**108年度桃園市台灣女孩日系列活動企劃**

說到月經，妳/你會想到什麼呢？

不可以告訴男生的秘密？女人每個月痛得死去活來的罪魁禍首？無法見人的蘋果麵包？還是……？

相信很多女孩對月經的印象並不好。不只是因為另人難以忍受的經痛，也因為我們的文化把月經視為「不乾淨的」、「不能說出口的」。但是，妳知道也有人煮紅豆飯幫女兒慶祝月經來潮嗎？妳知道，有人靠月經創業嗎？妳知道，有人因為做跟月經有關的公益活動揚名國際嗎？

今年女孩日，我們特別規劃了三大活動、並且邀請到來自不同背景的講師們，與妳一同分享與討論月經的酸甜苦辣，從月經裡面邀妳認識女孩的無限潛力！

1. **校園巡迴講座**

月經，大概是每個女孩最熟悉又最陌生的小伙伴了吧？

但是，妳對月經又了解多少呢？

我們這次的校園巡迴講座以月經為主軸，

邀請到棉條教主凡妮莎、對於女性保養特別有一套的女性中醫師，

以及性別平等教育協會的監事卓耕宇，

從不同的性別、職業和角度，

跟我們談談月經、以及跟月經有關的小祕密！

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **主題** | **講者** | **講座簡介** |
| 跨越污名，築夢踏實 | 曾穎凡：  莎容企業有限公司品牌總監/棉條教主凡妮莎 | 曾穎凡，以凡妮莎為名，花費16年推廣生理用品教育。初期引進棉條、大力推廣後，創建「凱娜」此一本土的衛生棉條品牌，致力於生理期知識、商品的教育與推廣。本講座將請凡妮莎分享她推廣生理用品的心路歷程，以及創建品牌的經驗。 |
| 愛自己，  從身體開始 | 邀請中 | 本講座預計邀請女性中醫師，為青少女講授如何保養、調理身體，特別是生理期期間，如何緩解與改善經期失調、經痛等問題。 |
| 新好男孩看過來：你了解女孩嗎？ | 卓耕宇：  高雄市立中正高工專任輔導教師/台灣性別平等教育協會監事 | 本講座邀請台灣性別平等教育協會長期耕耘於青少年教育的監事卓耕宇，從男性的角度來分享如何建立與女性的正向關係；以及了解女性生理期，包含如何抱持正向的看法與態度、女性生理期間可以如何緩解其不適，而能增進對女性生理期的了解、破除對於月經的迷思與汙名。 |

1. **團體手作工作坊**

覺得活動都在聽演講太無聊？

這次我們特別邀請到在尼泊爾推廣布衛生棉以及環保正向月事運動的

Dharti Mata Sustainable workshop(棉樂悅事工坊)，

帶領大家手工縫製布衛生棉

以及使用各種媒材繪畫子宮，

也在活動過程中帶大家一起看見與月經相關的異國經驗，

以及月經與身體的連結、月經與環保等多重議題，

為大家帶來特別的手作與繪畫體驗！

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **手作布衛生棉工作坊** | **子宮自由彩畫工作坊** |
| **帶領者** | 棉樂悅事工作坊 | 棉樂悅事工作坊：林秀蘋講師 |
| **內容** | 由講師帶領學生手縫布衛生棉，並在縫紉過程中，介紹手作布衛生棉的知識與國際經驗。材料費用將由本會支付，成品可由學生決定是否留下、或是捐給本會，未來本會將會安排進行國際捐贈。 | 由講師帶領學生進行多媒材的藝術彩繪，在彩繪過程中，引導學生回想與探索自己與女性子宮的關係及想像。材料費用將由本會支付，成品可由學生決定是否留下或贈與本會，本會將挑選優秀作品於全日活動中展出。 |

