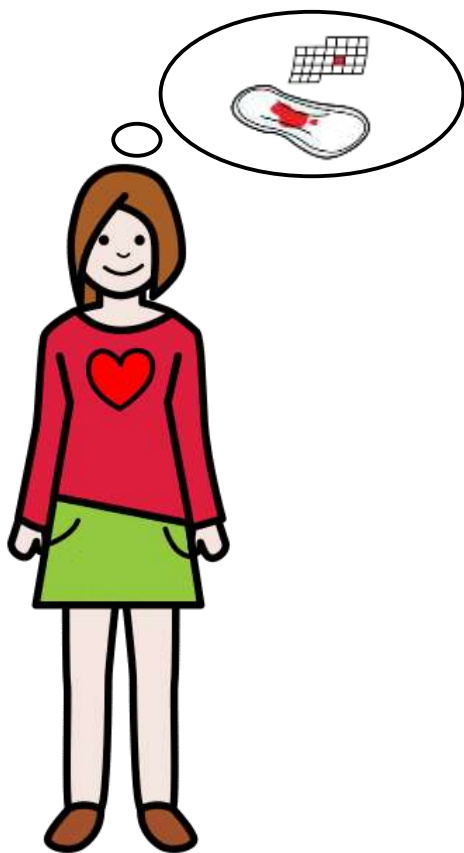


TINC LA MENSTRUACIÓ

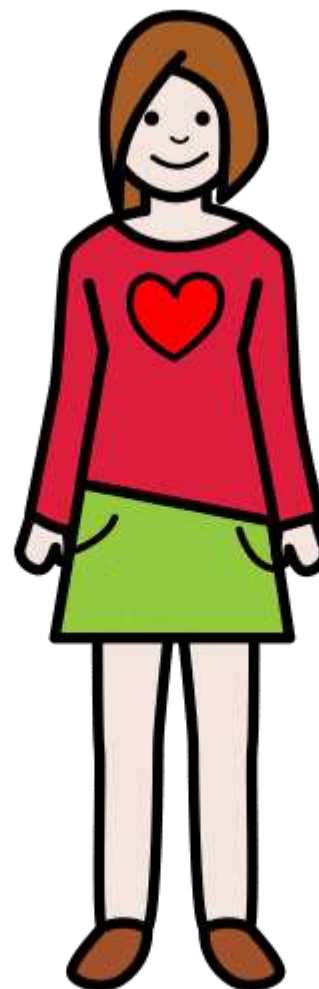


Traducció: Sergi Cantisano

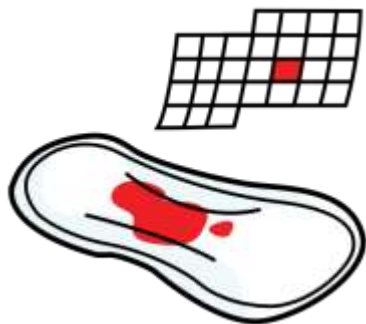
Autora: Fabiani Eggers
MATERIAIS ADAPTADOS FABI



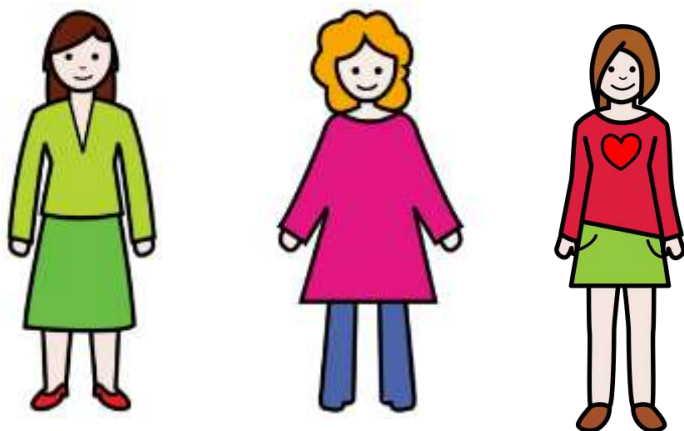
Sóc una noia.



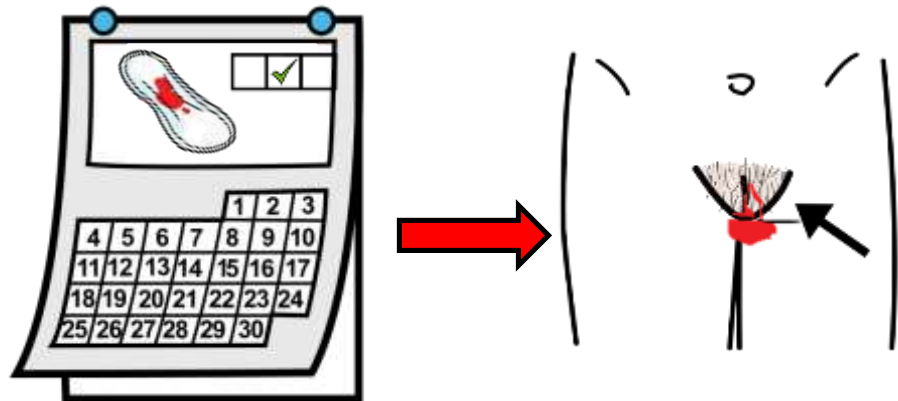
Com ja no sóc una nena petita,
tindrè la menstruació.



