असलेल्या जागतिक मासिक पाळी दिनाच्या पार्श्वभूमीवर आपलं महानगर, प्रभाग सभापती हर्षा बडगुजर नगरसेवक सुधाकर बडगुजर यांच्या संयुक्त प्रयत्नांने मासिक पाळी प्रबोधन कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले आहे. शुक्रवार (ता. २१) सायंकाळी ५ वाजता रत्तानगर येथील क्रॉसथेन हॉलमध्ये होणाऱ्या ४२व्या जागतिक मासिक पाळी दिनाच्या पार्श्वभूमीवर आयोजित करण्यात आलेल्या कार्यक्रमात डॉ. प्रणिता गुजर, नगरसेवक सुधाकर बडगुजर, नगरसेवक सुधाकर बडगुजर यांच्या संयुक्त प्रयत्नांने मासिक पाळी प्रबोधन कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले आहे.

या कार्यक्रमास प्रमुख अतिथी म्हणून हर्षा बडगुजर, नगरसेवक सुधाकर बडगुजर, सामाजिक कार्यकर्त्या वैभव देवरे, सामाजिक कार्यकर्त्या सोनल देवरे, आपलं महानगरचे मुख्य संपादक संजय सावंत, निवासी संपादक मिलिंद सजगरे आदी मान्यवर उपस्थित राहणार आहेत. कार्यक्रमास परिसरातील महिलांनी मोठ्या संख्येने उपस्थित रहावे, असे आवाहन सुधाकर बडगुजर, हर्षा बडगुजर, तसेच 'आपलं महानगर' पत्रकारतापेक्षा करण्यात आले आहे.

Nashik Edition  
28 May 2019 Page No. 3  
Powered by: eRelejo.com

आपलं महानगर  
निरोगी आयुष्याचा संदेश  
देत धावले ऑरंगाबादकर

लेडीज भांगडा, राधेश्री थंड रॉन्स रन

अपी तो ते जवान हू

निमा विमेन्स फोरमटर्फे महिलांसाठी जनजागृती

लोकमत न्यूज नेटवर्क

नाशिक : निमा विमेन्स फोरमटर्फे मेन्स्ट्रुअल हायजिन ऑरिएटेशन प्रोग्राम घेण्यात आला. या कार्यक्रमांतर्गत विविध रुग्णालय पंचकर्म केंद्र आणि क्लिनिकमध्ये काम करणाऱ्या चतुर्थ श्रेणी महिला कामगारांसाठी मासिक पाळी स्वच्छता जनजागरण केले गेले. डॉ. पांरिख यांनी स्त्रियांच्या या विशेष दिवसातील काळजी घेण्याचे महत्त्व व त्याची गरज अधोरेखित केली. याव सोशल ग्रुपच्या अस्थिनी नेहारकर, रेखा देवरे यांच्या प्रुपने सॅनिटरी नॅपकीनाची योग्य विल्हेवाट काळाची गरज यावर मार्गदर्शन केले. सामाजिक कार्यकर्ता अस्थिनी चौमल यांनी सॅनिटरी नॅपकीनाला पर्यावरणपरक पर्याय म्हणून मेन्स्ट्रुअल

कपची माहिती व त्याचा वापर याविषयी माहिती दिली. राजश्री गांगुडे या प्रमुख पाहुण्या म्हणून कार्यक्रमास उपस्थित होण्या व त्यांनी शासनामध्ये मासिक पाळी स्वच्छतेविषयी काय तरतूद आहे त्याची माहिती दिली. यावेळी मासिक पाळीच्या विषयावर निर्भांडपणे समोर येऊन आपल्या समस्या विचार मांडण्याची काळाची गरज आहे. त्यामुळे पर्यावरणाचा ऱ्हास रोखण्यासाठी सॅनिटरी नॅपकीनाला पर्याय साधनांचा गांभीर्याने विचार करावा, असे विमेन्स फोरमच्या अध्यक्ष डॉ. प्रणीता गुजरती यांनी नमूद केले. सूत्रसंचालन दीप्ती बढे यांनी केले. यावेळी डॉ. श्रुती कुलकर्णी, डॉ. प्रतिभा वाघ आदींसह फोरमच्या सदस्य उपस्थित होत्या.

