

## FRIMENS: WENIGER IST MEHR

Kürzlich zog Nadine Meyer in die Region Langnau und wurde so auf den Frischpunkt und das Frischpunkt-Blatt aufmerksam. Ihre Begeisterung für das Blatt und unser Geschäft hat sie in einem herzlichen Mail mit uns geteilt und sich so auch gleich bei uns vorgestellt. Jetzt ist sie begeisterte Frischpunkt-Kundin und regelmässig in unserer Filiale in Langnau anzutreffen. Nadine begleitet Frauen auf ihren Weg in die eigene Kraft und engagiert sich für verschiedene Projekte. In diesem Text stellt sie dir frimens vor:

Hast du Freude an schönen Stoffen?

Liebst du die Natürlichkeit?

Macht es für dich Sinn, Geld und Abfall zu sparen?

Bist du gerne frei und unabhängig?

Ist für dich weniger oft mehr?



Ich möchte mich und frimens gerne vorstellen. Seit vielen Jahren benutze ich während meiner Menstruation Biostoffbinden. Sie sind bis heute meine treue Begleiterinnen. Als die Herstellungsfirma die Produktion einstellte, entstand bei mir die Idee, mir Binden von einer lieben Bekannten nähen zu lassen. Ruth ist Textildesignerin und wir konnten zusammen die für mich passende Kreation erarbeiten. Weil mir dieses Erschaffen grosse Freude bereitet, wollte ich es mit allen Frauen teilen. Und so gibt es frimens in unserem Onlineshop seit Frühjahr 2019 in verschiedenen Grössen, Modellen und Stoffmustern zu kaufen.

«IN ERSTER LINIE GEHT ES MIR MIT FRIMENS DARUM, MENSTRUIERENDE FRAUEN UND MÄDCHEN DAZU EINZULADEN, THEMEN WIE NATÜRLICHKEIT, BLUT, ZYKLUS UND DAS KÖRPERBEWUSSTSEIN WIEDER IN IHREN ALLTAG EINZULADEN.»



Das Wort frimens ist eine Ableitung der Wörter «free» und «Mens» und bedeutet in etwa freies Menstruieren.

### Ressourcen sinnvoll nutzen – weniger ist mehr

Die Binden stellen wir aus biologischen GOTS zertifizierten Stoffen her. Die Biostoffbinden sind dadurch sehr angenehm zu tragen und die verschiedenen Stoffmuster bereiten Freude. Je nach Gebrauch können die Binden über viele Jahre immer wieder gewaschen und erneut eingesetzt werden. Es entsteht somit nur wenig Abfall und die Benutzerin

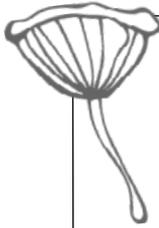
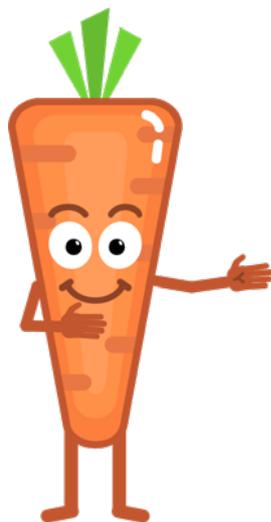




muss nicht jeden Monat neue Einwegprodukte kaufen, was natürlich zusätzlich auch noch Geld spart. Automatisch ändert sich das Konsumverhalten und ein neues Bewusstsein für Nachhaltigkeit entsteht. Ein weiterer Vorteil: Mit dem Biostoff reguliert sich meist der Blutverlust der Frau, er wird geringer. Somit kann auch der Körper seine Eisenressourcen besser nutzen.

Kleine Veränderungen können bei uns selbst und weltweit viel bewirken. Ich freue mich über jede Frau, welche sich darüber Gedanken macht und vielleicht die eine oder andere Binde ausprobieren möchte.

Onlineshop auf [www.frimens.ch](http://www.frimens.ch)



«ICH BIN KUNDIN BEIM FRISCHPUNKT, WEIL ICH SEHR GERNE BIOLOGISCHE UND NATURNAHE NAHRUNG OFFEN KAUFEN. ICH LIEBE DIE ERDIGEN UND FRISCHEN DÜFTE DER FEINEN PRODUKTE. ICH FREUE MICH JEDES MAL AUFS NEUE, MEINE PERSÖNLICHEN GLASGEFÄSSE SO FÜLLEN ZU KÖNNEN, WIE ICH ES WÜNSCHE. DIES ERMÖGLICHT MIR AUCH EINEN BEWUSSTEN UMGANG MIT MEINER NAHRUNG UND DEREN ZUBEREITUNG. IM FRISCHPUNKT SCHÄTZE ICH AUSSERDEM DIE FREUNDLICHE BETRIEBUNG, DIE GROSSE AUSWAHL UND DIE LOCKERE ATMOSPHÄRE.»