Normalment les noies tenen la
menstruació.



Un cop al mes, sortirà sang de la
meva vagina.



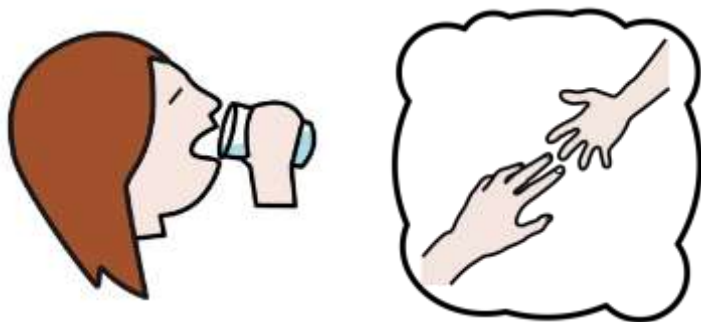
Això em pasa perquè sóc dona.



Em pot fer mal la pantxa, els pits
i/o el cap.



Si no em trobo bé, puc demanar ajuda a
un adult.

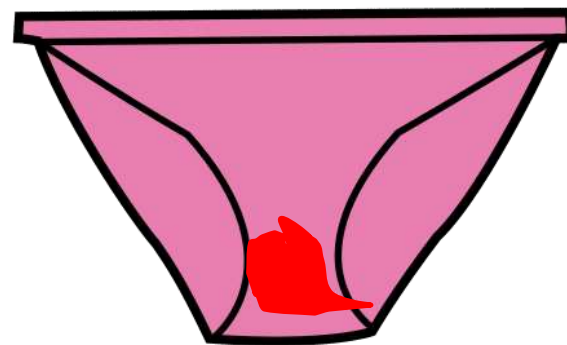


La meva mendumació durarà entre 3 i 7
dies.

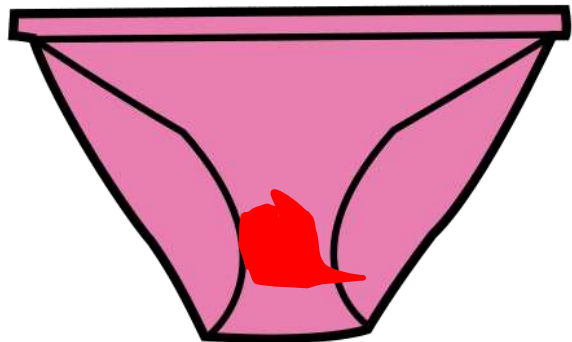
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| L | M | X | J | V | S | D |
|---|---|---|---|---|---|---|

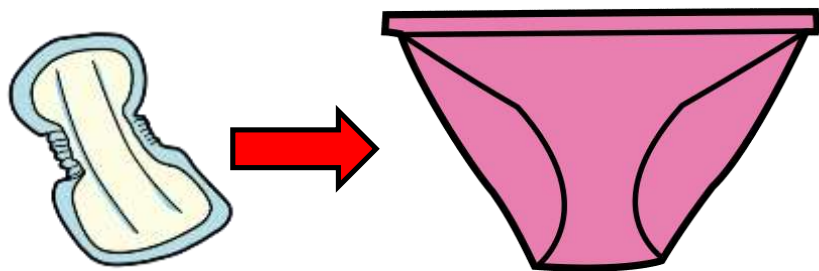
Si hi ha sang a les meves calces, és
que tinc la menstruació.



Per a no embrutar les meves calces,



Haig de posar una compresa



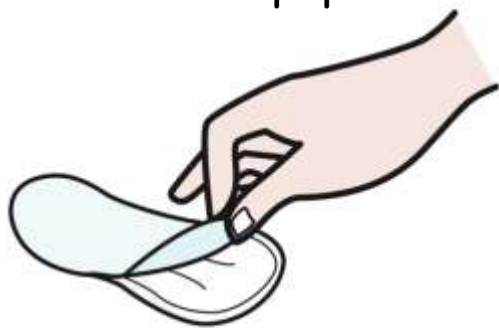
Fer servir compresa és fàcil i està bé.



Primer obrim el paquet.