Hello Nashik  
Page No. 3 Jun 08, 2019  
Powered by: erelejo.com

लाकमत नाशिक ०२ डिसेंबर २०१९  
दोघा महिला धावपटूनी दिला सामाजिक संदेश

लोकमत न्यूज नेटवर्क

नाशिक : लोकमत महामैद्यांमध्ये सहभागी दोन महिला धावपटूनी सामाजिक संदेश फलक हातात घेऊन सर्वचेच लक्ष वेधून घेतले. अस्थिनी चौमल आणि निवेदिता पगार यांनी मासिक पाळी विषयावर जनजागृतीकरिता 'लोट्स टॉक द पिरिअट' असा फलक हातात घेतला होता. या फलकावरच मागील वाजुस महिन्यांवर होणाऱ्या वाढत्या अत्याचाराबद्दल जनजागृतीसाठी 'हंग द रेपीट' (बलात्कारीना फाशी घ्या) असा निवेद्य फलक होता.



नुकत्याच हैदराबाद येथे एका डॉक्टर तरुणीवर अत्याचर बलात्कार प्रकरणी दोन व्यक्त करण्यासाठी सदर फलक हातात घेऊन धावपटू धावत होत्या. अस्थिनी चौमल या राजीवगंगर येथील रहिवासी असून, एका खासगी संस्थेत नोकरी करतात. गेल्या दोन वर्षांपासून त्या मासिक पाळी व त्यातील समस्यांघाबत महिलांमध्ये जनजागृतीचे कार्य करीत आहेत. तर निवेदिता पगार या महिलांग कत असून, त्यांना मिसेस महाराष्ट्र पुरस्कार मिळाला आहे. नाशिक

लाकमत



निमा विमेन्स फोरमटर्फे महिलांसाठी जनजागृती

लोकमत न्यूज नेटवर्क

नाशिक : निमा विमेन्स फोरमटर्फे मेन्स्ट्रुअल हायजिन ऑरिएटेशन प्रोग्राम घेण्यात आला. या कार्यक्रमांतर्गत विविध रुग्णालय पंचकर्म केंद्र आणि क्लिनिकमध्ये काम करणाऱ्या चतुर्थ श्रेणी महिला कामगारांसाठी मासिक पाळी स्वच्छता जनजागरण केले गेले. डॉ. पांरिख यांनी स्त्रियांच्या या विशेष दिवसातील काळजी घेण्याचे महत्त्व व त्याची गरज अधोरेखित केली. याव सोशल ग्रुपच्या अस्थिनी नेहारकर, रेखा देवरे यांच्या प्रुपने सॅनिटरी नॅपकीनाची योग्य विल्हेवाट काळाची गरज यावर मार्गदर्शन केले. सामाजिक कार्यकर्ता अस्थिनी चौमल यांनी सॅनिटरी नॅपकीनाला पर्यावरणपरक पर्याय म्हणून मेन्स्ट्रुअल

कपची माहिती व त्याचा वापर याविषयी माहिती दिली. राजश्री गांगुडे या प्रमुख पाहुण्या म्हणून कार्यक्रमास उपस्थित होण्या व त्यांनी शासनामध्ये मासिक पाळी स्वच्छतेविषयी काय तरतूद आहे त्याची माहिती दिली. यावेळी मासिक पाळीच्या विषयावर निर्भांडपणे समोर येऊन आपल्या समस्या विचार मांडण्याची काळाची गरज आहे. त्यामुळे पर्यावरणाचा ऱ्हास रोखण्यासाठी सॅनिटरी नॅपकीनाला पर्याय साधनांचा गांभीर्याने विचार करावा, असे विमेन्स फोरमच्या अध्यक्ष डॉ. प्रणीता गुजरती यांनी नमूद केले. सूत्रसंचालन दीप्ती बढे यांनी केले. यावेळी डॉ. श्रुती कुलकर्णी, डॉ. प्रतिभा वाघ आदींसह फोरमच्या सदस्य उपस्थित होत्या.