1. **校園電影院**

妳/你能夠想像一部以「月經」為主題的影片，

獲得奧斯卡獎嗎？

在印度，衛生棉、棉條或任何的女人生理期用品，

並不像台灣這麼好取得。

女人們有時甚至會使用骯髒的碎片來作為衛生棉的代替品，

也因此引發一些疾病；

而文化上對於月經的避諱、禁忌，

甚至使得女性在生理期不得不中斷上學、

隔離在家庭外的小棚屋內──因為她們是「不潔」的。

《月事革命》就是在這樣的背景之下，

描述一群印度新德里郊外的女人利用機器自產自銷便宜的衛生棉，

不僅賺取金錢、獲得了經濟獨立，

甚至邁向解除月經汙名之路。

而在映後座談中，

本會更邀請到林念慈講師──

一位出生於台灣、但卻在尼泊爾創辦「棉樂悅事工坊」，

於當地推動女性賦權工作與環保正向經期運動，

並因此在2017年被英國廣播公司（BBC）評為「年度全球百大女性」──

來為各位分享她如何以月經為起點、跨出台灣，

走上創業異鄉、推動女性賦權的這條奇特道路。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **影片名稱** | 月事革命(Period. End Of Sentence.) | | |
| **片長** | 25分鐘 | 導演 | Rayka Zehtabchi |
| **講師** | 林念慈 | | |
| **講師簡介** | 1982年出生，玄奘大學應用心理系畢業。一個行旅在世界之中的女人。一年有五個月，在尼泊爾喜馬拉雅山腳下工作與生活，因為創立布衛生棉社會事業，而翻轉了自身的身心狀態。致力於女性賦權工作與環保正向經期運動，現任「棉樂悅事工坊」創辦人和「本立自然良品」共同創辦人。2017年被英國廣播公司（BBC）評為「年度全球百大女性」 | | |

**108年度桃園市台灣女孩日系列活動 合作學校募集**

勵馨基金會桃園分事務所於108年度**9月、10月**受託辦理108年度台灣女孩日系列活動，本次活動主要採取入校辦理模式，因此希望廣徵有意合作之學校進行報名，待報名結束後，本會將依學校申請順序及講師可配合時間進行活動媒合，因若可配合時間越彈性，合作機會將越高！以下報名表單請依照各校9月、10月可辦理活動時間填寫，並將表單於108年7月5日前，e-mail寄回goh1770@goh.org.tw或傳真至(03)422-6607。感謝您！

**合作活動報名表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **所屬單位** | 學校 |  | | | | 學校地址 |  |
| 連絡方法 | 電話 | |  | | E-mail |  |
| 連繫人 |  | | | | 備註 |  |
| **合作活動 (可複選)** | **A校園電影院 (限80人以上可選)** | | | | | | |
| 可選時間 | □上午，時間： | | | | □下午，時間： | |
| 日期 | |  | | 日期 |  |
| 學生人數 |  | | | | 備註 |  |
| **B校園巡迴講座 (限100人以上可選)** | | | | | | |
| 可選時間 | □上午，時間： | | | | □下午，時間： | |
| 日期 | |  | | 日期 |  |
| 學生人數 |  | | | | 備註 |  |
| **C** □**布衛生棉手作工作坊 ；** □**子宮自由彩畫工作坊 (限30～40人可選)** | | | | | | |
| 可選時間 | □上午，時間： | | | | □下午，時間： | |
| 日期 | |  | | 日期 |  |
| 學生人數 |  | | | | 備註 |  |
| **場地設備** | 場地 | □未定 | | □可提供場地： | | | |
| 器材 | □電腦　□單槍投影機　□外接喇叭　□音響　□麥克風　□其它： | | | | | |
| 備註 |  | | | | | |
| **勵馨回覆** | 感謝您的填寫，並期望接下來合作愉快！ | | | | | | |
| 請將此表單寄回goh1770@goh.org.tw；或傳真給(03)422-6607。 | | | | | | |
| □能夠合作 | | 辦理活動 | | □A校園電影院　□B校園巡迴講座　□C布衛生棉手作工作坊 | | |
| 辦理時間 | | 月　　 日，星期　　　 下午　　　　　 /上午 | | |
| □無法合作 | | 萬分抱歉，因本次活動經費有限，場數已滿。感謝您的支持，期待明年能與貴校合作！ | | | | |

若有問題請撥打專線：(03)422-6558轉分機13詢問，將會有專員回覆您的問題。