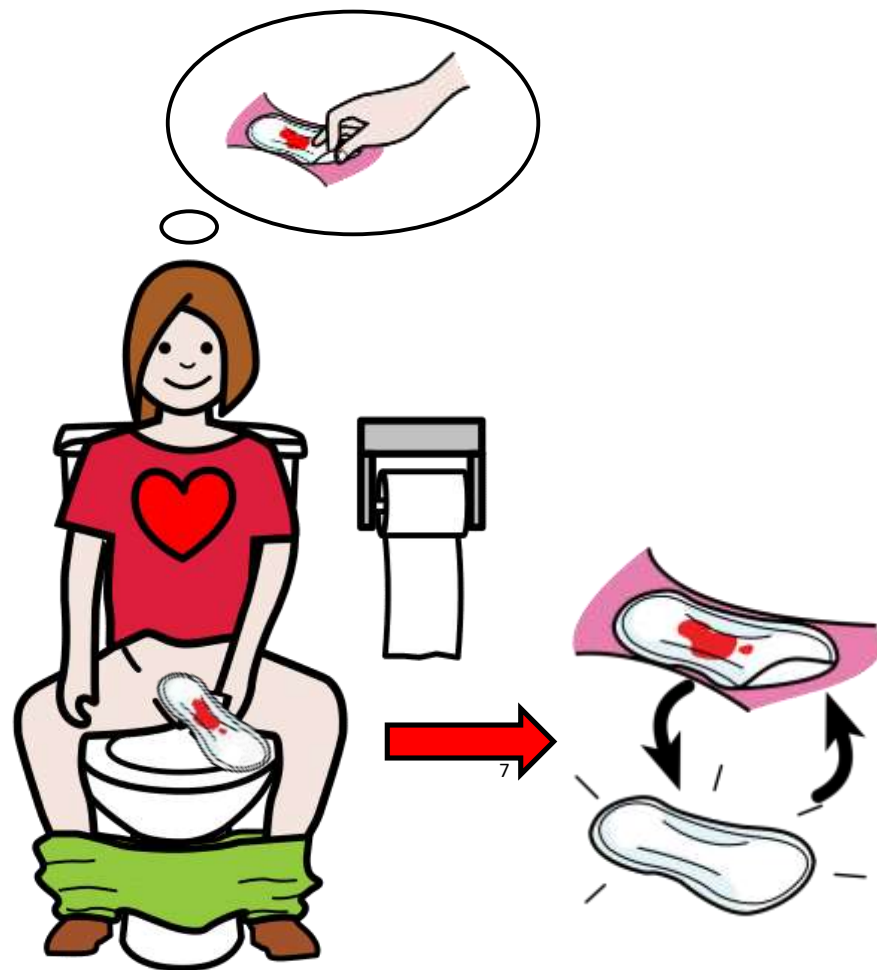
Treiem el paper



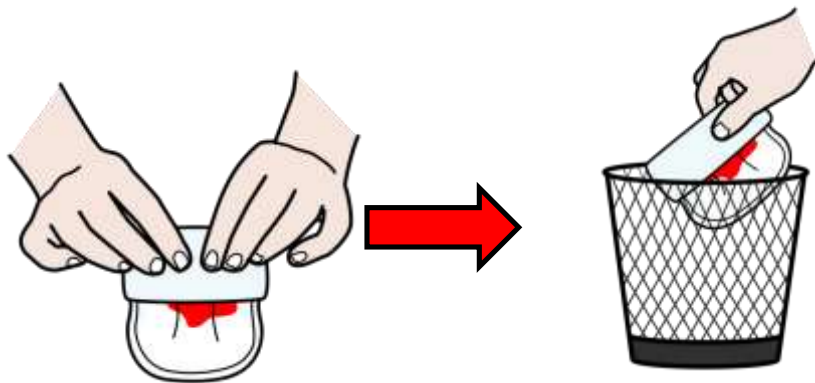
I posem la compresa a les calces.



Hem de canviar la compresa durant el dia si s'embruta. És possible que ho haguem de fer més d'un cop.



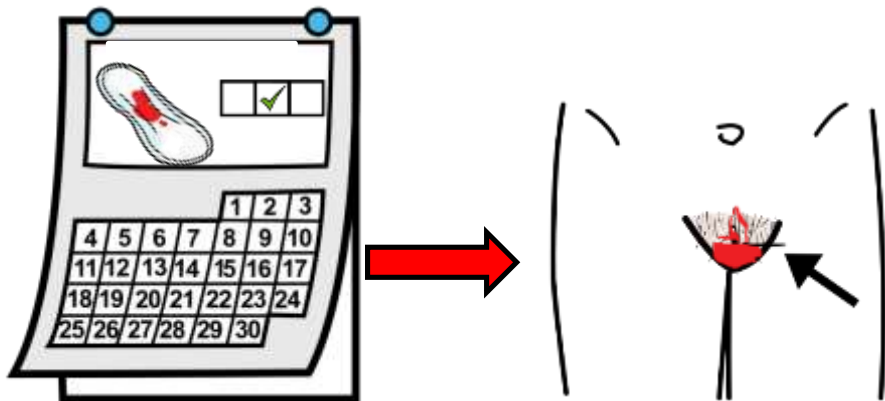
Quan hagi de canviar la compresa,
haig d'enrotllar-la, i llençar-la a les
escombraries.



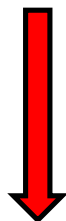
Després de posar-me una compresa
nova, em rento les mans.



Normalment la menstruació és un
cop al mes.



Sempre porto una compresa a la motxilla.



Si tinc dubtes puc preguntar als adults.



Els adults em poden ajudar per saber el dia que baixa la menstruació.