Hello Nashik  
Page No. 3 Jun 08, 2019  
Powered by: erelejo.com



हॉन पॉ: धावपटूंच्या सखळकर्या असामने रंगनी नाशिक महामरीथॉन 'स्टार्ट टू फिनिश लाइन पार'



दोघा महिला धावपटूंनी दिना सामाजिक सदता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

शुकवार (ता. ३१) सायंकाळी ५ वाजता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

राळा, संस्थानी धावपटूंना दिने प्रोत्साहन

पुणे महा मरीथॉन २०२० च्या प्रथम दिवसात धावपटूंच्या संखळकर्या असामने रंगनी नाशिक महामरीथॉन 'स्टार्ट टू फिनिश लाइन पार'

दोघा महिला धावपटूंनी दिना सामाजिक सदता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

शुकवार (ता. ३१) सायंकाळी ५ वाजता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

जागतिक मासिक पाळी दिनानिमित्त शुक्रवारी कार्यक्रम

नवीन नाशिक २८ मे रोजी असलेल्या जागतिक मासिक पाळी दिनाच्या पारवभूमीवर आपलं महानगर, प्रमाण समापती हर्षा बडगुजर व नारसवक सुधाकर बडगुजर यांच्या संयुक्त विद्यमाने मासिक पाळी प्रबोधन कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले आहे.

शुकवार (ता. ३१) सायंकाळी ५ वाजता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

राळा, संस्थानी धावपटूंना दिने प्रोत्साहन

पुणे महा मरीथॉन २०२० च्या प्रथम दिवसात धावपटूंच्या संखळकर्या असामने रंगनी नाशिक महामरीथॉन 'स्टार्ट टू फिनिश लाइन पार'

दोघा महिला धावपटूंनी दिना सामाजिक सदता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

शुकवार (ता. ३१) सायंकाळी ५ वाजता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

राळा, संस्थानी धावपटूंना दिने प्रोत्साहन

पुणे महा मरीथॉन २०२० च्या प्रथम दिवसात धावपटूंच्या संखळकर्या असामने रंगनी नाशिक महामरीथॉन 'स्टार्ट टू फिनिश लाइन पार'

रुग्णालयांमधील महिला कर्मचाऱ्यांना आरोग्य मार्गदर्शन

मुमेश फोरमचा मासिक पाळी स्वच्छतादिनी उपक्रम नाशिक ३३ निया नाशिक येथेच (मुमेश फोरम, नवीन इन्डस्ट्रियल एरिया, सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांनी संस्थानी रूग्णालयांच्या महिला कर्मचाऱ्यांना आरोग्य मार्गदर्शन कार्यक्रम आयोजित केला आहे.

शुकवार (ता. ३१) सायंकाळी ५ वाजता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

राळा, संस्थानी धावपटूंना दिने प्रोत्साहन

पुणे महा मरीथॉन २०२० च्या प्रथम दिवसात धावपटूंच्या संखळकर्या असामने रंगनी नाशिक महामरीथॉन 'स्टार्ट टू फिनिश लाइन पार'

दोघा महिला धावपटूंनी दिना सामाजिक सदता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

शुकवार (ता. ३१) सायंकाळी ५ वाजता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

राळा, संस्थानी धावपटूंना दिने प्रोत्साहन

पुणे महा मरीथॉन २०२० च्या प्रथम दिवसात धावपटूंच्या संखळकर्या असामने रंगनी नाशिक महामरीथॉन 'स्टार्ट टू फिनिश लाइन पार'

लोकमत

महिलांनो, या आजारांकडे दुर्लक्ष नको

युमन हेल्थ कॅन्सरचे प्रकाशित एका रिपोर्टनुसार, जागतिक महिला सहाय्यक कॅन्सराची रेट कत नाहीत. २०१८ मधील एका रिपोर्टनुसार, मातात दरवर्षी ७५ हजार महिलांचा मृत्यू सहाय्यक कॅन्सरचे होतो.

शुकवार (ता. ३१) सायंकाळी ५ वाजता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

जळगाव Vision

उपक्रम | चाळीसगावचे भूषण शिरुडे यांचा कपनमन म्हणून होतय ओळख मेडलाईफ करतय जनजागृती

आजकाल अतिशय वेगवेगळ्या प्रकारची आजारं उदयास येत आहेत. त्यातून एक म्हणजे सौंदर्याची ओळख करून देणे. सौंदर्याची ओळख करून देणे म्हणजे सौंदर्याची ओळख करून देणे. सौंदर्याची ओळख करून देणे म्हणजे सौंदर्याची ओळख करून देणे.

शुकवार (ता. ३१) सायंकाळी ५ वाजता सावनागर येथील क्रॉसलाईन हॉणच्या कार्यक्रमामा सामाजिक कार्यकर्या अशिवनी चॉमल यांचे मासिक पाळी काळात शिंयांकडून हाणाच्या चुकीमुळे वाडलेला कॅन्सरसारखा आजारचा धोका याविषयी मार्गदर्शनपत्र व्याख्यान हाणार आहे.

