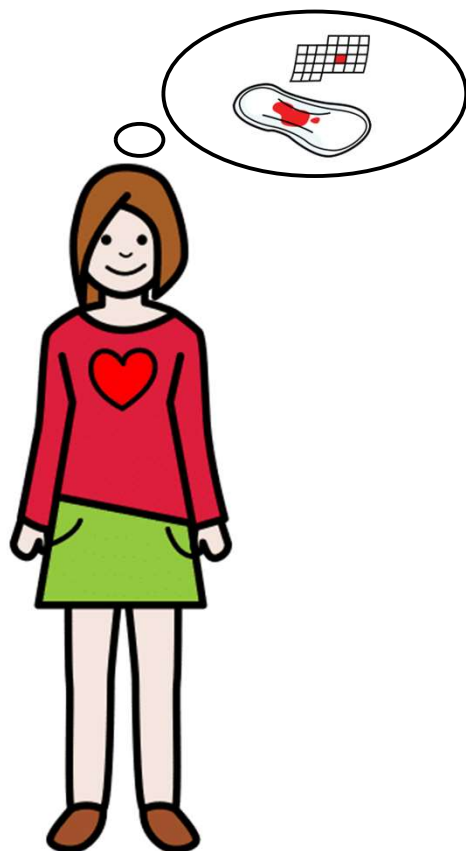


HO IL CICLO

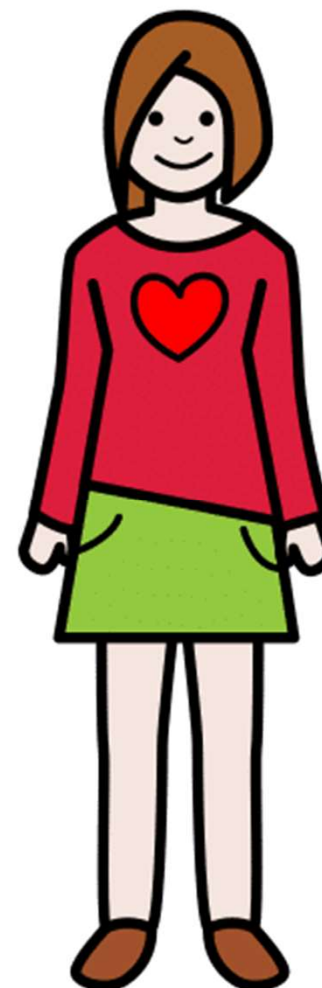


Fabiani Eggers

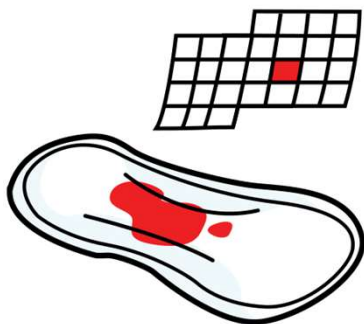
MATERIAIS ADAPTADOS FABI
Traduzione: Ostorero Nicole



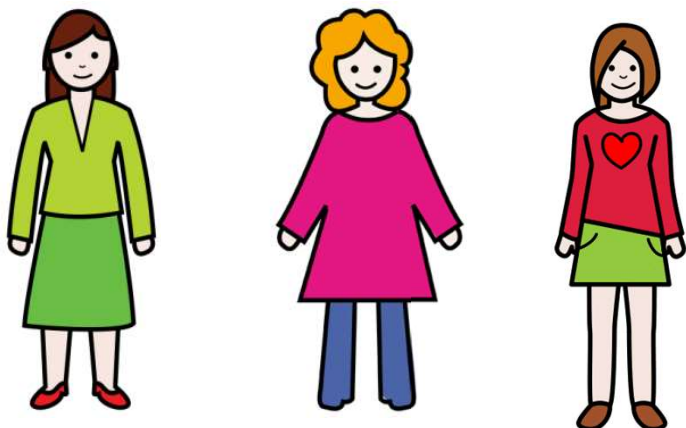
Sono una ragazza.



