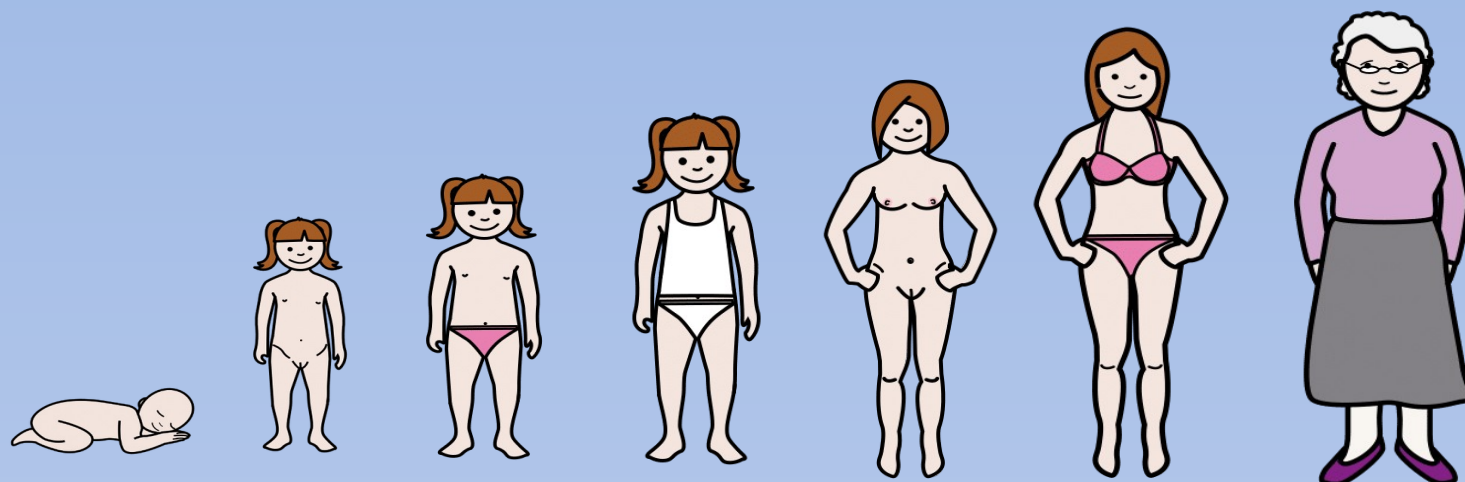


# LES CHANGEMENTS DE LA FEMME



**Quand l'adolescence et les  
règles arrivent**

Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASSAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo licencia de Creative Commons BY-NC-SA. Elaborado por Mónica Jiménez Rubio (PT) y Lola Zaragoza Andreo (AL)

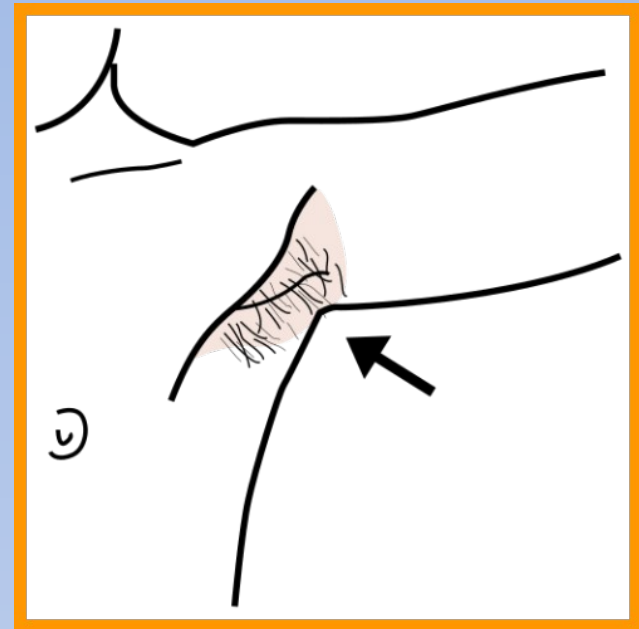
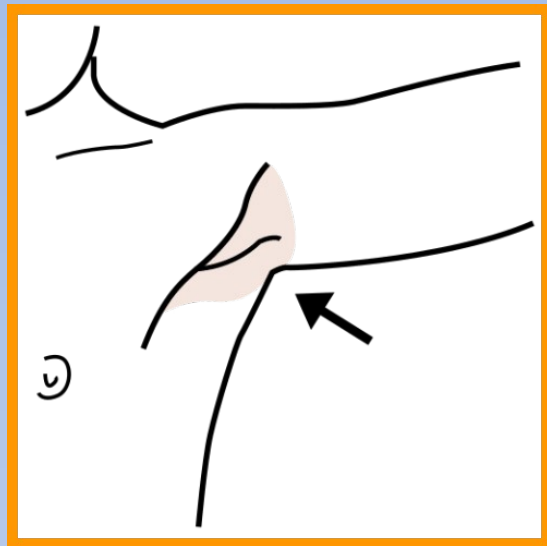
# QUAND ON DEVIENT ADOOLESCENTE