मासिक पाळीविषयी बोलू काही!

मासिक पाळी ही एक वेगळीच गोष्ट आहे. ती एक वेगळीच गोष्ट आहे. ती एक वेगळीच गोष्ट आहे. ती एक वेगळीच गोष्ट आहे. ती एक वेगळीच गोष्ट आहे.

A large collage of photos and text from the Pune Maha Marathon 2020, featuring runners, organizers, and event details.

कृत्रिमरीत्या मासिक पाळी लांबवणे आरोग्यदृष्ट्या घातक तज्ज्ञांचा सल्ला : महिलांच्या उदासीनतेविषयी जागृती गरजेची

An informational article about artificial menstrual cycles, featuring expert advice and a list of specialists.

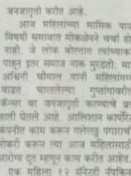


# सॅनेटरी नॅपकिनच्या प्रतीबंधावर अश्विनी करतय जनजागृती

## महिलांनी मॅन्स्ट्रुअल कप वापरल्यास टॅबल निसर्गाची हानी

मासिकपत्रे | प्रतिनिधी

मासिकपत्रे वापरणे आजही होत असूनही अशाच अतिशय कडक अशा जगात मासिकपत्रे वापरणे अजूनही सामान्य मानले जात नाही. अजूनही अनेक महिला मासिकपत्रे वापरण्याची सवय ठेवून सॅनेटरी नॅपकिन वापरतात. त्या बाबत अनेक महिला प्रत्येकी वेळी मासिकपत्रे वापरणे हाच एकदाच करणे म्हणून मानतात. मात्र, अशाच अतिशय कडक अशा जगात मासिकपत्रे वापरणे अजूनही सामान्य मानले जात नाही. अजूनही अनेक महिला मासिकपत्रे वापरण्याची सवय ठेवून सॅनेटरी नॅपकिन वापरतात. त्या बाबत अनेक महिला प्रत्येकी वेळी मासिकपत्रे वापरणे हाच एकदाच करणे म्हणून मानतात.



सॅनेटरी नॅपकिन वापरणे हे अजूनही सामान्य मानले जात आहे. अजूनही अनेक महिला मासिकपत्रे वापरण्याची सवय ठेवून सॅनेटरी नॅपकिन वापरतात. त्या बाबत अनेक महिला प्रत्येकी वेळी मासिकपत्रे वापरणे हाच एकदाच करणे म्हणून मानतात.



सॅनेटरी नॅपकिन वापरणे हे अजूनही सामान्य मानले जात आहे. अजूनही अनेक महिला मासिकपत्रे वापरण्याची सवय ठेवून सॅनेटरी नॅपकिन वापरतात. त्या बाबत अनेक महिला प्रत्येकी वेळी मासिकपत्रे वापरणे हाच एकदाच करणे म्हणून मानतात.

सॅनेटरी नॅपकिन वापरणे हे अजूनही सामान्य मानले जात आहे. अजूनही अनेक महिला मासिकपत्रे वापरण्याची सवय ठेवून सॅनेटरी नॅपकिन वापरतात. त्या बाबत अनेक महिला प्रत्येकी वेळी मासिकपत्रे वापरणे हाच एकदाच करणे म्हणून मानतात.

# मासिक पाळी हे नैसर्गिक वरदानच

## मेडलाइफ फाउंडेशनतर्फे देशभरात जनजागृती

मासिक पाळी आणि महिला स्वयंतीकरण क्षेत्रात मेडलाइफ फाउंडेशन देशभरात जनजागृती अभियान चालवत आहे. मासिक पाळी म्हणजे निरामिती झालेले वरदान होय. मात्र, या बरदानाकडे बघण्याचा इच्छेनेक अजरी उपेक्षेचा आहे. असे म्हटले तरी वागणे उचित नाही. त्यामुळे त्या दिवसात स्त्रीची मानसिक आणि शारीरिक आरोग्याची काळजी घेणे हे प्रत्येक कुटुंब सदस्याचे कर्तव्य आहे. यासाठी मेडलाइफ फाउंडेशनने अनेक वर्षांपासून मासिक पाळी व तिचे व्यवस्थापन या विषयावर काम केले जात असल्याचे प्रकटार परिप्रेक्ष्य सांगण्यात आले.