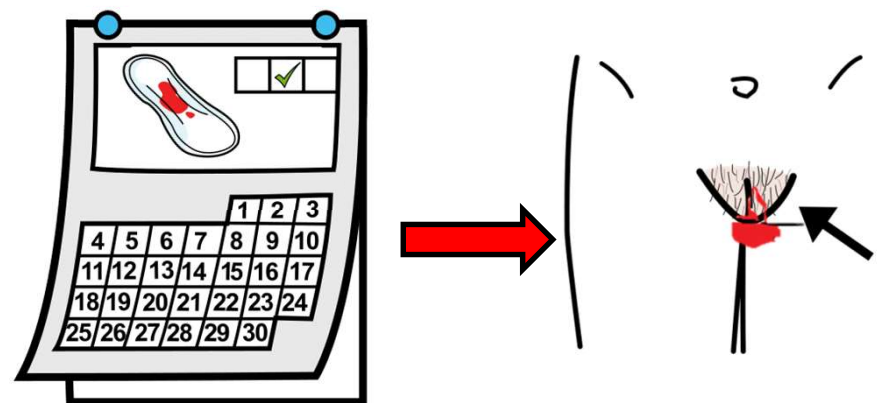
E sono diventato signorina.
Significa che ho il ciclo.



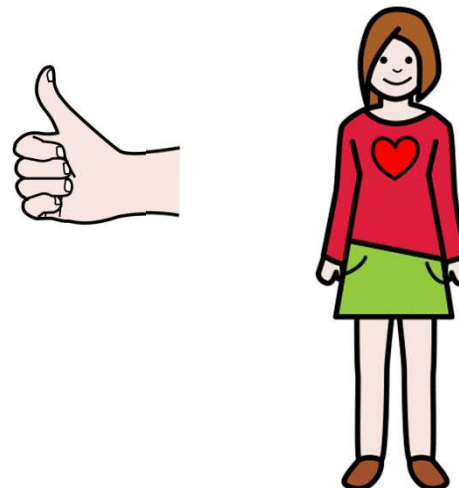
Tutte le donne hanno il ciclo.
E proprio così.



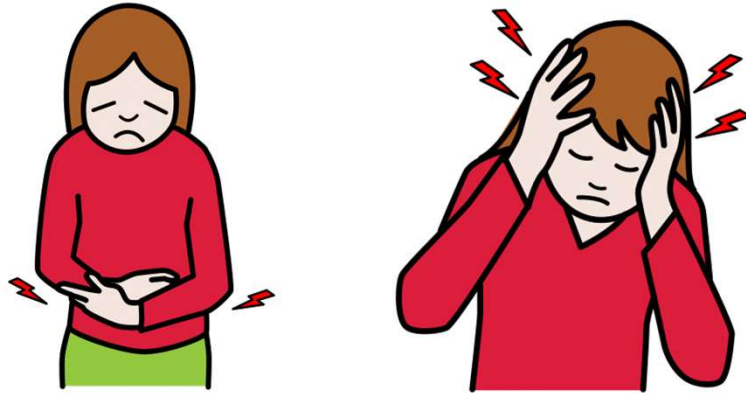
Una volta al mese il sangue verrà
fuori dalla mia vagina.



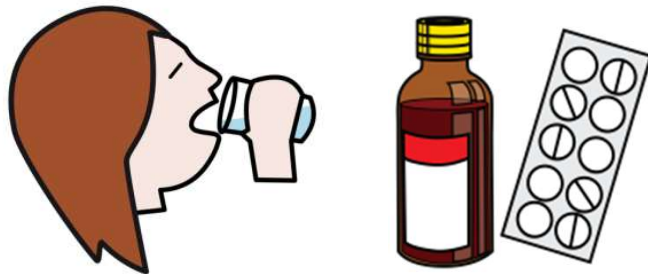
Questo è giusto perché io
sono una donna.



La mia pancia potrebbe iniziare a farmi male. Questo si chiama crampo. Potrei anche avere mal di testa.



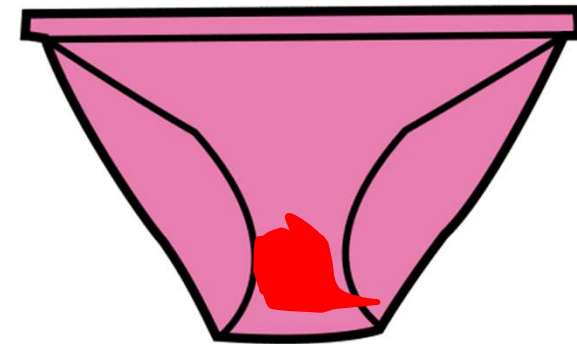
Se non mi sento bene, posso parlare con mia madre e lei mi darà una medicina.



