



Amiről NEM beszélünk

Vannak az életben olyan nehézségek, amelyek csak idővel válnak láthatóvá, ilyen a menstruációs szegénység is. Mert adott társadalmi rétegeket érint, mert változik a világ, a megítélés, a narratíva. Bár abban biztosak lehetünk, hogy a nők anyagi helyzetétől függetlenül is menstruálnak, és ez egy természetes biológiai folyamat, mégis amikor szegénységgel párosul, a szokásosnál is láthatatlanabb.

Szerző: Szakácsi Eszter Fotó: Mózes Anita





„Az ember úgy érzi, ha nincs pénze, nem ér semmit ezen a világon”

Horváth Henrietta

Zalakomárt egy hosszú főút választja ketté. A falu négy kilométerre fekszik Zalakarostól, harminckettőre Keszthelytől. Egyik végében közsűrűs cigányok, a másikban beás cigányok élnek, akik nem nagyon állnak szóba egymással. A középpontot a Magyar Máltai Szeretetszolgálat egy régi parasztházból átalakított Jelenlét Pontja biztosítja. Érkezésünkkor már zakatol a ház melletti épület rongyvágo gépeinek hangja, a konyhában fő az ebéd, zajlik az élet. Bemutatkozunk egymásnak a ránk váró asszonyokkal, külön vonulunk a fényfűzérrel, mintás szőnyegekkel beterített pajtába, és tudom, hogy nem lesz könnyű a beszélgetés. Heni, Móni és Zsuzsa leülnek egymás mellé, egyikük sem több negyvennél, de ha összeszámoljuk, összesen nyolc gyereket szültek, egyikük kétszeres nagymama is. Érzem rajtuk a kedvességet, de az értetlenséget is, mit akarok ezzel a menstruációval? Erről nem szokás beszélni.

HAVI BAJOK

Menstruációs szegénységnek azt a jelenséget nevezzük, amikor a nőknek nem állnak rendelkezésükre azok a higiéniai feltételek, amelyek segítségével a megszokott módon és körülmények között tölthetik a havivérzés napjait. Míg sokak számára természetes, hogy havi rendszerességgel különböző típusú, kialakítású, méretű és márkájú betétet, tampont, intimhigiéniai termékeket vásárolnak, a magyar nők minimum tíz százalékának nem ez a valósága. Ha választani kell egy csomag betét vagy ebédnek való között, nem kérdés, hogy melyiket veszi meg az a nő, aki hó végére éppen kijön a pénzből.

Horváth Henrietta harmincéves, két lány édesanyja, a Jelenlét Pont szociális segítőtje. Ő az, aki mindenkit ismer a faluban, akinek mindenkire van egy kedves szava, jókedvű természete biztonságos burkot von a többi nő köré. „Tizenhat évesen szültem először, én annak idején még az idősebb

lányoktól kérdeztem meg mindent ezekről a dolgokról, a lányaim már szerencsére tőlem – meséli. – Az anyukám lánykorában minden hónapban kimaradt az iskolából pár napra, mert nem tudta neki a mama megoldani, hogy mindig legyen elég vatta.” Ez sok helyen még ma is aktuális probléma, ami a serdülő lányok esetén azt jelenti, hogy tanévenként akár ötven napot is hiányoznak az iskolából. Bár itt a helyi boltban még egész jó a választék, de az ötven kilométerrel odébb fekvő Oltárcon a legolcsóbb szalvéta csomagja is 980 forint, ráadásul ezekben a boltokban korlátozott a kínálat is, nincsenek a polcon az olcsóbb, saját márkás tisztasági betétek. Nem szólva az ország zsákfalvaiban cirkáló, furgonokból árusító „mozgó boltok” áraitól, amelyek háromszoros szorzóval dolgoznak, és nem ritka, hogy autó vagy gyér buszjárat híján csupán ez a lehetőség marad a lakosoknak. „Csak a tisztasági dolgokra elmegy harmincezer forint havonta!

Mi négy-öt csomaggal kell hogy vegyünk betétet, és a tizenhat darabos legolcsóbb is 1200 forint! – mondja a harmincöt éves **Bogdán Mónika**, aki három lányt nevel. – Tizenhárom éves voltam, és pont egy iskolai napon betegedtem meg. Elkezdtem sírni, mert nem tudtam róla sok mindent. Egy osztálytársam nyugtatott, hogy ne féljek, mert nagylány lettem, ez természetes dolog. Hazamentem, elmondtam anyukámnak, elment a boltba betétért, megtanította, hogy mostantól minden hónapban ez lesz. A nagymamámék még ennyit sem meséltek erről, akkoriban vattát, rongyokat tettek oda. Ezeket a napokat mindenki magában tudta, ilyen nem lehet reklámozni.” Arról érdeklődöm, hogy a napszámos munkák során hogyan lehet kivitelezni egy betétcserét a földeken. „Eprezés vagy palántázás idején elmegyünk egy jó darabig, aztán megoldjuk egy bokorban, ha nem akarjuk, hogy átázzunk – érkezik a válasz. – Gondolj bele, férfiakkal dolgozunk!” „Volt, hogy beszéltek?” – kérdezem. „Azt merjék!” – kiáltják egyszerre. Móni felnevet: „A férjem úgy mondja, a nők