..चला संकल्प करूया  
आज (दि. २८) जागतिक मासिक पाळी स्वच्छता दिनानिमित्त संकल्प करूया की आत्मसुख आरोग्यासाठी मासिक पाळी स्वच्छता करणे ही सवय बारीक आणि माझे आरोग्य, माझे आयुष्य, माझे कुटुंब आणि माझे परिवार जपण्यास मदत करेल.'

हेतू. सॅनेटरी पॅडमुळे होणाऱ्या कचऱ्याची विह्वलवट लागण्यासाठी कोणतीही येण्या आढाव विकसन झालेला नाही. मासिकपाळीचे वापरणारांना योग्यायोग्येनेल सॅनेटरी पॅड व्हीडो ड्रॉप नसल्यामुळे पर्यावरणात अनेक वर्षे तसे राहतात. त्यामुळे वायू व जल प्रदूषण निर्माण होण्यास हे कारण बने. आता विह्वलवट मॅन्स्ट्रुअल कप हे मोडेलच हे नैसर्गिक वरदान आहे. अतिशय लवचिक असल्यामुळे साधन आहे. हे कापडी पॅड व मुद्रा पाळता येतात. एक पॅडचा वेळ तेच वेळी न घ्याय म्हणून वापरू शकते. मासिक पाळी व स्वच्छतापत्रे मासिकपत्रे मेडलाइफने पुढील शिष्टा, अश्विनी चौमाळ, निवेदिता पगार, मयूरी शिर्डे हेतू. ३००० अश्विनी चौमाळ, निवेदिता पगार, मयूरी शिर्डे हेतू.

# जागतिक मासिक पाळी स्वच्छता दिनानिमित्त मेडलाइफ फाउंडेशनकडून मासिक पाळी काळातील दक्षतेविषयी देशभरात जनजागृती अभियान

मासिक (दि. २८ मे २०२०) : मासिक पाळी म्हणजे निरामिती झालेले वरदान ज्यामुळे स्त्री जातीला नवनिर्मितीचा आनंद उपभोगता येऊ शकतो. मात्र या बरदानाकडे बघण्याचा दृष्टीकोन अजरी काही उपेक्षेचा आहे. असे म्हटले तरी काही वागणे उचित नाही. शैक्षणिक आणि वैज्ञानिक प्रगतीतून आलेल्या प्रगल्भतेने यात दिवसागणिक बदल होत असला तरी तो बदल सध्यास्थितीत पुरेसा नाही. महिन्यातून एकदा येणारी मासिक पाळी आणि तिचे चार दिवस महिलेच्या शारीरिक पाठीवर खूप त्रासदायक असतात. आणि जर या दिवसात उपेक्षेची वागणूक मिळाली तर तिचा चार दिवस देखील बोरचे उरतात. त्यामुळे हा काळ तिच्यासाठी असाह्य वेदनाही ठरू शकतो. त्यामुळे त्या दिवसात तिची मानसिक व शारीरिक आरोग्याची काळजी घेणे हे प्रत्येक कुटुंबाचे कर्तव्य आहे. म्हणून मेडलाइफ फाउंडेशन हे संस्थापक भूषण शिर्डे व सहकारी निवेदिता पगार-धारावर, अश्विनी चौमाळ, मयूरी शिर्डे आणि मेडलाइफ फाउंडेशन ची सर्व टीम गेल्या अनेक वर्षांपासून मासिक पाळी व तिचे व्यवस्थापन या विषयावर सर्वसुण देशभर जनजागृती अभियान राबवत आहेत.



वैद्यकीय साधन मेडिकल डिव्हाइस आहे. हे अतिशय लवचिक असल्यामुळे वापरण्यास आगदी सोपे आहे. आरोग्यास लाभदायक, १२ तासांपर्यंत लिंक फ्री प्रोब्लेशन, अनेक वर्षे सहज पुनर्वापरास योग्य परवडणारे असे आहे..

मेडलाइफ फाउंडेशन गेल्या अनेक वर्षांपासून महिलांचे आरोग्य, मासिक पाळीच्या शाश्वत सवयी, मासिक पाळीच्या दम्यान कोणती काळजी घ्यावी, कोणते सॅनेटरी साधन वापरावे तसेच महिला सबलीकरण, महिला उद्योजकता अशा अनेक महिलेच्या निर्गडित विषयांवर मार्गदर्शन जनजागृतीचे निरंतर कार्य करत आहेत.