- Changements d'humeur
- Changements dans l'estime de soi
- Autocontrôle. Réactions intenses
- Besoin d'indépendance
- Changements physiques



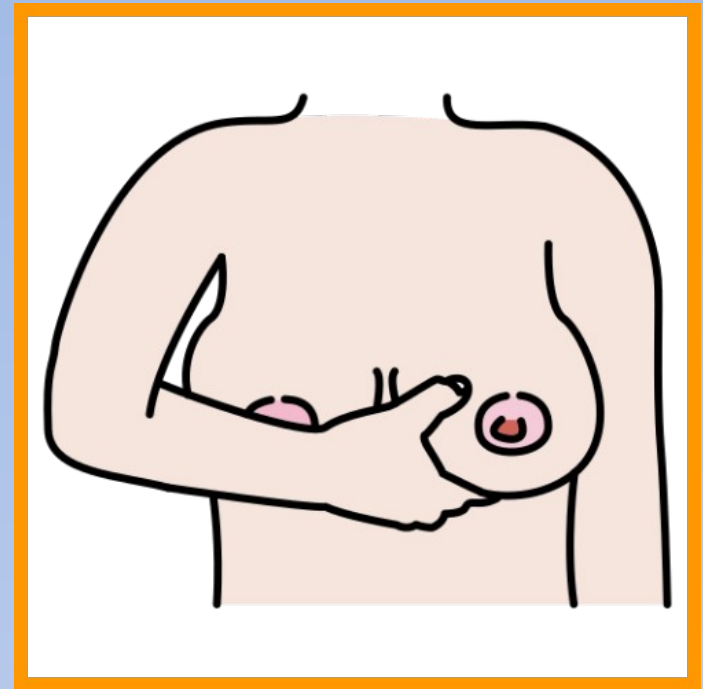
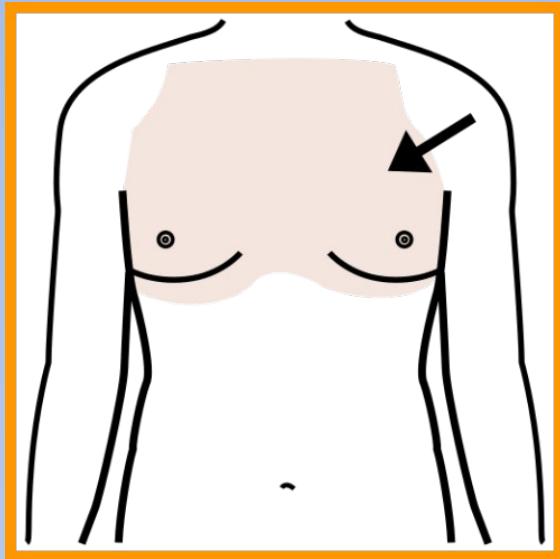
# CHANGEMENTS CORPORELS

