

Mens på läger

Detta är ett workshopmaterial för dig som är vuxen och som ibland befinner dig på läger med barn och unga. Exakt vad det är för läger spelar ingen roll. Frågorna i workshopen är bra att ha i åtanke så fort barn och unga ska bo borta. Diskutera utifrån de förutsättningar ni har.

Ni väljer själva hur ni vill lägga upp övningen och hur mycket tid ni vill att den ska ta. Vi rekommenderar att diskutera frågorna i grupp då det gör det möjligt för er att se problem ni kanske inte tänkt på och ökar möjligheterna för att ni kommer på kreativa lösningar.

Börja men att få en gemensam kunskapsgrund genom att läsa detta:

Tillsammans med mensen kommer behov för den enskilde mensaren. De är exempelvis att man behöver ha tillgång till mensskydd och någonstans att kasta dem efter att man använt dem. Man kan känna att man behöver besöka toaletten oftare, att man har ont i kroppen - speciellt magen - och behöver en värktablett eller vila. Dessutom behöver man kunna tvätta händerna i samband med mensskyddsbyte.

Hur man känner kring mensen är olika från person till person och kan även variera från mens till mens.

Tänk igenom och diskutera:

- Hur ser möjligheterna att möta de här behoven ut på erat läger?

Diskutera utifrån följande teman:

- Tillgängliga mensskydd
 - Möjlighet att gå på toaletten
 - Tillgång till rent vatten
 - Söphantering
 - Möjligheten att inte delta i vissa aktiviteter till exempel på grund av smärta eller blödningen
-
- Vad tror ni det kan det få för konsekvenser för enskilda barn och unga om dessa olika behov inte möts?

 - Finns det något ni hade kunnat göra för att på ett bättre sätt möta behoven som kommer med mensen?

 - Skriv ner actionpoints på vad som behöver göras. Varje punkt ska inkludera svar på:
 - Vad som behöver göras
 - När det behöver göras
 - Om det behövs något material för att det ska kunna bli gjort
 - Vem som har ansvar för att det görs
 - Om det är något som behöver göras kontinuerligt och i så fall vem som har ansvar för det
- 