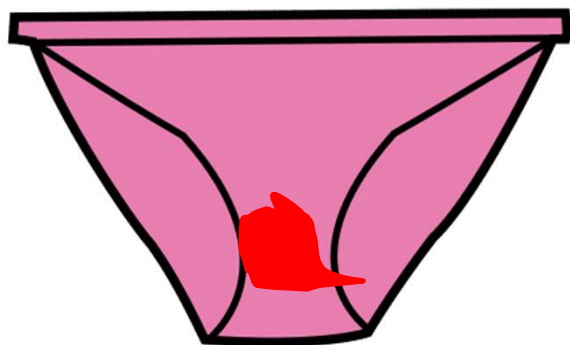
Il ciclo durerà da 3 a 7 giorni.

1.....	2.....	3.....	4.....	5.....	6.....	7
S	T	Q	Q	S	S	D

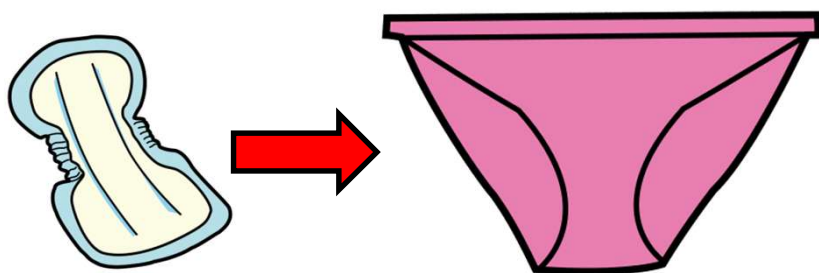
Il sangue nelle mutandine significa che ho le mestruazioni.



Per non sporcarmi i vestiti con il
sangue,



devo mettere un assorbente nelle
mie mutandine,



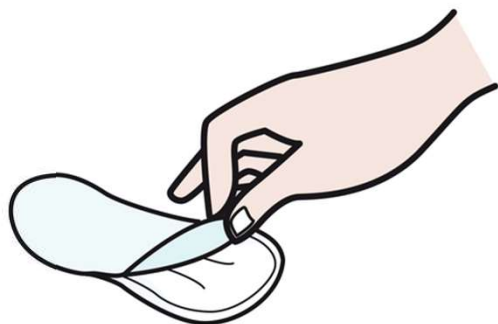
L'uso dell'assorbente è molto
facile e corretto.



Per prima cosa apriamo l'involucro
che protegge l'assorbente,



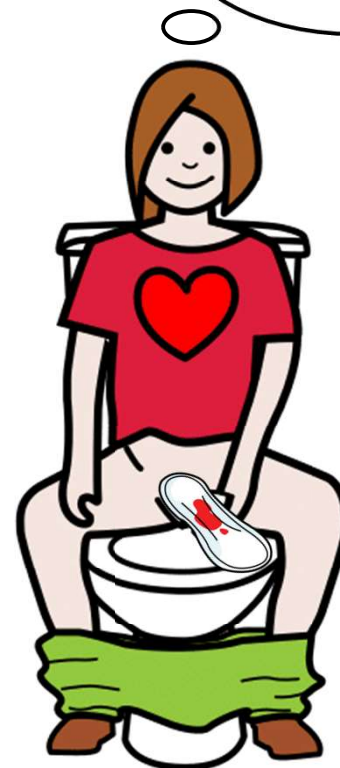
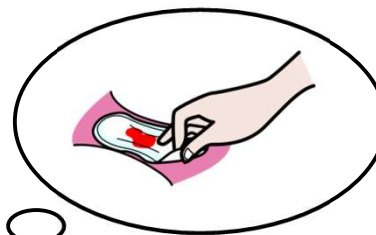
rimuovi il nastro



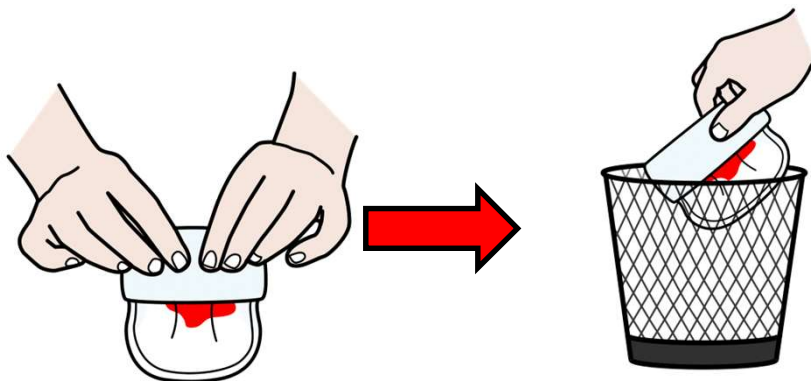
e mettere l'assorbente nelle
mutandine.