Medfem Menstrual Cup | Medfem Resuable Cloth Pad

+91 7020438861 | +91 7056994419

www.medfem.in

आजही महिलांच्या मासिक पाळीवर उघडपणे बोलले जात नाही. आजच्या आधुनिक आणि वैद्यकीय क्षेत्रात आपण झपाट्याने प्रगती करतोय तरी देखील समाजात मासिक पाळी विषयी अनेक चुकीचे गैरसमज लोकांच्या मनात अजूनही आहेत. याबाबतची समाजात जनजागृती करणे, प्रबोधनपर कार्यक्रम करणे, योग्य वक्ता व डॉक्टर यांनी मार्गदर्शन करणे काळाची गरज आहे. या म्हटले आहे कि, महिलेची काळजी करी घ्यावी व कोणते सॅनेटरी साधन वापरावे. मेन्स्ट्रुअल कप हे एक मेडिकल ग्रेड सिलिकॉन पासून बनवलेले एक

### जागतिक मासिक पाळी स्वच्छता दिन का साजरा केला जातो ?

जर्मन वैद्यकीय वंशज युनायटेड या संस्थेने ना नफा ना तोटा या सामाजिक सेवाभावा आधारावर २०१३ साली जागतिक स्तरावर महिलेच्या मासिक पाळी सभोवतालच्या निर्गड गोष्टींचा यादी करण्यासाठी, तसेच जाणभारत चालत्या मासिक पाळी स्वच्छतेच्या व्यवस्थापनाचे मूल्य जाणून घेण्यासाठी आजचा दिवस साजरा केला जातो.

महिला मासिक पाळीमध्ये डिस्पोजेबल सॅनेटरी नॅपकिन म्हणजेच पॅड जास्त प्रमाणात वापरतात. परंतु हे नॅपकिन हातिकाकारक रसातून व प्लास्टिक ने बनवलेले असतात आणि ते वापरल्यामुळे महिलांमध्ये बॅक्टीरियाल इन्फेक्शन, राग, इरिटीशन (खाजब), सर्वांगिक नॅन्सर, ओव्हरीजन नॅन्सर, इंडोमेट्रीओसीस साख्या अनेक भयंकर समस्या दिवसगिरेच फाट साठतात. त्यासोबतच या नैसर्गिकमुळे कडक आरोग्यालाच नव्हे तर पर्यावरणात आणि मुखा प्राणीमिनांत देखील फार मोठा धोका निर्माण होतोय.

यालाच पर्याय म्हणून महिलांनी कापडी पॅड व मेन्स्ट्रुअल कप वापरावे, कारण हे अतिशय प्रभावी, आरामदायक आरोग्यास चांगले व पर्यावरणपूरक आणि सर्वांना परवडणारे साधन म्हणून वापरले जाऊ शकते.

# लोकसत्ता

28 MAY 2020  
PAGE - 2

## महिला सबलीकरण क्षेत्रात मेडलाइफ फाउंडेशन करतय देशभरात जनजागृती अभियान !



सॅनेटरी पॅड व आरोग्य  
२८ मे हा मासिक पाळी स्वच्छता दिन म्हणून साजरा होतो. सॅनेटरी पॅड वापरणे हे अजूनही सामान्य मानले जात आहे. अजूनही अनेक महिला मासिकपत्रे वापरण्याची सवय ठेवून सॅनेटरी नॅपकिन वापरतात. त्या बाबत अनेक महिला प्रत्येकी वेळी मासिकपत्रे वापरणे हाच एकदाच करणे म्हणून मानतात.

पर्यावरणाची घोषणा  
मासिक पाळी स्वच्छता करणे ही सवय बारीक आणि माझे आरोग्य, माझे आयुष्य, माझे कुटुंब आणि माझे परिवार जपण्यास मदत करेल.'

