

உங்கள் மகிழ்ச்சியை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

யுஎஸ் டாலர்களில் மேற்கொள்ளப்படும் நிதியுதவிகள்:

காசோலை வழியாக நிதியுதவி வழங்குகிறீர்கள் எனில், தயவு செய்து, 'SEWA INTERNATIONAL' என்ற பெயரில், காசோலையை தபாலில் அனுப்பவும்.

தபால் செய்ய வேண்டிய முகவரி: 'SEWA INTERNATIONAL' P O Box 820867, Houston, TX 77282-0867 USA

காசோலையின் இடது பக்கத்தின் கீழ் நீங்கள் 'For Seva Kirana Toilet Project' என்று எழுத வேண்டியது மிகவும் முக்கியமாகும். இதனால், அப்பணம், இந்தியாவின் பெங்களூருவில் உள்ள சரியான கணக்கிற்கு வந்து சேரும். மேலும் எங்கள் காசோலையில் மின்னஞ்சல் முகவரியை எழுதி அனுப்பவும். இதனால் சேவா இண்டர்நேஷனலால் உங்களுக்கு இரசீதினை வழங்க முடியும்.

உங்கள் நிதியுதவி குறித்த விபரங்களுடன் sewafinance@gmail.com என்ற முகவரிக்கும் மற்றும் ramanan2704@gmail.com முகவரிக்கும் மின்னஞ்சல் அனுப்பினால் அது குறித்த பின்னறித்தகவல்கள் வழங்கப்படும்.

இணையதளம் வழியாக நிதியுதவி வழங்கினால்:

www.sewausa.org, அதில், மேல் வலது மூலையில் "DIY CAMPAIGNS" என்பதை கிளிக் செய்து, "Fund a Toilet for Girl Child". என்பதை தேர்ந்தெடுக்கவும். அதில் "Learn More" அல்லது "Donate Now" கிளிக் செய்யவும்.

உங்கள் இரசீதின் மென்நகலை sewafinance@gmail.com என்ற முகவரிக்கும் மற்றும் ramanan2704@gmail.com முகவரிக்கும் மின்னஞ்சல் அனுப்பவும்.

இந்திய ரூபாயில் மேற்கொள்ளப்படும் நிதியுதவிகள்

காசோலைகளின் வழியாக மேற்கொள்ளப்படும் நிதியுதவிகள்

காசோலை வழியாக நிதியுதவி வழங்குகிறீர்கள் எனில், தயவு செய்து, 'Hindu Seva Pratishthana' என்ற பெயரில், காசோலையை தபாலில் அனுப்பவும். "ஆஜிதாபுரி" 8/28இ எருது கோவில் தெரு, பசவனகுடி, பெங்களூரு - 560 004. கர்நாடகா. இந்தியா.

காசோலை குறித்த விபரங்கள் மற்றும் சேவா கிராணா டாய்லெட் திட்டத்திற்கானவை என்றும் குறிப்புடன், hinduseva@gmail.com என்னும் முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் செய்யவும். ramanan2704@gmail.com என்ற முகவரிக்கும் அனுப்பவும்.

வங்கி பரிவர்த்தனை வழியாக நிதியுதவி வழங்குதல்

கீழ்க்காணும் வழிகாட்டுதல்களை பின்பற்றவும்:
காசோலை குறித்த விபரங்கள் மற்றும் சேவா கிராணா டாய்லெட் திட்டத்திற்கானவை என்றும் குறிப்புடன், hinduseva@gmail.com என்னும் முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் செய்யவும். ramanan2704@gmail.com என்ற முகவரிக்கும் அனுப்பவும்.

Name of the NGO as appear in Bank : **Hindu Seva Pratishthana**
TYPE : **SB**
Account No. : **54003825712**
Bank Name : **State Bank of Mysore**
City : **Bangalore**
Branch : **Shankarapuram, Bangalore 560004**
*IFSC Code : **SBMY0040195**

இணையம்:

www.sewainternational.org / www.sewausa.org / www.sevakirana.org

SurakShe™

Eco Friendly Sanitary Napkins

சுத்தமான, ஆரோக்கியமான
மற்றும் மகிழ்ச்சியான

★ மாதவிடாய் சுழற்சிக்கு ★

சுரக்ஷி

"ஆஜிதாபுரி" 8/28, எருது கோவில் தெரு, பசவனகுடி,
பெங்களூரு - 560004. கர்நாடகா. இந்தியா.
மொபைல்: (இந்தியா) +91 9008414422 / 9008415522

இந்தியாவில் மாதவிடாய் சுழற்சி தொடர்பான தவறான மரபுகள் மற்றும் பொய்யான நம்பிக்கைகள்

புள்ளிவிவரமுறைகளின்படி!!!

அனைத்திந்திய அளவில் பின்பற்றப்படும் தவறான மரபுகள் இத்தகைய தவறான மரபுகளை பின்பற்றும் பெண்களின் சதவிகிதம்

4வது நாளின் போது தலைக்கு குளிக்க வேண்டும் :	65
ஊறுகாய் ஜாடியை தொடக்கூடாது :	59
செடிகளுக்கு தண்ணீர் ஊற்றக்கூடாது :	54
வீட்டிலேயே பெரும்பாலான நேரம் இருக்க வேண்டும் :	38
ஜாம்கள் அல்லது ஜெல்லிகள் செய்யக்கூடாது :	36
தயிருக்கு உறையூற்றக்கூடாது :	32

Quartz | qz.com

Data: IPSOS

இந்தியாவில் மாதவிடாய் சுழற்சி குறித்த மனப்பாங்கு

பெண்கள் சதவிகிதம்

சானிட்டரி நேப்கினை செய்தித்தாளில் சுற்றியே வாங்க வேண்டும் :

75	
மாதவிடாய் பெண்கள் அவர்களது முழு சாத்தியத்திறனை அடைவதை தவிர்க்கிறது :	65
முதல் மாதவிடாய் வரும் வரை அது குறித்த விபரம் அறியாமல் இருத்தல் :	62
குடும்பத்திலுள்ள ஆண் உறுப்பினர்களை எப்போதும் நாப்கின்களை வாங்கச் சொல்லக்கூடாது :	60
வெள்ளை நிற ஆடைகளை அணிவதை தவிர்க்க வேண்டும் :	59
எல்லா வகையிலான உடற்பயிற்சிகளையும் தவிர்க்க வேண்டும் :	55
வீட்டில் இருப்பதையே விரும்ப வேண்டும் :	52
குடும்பத்தினருடன் இருக்கையில் சானிட்டரி நாப்கின் விளம்பரங்களை பார்ப்பதில் அசௌகரியம் அடைதல் :	48
மாதவிடாய் காலகட்டத்தின் போது, சமூக சந்திப்புகளில் அசௌகரியமாக உணர்தல் :	48
பாட்டிமார்களின் வழிகாட்டுதல்களை தொடர்ந்து இப்போதும் பின்பற்றுதல் :	41
குடும்பங்கள் பெண்களை மாதவிடாய் காலகட்டத்தின் போது சுத்தமற்றவர்களாகக் கருதுதல் :	35

Quartz | qz.com

Data: IPSOS



மாதவிடாய் குறித்த தவறான மரபுகள் அவைகளை அடுத்த தலைமுறைக்கும் கொண்டு செல்வதை நிறுத்தவும்



ஆரோக்கியமான முறையை பின்பற்றத்துவங்கலாம்

மகிழ்ச்சியான மாதவிடாய்!!