ilyenkor a legundorítóbbak.” **Bogdáné Bogdán Zsuzsa** rákontráz, az ő férje utálatosnak nevezi ezeken a napokon. „Nem beszélünk a megbetegedésről” – folytatja erős, de félénk hangján, és megtudom, a cigányasszonyok hagyományosan így hívják ezeket a napokat, és abban egyetértünk, hogy erről a biológiai folyamatról nem mi, nők tehetünk. Zsuzsa tízévesen menstruált először, és náluk nincs a házban vécé, fürdőhelyiség, ezt láthatóan szégyelli is a negyvenéves, háromszoros édesanya, kétszeres nagymama. Tisztálkodáshoz rendszeresen vizet melegít a sparheltten, azt egy lavórba átönti, és afölött mosdik a meleg szobában. „Ezek a napokon még jobban figyelek, hogy többször is mosakodjak. Volt nekünk egy nagy kádunk is a szobában, abba öntöttük a forró vizet. De hát mit csináljunk? Régen jóformán senkinek nem volt fürdőszobája, aztán mégis tisztálkodtak. A mamám, amikor megbetegedett, rongyokat használt, széttépték a pamutos huzatokat, aztán használat után kidobták. Hallottunk olyanról, aki újságpapírt, papír zsebkendőt használ, mert nincs pénze másra” – részletezi

Zsuzsa, és nyilvánvaló, hogy az ilyen esetekben fennáll az egészségügyi kockázat is.

JELENLÉTTEL SEGÍTENI

Ahogy a neve is fémjelzi, a Jelenlét Pont (*a Jelenlét program keretén belül az ország háromszáz legszegényebb településén létesülnek segítő központok – a szerk.*) több fronton is jelen van a zalakomáriak életében. Munkahelyet biztosítanak, közösséget építenek, családi programokat szerveznek, kerteket, földet művelnek együtt. Az idős egyedülállókat vagy rászoruló családokat egy-egy adag főtt étellel segítik, de sokan ide hozzák a ruhákat mosni, vagy csak beülnek egy kávéra elmesélni a nehézségeiket. „Olyan esetben, ha a babának pelenka kellene, könnyebben kérnek a nők, mint amikor betétre van szükségük – mondja **Stankovics Erika**, a zalai települések Jelenlét Pontjainak koordinátora, szociális munkás, szociálpolitikus. – A cigány nőknél például hagyományosan tabutéma a menstruáció, főleg ha egy férfi jelen van. Tisztasági betétet kérni bizalmas dolog. Mi kifejezetten figye-

„Eprezés vagy palántázás idején elmegyünk egy jó darabig, aztán megoldjuk egy bokorban, ha nem akarjuk, hogy átázzunk”

Bogdán Mónika



Zsuzsa az anyósával a házuk előtt



„Ha nem jövünk ki, akkor kérünk a szomszédoktól”

Gyöngyi

lünk a kulturális különbségekre is, ezért a közösségi fürdőszobákba mindig teszünk ki betéteket, nem kell kérniük. Fontosnak tartjuk viszont, hogy bárki bármilyen problémával nyíltan fordulhasson hozzánk.” Ahogy a világ összes pontján, úgy itthon sem etnikum, hanem szociális helyzet kérdése a menstruációs szegénység. A hajléktalanszállón, ahol Erika húsz évet dolgozott, rengeteg szerencsétlen sorsú nővel találkozott. „Ezek a szállókon sokszor nyolc-tíz nő lakik egy szobában, és csak egy fürdő van... Előfordul, hogy csak egy szép ruhájuk van, és ha összevérzik, nem tudnak másikat felvenni a munkahelyükre, vagy nem ülnek tömegközlekedésre ezeken a napokon, mert nincs betétjük. A közterületeken korlátozott számban vannak nyilvános vécék, azokat is pénzért lehet használni, így egy fapadon alvó nőnek éjjel továbbra is elérhetetlen lehetőség a higiénia.

Heni múltkor egy óvszerautomatát látott egy kaposvári plázában, és úgy gondolja, hogy tampon- vagy betétautomatára is szükség lenne. Mesél a magas árakról és arról, hogy az em-

ber úgy érzi, ha nincs pénze, nem ér semmit ezen a világon. Ha valakinek egészségügyi panasa van, a településen nemrég létrehozott Máltai Egészség Pont (MEP) helyi koordinátora, Gyergyai Kati segít lerövidíteni a szakellátásig az utat. Sajnos jellemző, hogy a nők az utolsó pillanatig viselik a fájdalmakat, mert többen kerültek már méltatlan helyzetekbe az orvosi rendelőkhöz. Mivel a vizsgálatra egy egész nap is rámege utazással együtt, és a többségnek nincs autója, a Jelenlét Pont munkatársai viszik őket az ügyeletre vagy időpontra, van, hogy addig vigyáznak a gyerekeikre is.