- Des poils apparaissent sur les aisselles



# CHANGEMENTS CORPORELS

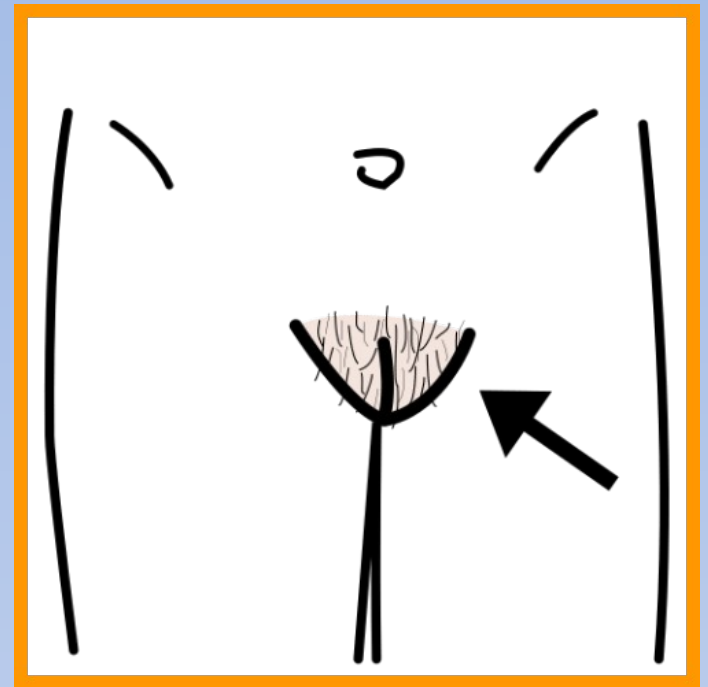
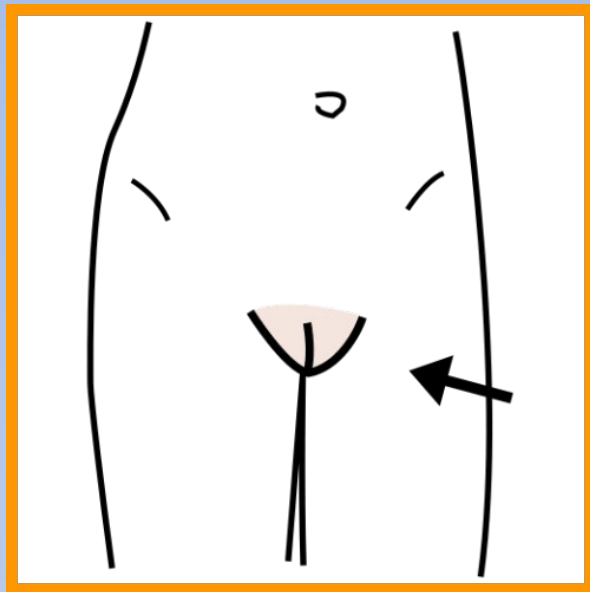
- Les seins poussent



Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASSAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo licencia de Creative Commons BY-NC-SA. Elaborado por Mónica Jiménez Rubio (PT) y Lola Zaragoza Andreu (AL)

# CHANGEMENTS CORPORELS

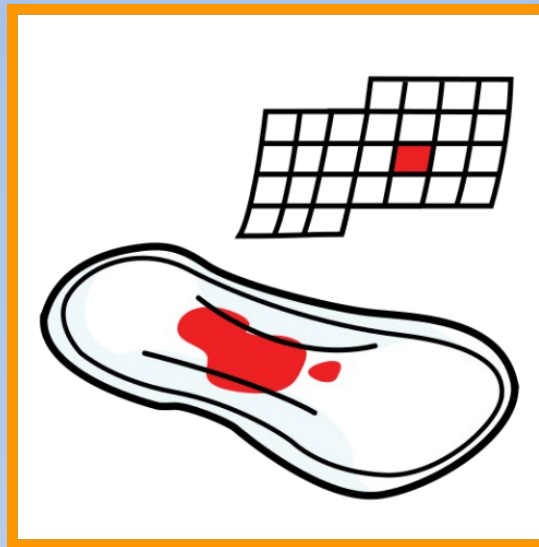
- Les poils pubiens apparaissent.



Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASSAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo licencia de Creative Commons BY-NC-SA. Elaborado por Mónica Jiménez Rubio (PT) y Lola Zaragoza Andreo (AL)

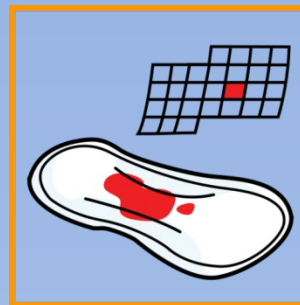
# CHANGEMENTS CORPORELS

- Les menstruations apparaissent = les règles
- Quand ? Entre l'âge de 10 et 16 ans.