मासिक पाळी स्वच्छता  
सोशल डिस्टन्सिंग पाळा  
इतरांनाही प्रेरित करा

# आरोग्य आणि पर्यावरण संवर्धनासाठी कापडी पॅडचा पर्याय

## सॅनेटरी नॅपकिनमुळे जंतुसंसर्ग आणि अन्य तक्रारी

लोकसत्ता प्रतिनिधी  
आज येत संवाद  
मासिक पाळी स्वच्छता दिनानिमित्त जागतिक मासिक पाळी स्वच्छता दिन साजरा होत आहे. अजूनही अनेक महिला मासिकपत्रे वापरण्याची सवय ठेवून सॅनेटरी नॅपकिन वापरतात. त्या बाबत अनेक महिला प्रत्येकी वेळी मासिकपत्रे वापरणे हाच एकदाच करणे म्हणून मानतात.

आज येत संवाद  
मासिक पाळी स्वच्छता दिनानिमित्त जागतिक मासिक पाळी स्वच्छता दिन साजरा होत आहे. अजूनही अनेक महिला मासिकपत्रे वापरण्याची सवय ठेवून सॅनेटरी नॅपकिन वापरतात. त्या बाबत अनेक महिला प्रत्येकी वेळी मासिकपत्रे वापरणे हाच एकदाच करणे म्हणून मानतात.

सोशल डिस्टन्सिंग पाळा  
इतरांनाही प्रेरित करा  
मासिक पाळी स्वच्छता करणे ही सवय बारीक आणि माझे आरोग्य, माझे आयुष्य, माझे कुटुंब आणि माझे परिवार जपण्यास मदत करेल.'

# पर्यावरण संवर्धनासाठी महिलांनी कापडी पॅड वापरावा - तज्ञांचे मत

औरंगाबाद / म.केसरी  
मासिक पाळीच्या त्या चार दिवसांत वापरण्यात येणाऱ्या सॅनेटरी नॅपकिनमुळे पर्यावरणाला धोका निर्माण होत आहे. महिलांचे आरोग्य आणि पर्यावरण संवर्धनासाठी महिलांनी कापडी पॅड किंवा मासिक धर्म कप वापरावा, असा आग्रह पर्यावरणप्रेमीकडून करण्यात येत आहे. मासिक जागतिक मासिक पाळी स्वच्छ स्वच्छता दिनाच्या पार्श्वभूमीवर महिलांना त्या चार दिवसांत होणाऱ्या त्रासाविषयी आणि हा त्रास कमी करण्यासाठी वापरण्यात येणाऱ्या साधनांविषयी शुक्रवारी (दि. २९) विशेष कार्यक्रमात तज्ञांनी मत मांडले.

वापर केल्याने खाज येणे, घाम येणे, जंतुसंसर्ग होणे अशा अनेक तक्रारी निर्माण होतात. याशिवाय पॅडच्या वापरामुळे कॅक्टीव्ह होण्याचा धोका असतो. दुसरीकडे वापरलेले पॅड फेकून दिल्यावर कचरा विभाजन करणाऱ्या कामगारांचे आरोग्य धोक्यात येऊ शकते, याकडे मेडफॅमच्या सहसंस्थापिका अश्विनी चौमाळ यांनी लक्ष वेधले. पॅडच्या वापरामुळे महिलेचे आरोग्य दाखवत असून पर्यावरणाला हानी पोहोचत असल्याचा विषय डॉ. वैभव दातगेर यांनी मांडला. पॅडमुळे निर्माण होणाऱ्या कचऱ्याची विह्वलवट लावण्यास कोणतीही यंत्रणा नसल्याने मोठ्या प्रमाणावर कचरा निर्माण होत आहे. हा कचरा जनावरे खात असल्याने ते आजार पडतात. तो कचरा जाळला तर मोठ्या प्रमाणावर वायूप्रदूषण होते. त्यामुळे मासिक धर्म कापड आरोग्यास लभदायक असून, पुनर्वापरास योग्य आहे. मासिक स्त्राव त्वचेच्या संपर्कात येत असल्याने कोणत्याही प्रकारचे जंतुसंक्रमण होत नाही. कसलीही दुर्गंधी येत नाही. कापडी पॅडही उत्तम पर्याय असल्याचे चौमाळ यांनी नमूद केले.