AZ ÉLET MEG MINDEN

„Milyen az élet ennyi lánnal?” – szegzem a kérdést **Gyöngyinek**, aki két kezét összekulcsolva ül mellettem. „Nem egyszerű, mindegyik különböző jellemű. Egy biztos, megértés nincs köztük soha! – nevet fel az elsöre szigorú megjelenésű nő, aki négy lányt és egy fiút nevel férjével. – A két kisebb lány még nem menstruál, a tizenhét éves lányom meg már nem lakik itthon. Nagy fejtörést okoz nekünk.” Az

ezt követő hosszú csendet kénytelen vagyok megtörni. „Elköltöztött?” – kérdelem. „Az nem egészen így volt. Iskolába indult, de nem ért oda, később tudtuk meg, hogy egy fiúhoz szökött egy másik faluba. Autónk nincs, nem tudtunk elmenni érte, másfél hetet vártam, addig nem értem el telefonon, nem tudtunk beszélni vele, hogy hazajöjjen. Aztán felhívtam a rendőrséget, kimentek érte. Kötöttünk egy egyezséget, hogy úgy maradhat ott, ha tartjuk a telefonos kapcsolatot. Azóta csak akkor hív, ha segítség kell. Akinek nincs gyereke, nem tudja beleérezni ebbe magát, nincs olyan nap, hogy ne gondolkodnék azon, jól van-e, vagy mit csinál. A gyerekek minden egyes nap várták, hogy jöjjön. Ha egy fél évet még itthon maradt volna, akkor legalább a nyolc osztályt elvégezné. Mindent lerombolt, amit felépítettünk neki” – zárja le a harmincnégy éves Gyöngyi a történetet, amelyben az utolsó mondatba gyűlik a legtöbb keserűség és szomorúság. Mesél még a többi gyerekéről és férjéről, Zsoltiról, aki szintén itt dolgozik a Jelenlét Ponton, faragó dekoratőr. A férfinak



az utóbbi időben három stroke-ja is volt, a gyógyszerek sem olcsók. Ilyen és hasonló terhek mellett nagy kiadást jelentenek havonta ennyi lányra az intimhigiénias és egyéb termékek. „Általában hó elején szerezzük be, de ezt kiszámolni nem lehet – magyarázza Gyöngyi. – Ha nem jövünk ki, akkor kérünk a szomszédoktól. Ha még nagyobb a szükség, akkor szólunk a Jelenlét Ponton dolgozóknak, és kisegítenek minket.”

Bár a menstruációs szegénységi statisztikákra még mindig nincsenek pontos adataink, abban biztosak lehetünk, hogy az elmúlt évek válságai megnehezítették az érintettek életét. **mc**

**„Hallottunk
olyanról, aki
újságpapírt,
papír
zsebkendőt
használ, mert
nincs pénze
másra”**

Bogdánné Bogdán Zsuzsa

TÉNYEK A MENSTRUÁCIÓS SZEGÉNYSEGÉRŐL

- Világszerte számos országban eltörölték vagy csökkentették már a tamponok és a betétek áfáját Németországtól Ausztráliáig, Indiától Kenyáig. Skóciában és Bécsben pedig ingyenessé is váltak a menstruációs termékek.
- Az Európai Unió Nőjogi és Esélyegyenlőségi Bizottság előtt is bemutatott, „tamponadókról” szóló, 2022-es kutatás szerint a menstruációs higiéniai termékekre vonatkozó terhek mértékében Magyarország az elsők között áll.
- A Magyar Vöröskereszt 2018-ban indította el a #lányból nővé programját, amelynek keretében minden évben

ötszáz iskolába juttatnak el tisztasági betéteket.

- 2025-ben is meghirdeték a #nemluxustaska kampányt, amely során női táskákba rendezett, alapvető higiénias termékeket gyűjtöttek. A szétosztásban a Magyar Máltai Szeretetszolgálat segít, az elmúlt hat évben ötvenötezer csomagot adományoztak országszerte.
- A becslések szerint itthon tízből legalább egy lányt érint a menzesz miatti iskolai hiányzás, és minden ötödiket a menstruációs szegénység.
- Ha egy nő negyven évig menstruál, akkor ebből a negyven évből minimum öt hónapig tulajdonképpen csak azért dolgozik, hogy megvásárolja az intimhigiénias termékeket.

A Magyar Máltai Szeretetszolgálat 2025 májusában egy friss projektbe kezdett Szentpéterúron. Workshopokra jelentkezhetnek tízennégy hátrányos helyzetű település lakosai, akiket egy újbudai varrócsapat tanít meg újrahasznosított, mosható betéteket varrni. A kezdeményezés a Felzárkózó települések program keretében zajlik, és hosszú távra terveznek.