Devo cambiare l'assorbente
durante il giorno con un altro
pulito. Forse ho bisogno di
cambiarlo più volte.



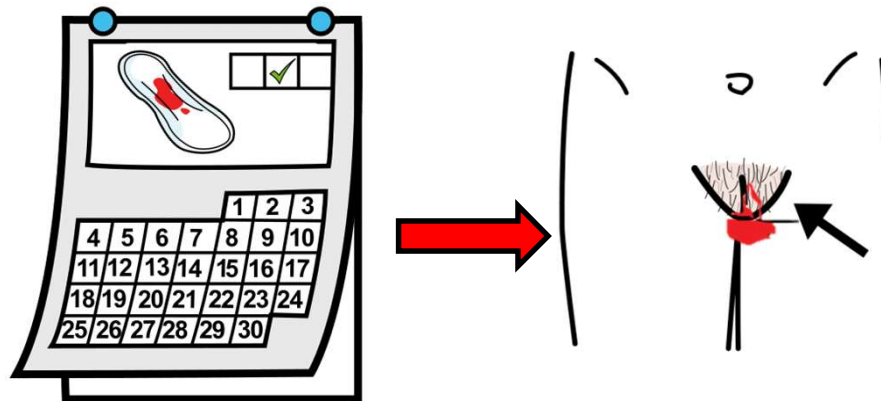
Ogni volta che lo cambio, devo arrotolarlo della carta igienica e gettarla nella spazzatura.



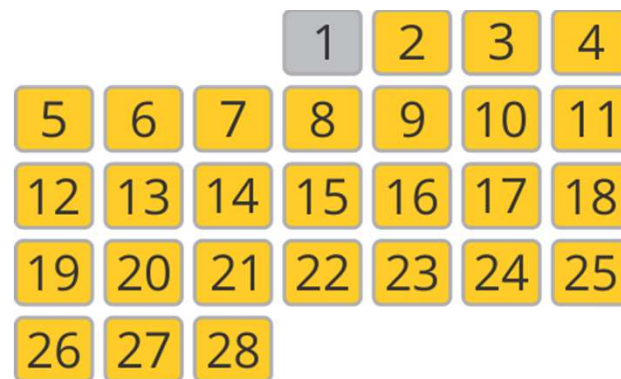
Dopo aver fatto cambio con uno nuovo, mi lavo le mani.



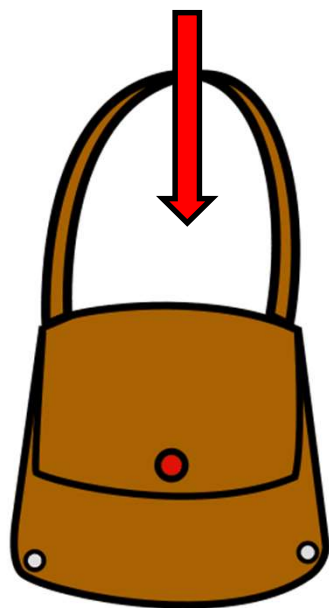
Ragazze e donne hanno il ciclo una volta al mese.



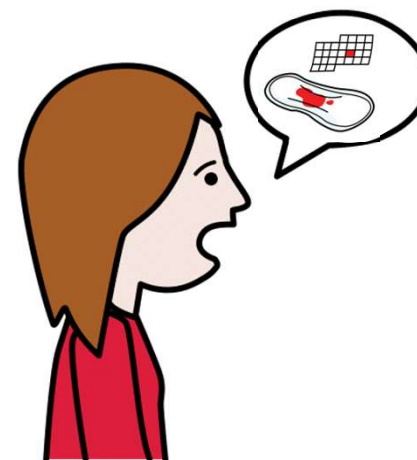
E questo di solito accade ogni 28 giorni.



Dal momento che non so di preciso
il giorno in cui mi verrà il ciclo,
posso portare un assorbente nella
mia borsa.



Se ho domande, posso farle a un
adulto.



L'adulto può anche aiutarmi a
calcolare quando mi verrà il ciclo.