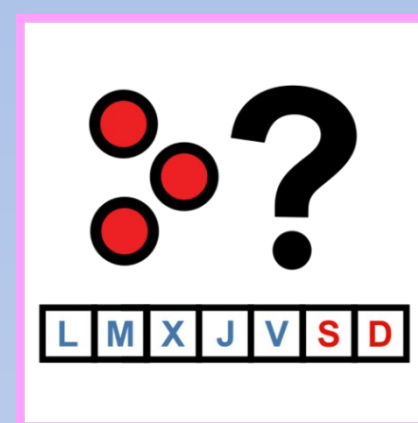
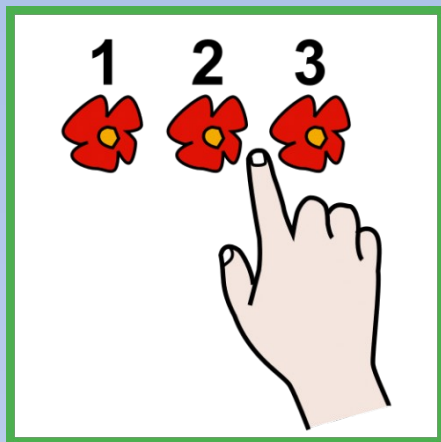
Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASSAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo licencia de Creative Commons BY-NC-SA. Elaborado por Mónica Jiménez Rubio (PT) y Lola Zaragoza Andreo (AL)

# LES REGLES



Combien de temps durent les règles ? Entre 3 et 6 jours.

Comment peut-on savoir qu'elles vont arriver ?

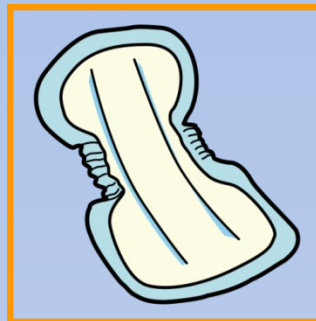
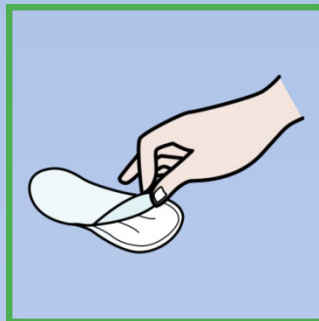




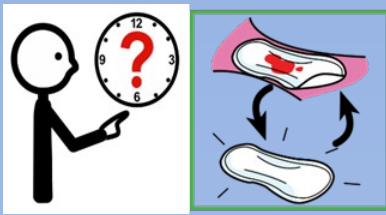
# METTRE ET CHANGER UNE SERVIETTE HYGIENIQUE

## ETAPES :

- 1º) SORTIR LA SERVIETTE DE LA POCHETTE
  - 2º) RETIRER L'AUTOCOLLANT
  - 3º) COLLER LA SERVIETTE SUR LA CULOTTE
- 



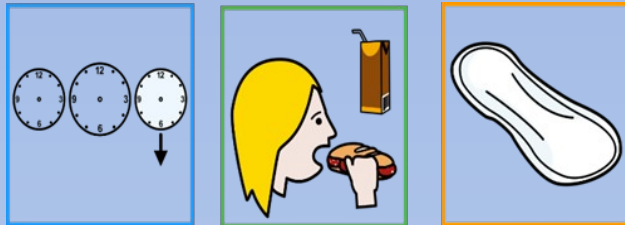




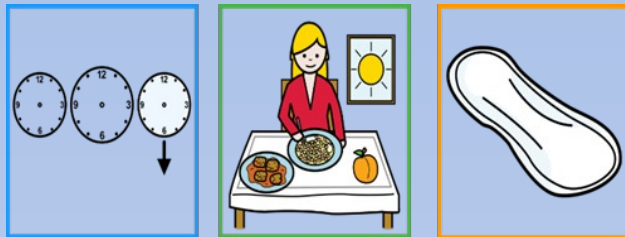
## *Quand changer de serviette hygiénique ?*



*Après m'être réveillée*



*Après le petit-déjeuner*



*Après le déjeuner*



*Après le dîner*



# CHANGER DE SERVIETTE HYGIENIQUE A L'ECOLE

