

Det här är din guide för att göra skillnad!

VILL DU HA GRATIS MENS SKYDD PÅ DIN SKOLA? ✨

Att ha mens är helt naturligt! Men ändå är det inte alltid självklart att det finns mensskydd på skolans toaletter. Det måste vi ju ändra på tillsammans!

Den här guiden hjälper dig att ta första steget: samla dina kompisar, prata med rektorn eller skolsköterskan, och visa att det här är något många elever vill ha!



TIPS INNAN DU DRAR IGÅNG

Gör det tillsammans

Fråga en kompis om ni kan gå ihop, det är alltid lättare att vara två (eller fler)!

Samla stöd

Ju fler namnunderskrifter ni får ihop, desto starkare röst har ni.

Prata i elevrådet

Det kan vara ett bra forum att ta upp frågan i

Var saklig, men personlig

Berätta varför det är viktigt för just dig/er!

STEG 1

Starta en namninsamling

- 👉 Ladda ner vår enkla lista, skriv ut och låt klasskompisar skriva under.

Tips: Fråga efter stöd på rasterna eller i klassrummet, ofta är folk positiva när de får chansen!

STEG 2

Skicka eller lämna brevet

- 👉 Vi har gjort ett färdigt förslag på brev som du kan ge till din rektor eller skolsköterska!

Fyll i skolans namn och ditt eget namn.
Bifoga listan med underskrifter.
Lämna brevet personligen, mejla eller ta upp det via elevrådet.

Psst! På nästa sida finns massa bra info om Herbox som kan hjälpa dig när du pratar med vännerna, skolsystemen och rektorn!



herbox



10 BRA ARGUMENT DU KAN ANVÄNDA



- Det skapar trygghet och jämställdhet i skolan.
- Fler elever kan delta i undervisningen utan oro för mensen.
- Mindre frånvaro - färre behöver stanna hemma.
- Mensskydd är lika självklart som toalettpapper och tvål.
- Alla har inte alltid råd med egna mensskydd, detta ÄR en viktig rättvisefråga!
- Bättre hälsa - elever slipper improvisera med lösningar som kan ge infektioner.
- Hållbart och miljövänligt - Herbox har bara ekologiska mensskydd.
- Skolan får ett modernt och inkluderande rykte.
- Det minskar tabun kring mens och öppnar för viktiga samtal.
- Det är en investering i framtiden - nästa generation ska växa upp i mer jämställda miljöer.

Nästa sida innehåller ett exempel på det meddelande som ni kan bifoga tillsammans med era underskrifter!



Hej!

Vi är många elever som tycker att det är viktigt att vår skola erbjuder gratis mensskydd på toaletterna. Att ha mens är en helt naturlig del av livet, därför borde tillgången till mensskydd vara lika självklar som toalettpapper och tvål.

Herbox är en svensk aktör som hjälper skolor och arbetsplatser att skapa mer jämställda miljöer. Deras dispenser produceras i Göteborg, fungerar helt utan el och batterier och alla mensskydd är gjorda av 100 % ekologisk bomull. Helt fria från kemikalier och parfym!

Om vår skola skulle införa Herbox skulle det innebära:

- Trygghet för elever som annars riskerar att missa lektioner eller stanna hemma.
- En mer jämställd skolmiljö där alla får samma förutsättningar.
- Ett hållbart val för både miljön och elevernas hälsa.
- Ett tydligt ställningstagande för jämställdhet och inkludering.

Herbox arbetar också med FN:s globala mål nr 3 (God hälsa och välbefinnande) och nr 5 (Jämställdhet). 1 % av vinsten går direkt till Kvinna till Kvinna, som stärker kvinnors rättigheter världen över.

Vi hoppas att ni vill ta steget och bli en förebild genom att erbjuda gratis mensskydd till alla elever!

Bifogat hittar ni en namninsamling från oss som stödjer förslaget.

Med vänliga hälsningar,