# कायसत्ता 25 मे 2020

## मेडफेम च्या माध्यमातून कर्तारय मासिक पाळी कप आणि कापडी पॅड ची जनजागृती.

प्रतिनिधी - मुंबई, पुणे.  
मासिकपत्रे रसातून टिकटिककणी राबवताय मासिक पाळी जनजागृती अभियान मासिक पाळी म्हणजे निरामिती झालेले वरदान ज्यामुळे स्त्री जातीला नवनिर्मितीचा आनंद उपभोगता येऊ शकतो. मात्र या बरदानाकडे बघण्याचा दृष्टीकोन अजरी काही उपेक्षेचा आहे. असे म्हटले तरी काही वागणे उचित नाही. शैक्षणिक आणि वैज्ञानिक प्रगतीतून आलेल्या प्रगल्भतेने यात दिवसागणिक बदल होत असला तरी तो बदल सध्यास्थितीत पुरेसा नाही. महिन्यातून एकदा येणारी मासिक पाळी आणि तिचे चार दिवस महिलेच्या शारीरिक आरोग्याची काळजी घेणे हे प्रत्येक कुटुंबाचे कर्तव्य आहे. म्हणून मेडलाइफ फाउंडेशन हे संस्थापक भूषण शिर्डे व सहकारी निवेदिता पगार-धारावर, अश्विनी चौमाळ, मयूरी शिर्डे आणि मेडलाइफ फाउंडेशन ची सर्व टीम गेल्या अनेक वर्षांपासून मासिक पाळी व तिचे व्यवस्थापन या विषयावर सर्वसुण देशभर जनजागृती अभियान राबवत आहेत.

आजही महिलांच्या मासिक पाळीवर उघडपणे बोलले जात नाही. आजच्या आधुनिक आणि वैद्यकीय क्षेत्रात आपण झपाट्याने प्रगती करतोय तरी देखील समाजात मासिक पाळी विषयी अनेक फालतूक असे आहेत. याबाबतची समाजात जनजागृती करणे, प्रबोधनपर कार्यक्रम करणे, योग्य वक्ता व डॉक्टर यांनी मार्गदर्शन करणे काळाची गरज आहे. या म्हटले आहे कि, महिलेची काळजी करी घ्यावी व कोणते सॅनेटरी साधन वापरावे. मेन्स्ट्रुअल कप हे एक मेडिकल ग्रेड सिलिकॉन पासून बनवलेले एक वैद्यकीय साधन मेडिकल डिव्हाइस आहे. हे अतिशय लवचिक असल्यामुळे वापरण्यास आगदी सोपे आहे. आरोग्यास लाभदायक, १२ तासांपर्यंत लिंक फ्री प्रोब्लेशन, अनेक वर्षे सहज पुनर्वापरास योग्य परवडणारे असे आहे..



# BANK DETAILS



**A/c Name: Medlife Foundation**

**Bank Account: IDBI Bank**

**Branch - Khedgaon (Chalisgaon)**

**A/C No: 0618104000091844**

**IFSC Code: IBKLo000618**

**MICR: 424259506**



**NOTE:** Medlife Foundation does not ask or accept donations in cash.

## FOUNDER MESSAGE



### **BHUSHAN SHIRUDE**

#### **Founder**

Bhushan is the founder of the MEDLIFE FOUNDATION & strongly believed that Women and Children's Development should be the core of his activities.

Bhushan is the man of vision and one of the leading youngest social entrepreneur of India.

He was determined to generate employment opportunities for women to make them financially independent. We provide young people with an opportunity to be change-makers and make a difference.

We can't always build the future for our youth, but we can build our youth for the future. We may not be able to perfect the world in our lifetimes, but every effort we put forth counts.



## CONTACT US

- ✓ **REGISTRATION NUMBER:** F-1487/JALGAON
- ✓ **REGISTRATION DATE:** 04/02/2016
- ✓ **PAN:** AAETM4490L
- ✓ **TAN:** NSKM112046E
- ✓ **NITI AYOJ UID:** MH/2017/ 017622
- ✓ **12A REGISTRATION:** A'bad/Rg/834/458/2016-17/1897
- ✓ **80G REGISTRATION:** 80G/28E/2017-18/3243
- ✓ **MOBILE NO.** +91 7020438881 / +91 8275320465 / +91 9970054699
- ✓ **WEBSITE:** [www.medlifefoundation.org](http://www.medlifefoundation.org)
- ✓ **EMAIL ID:** [medlifefoundationbahal@gmail.com](mailto:medlifefoundationbahal@gmail.com)
- ✓ **ADDRESS:** Medlife House, A/P: Bahal, Tal: Chalisgaon, Dist: Jalgaon - 424101

**“We thank you for reading our Annual report.”**