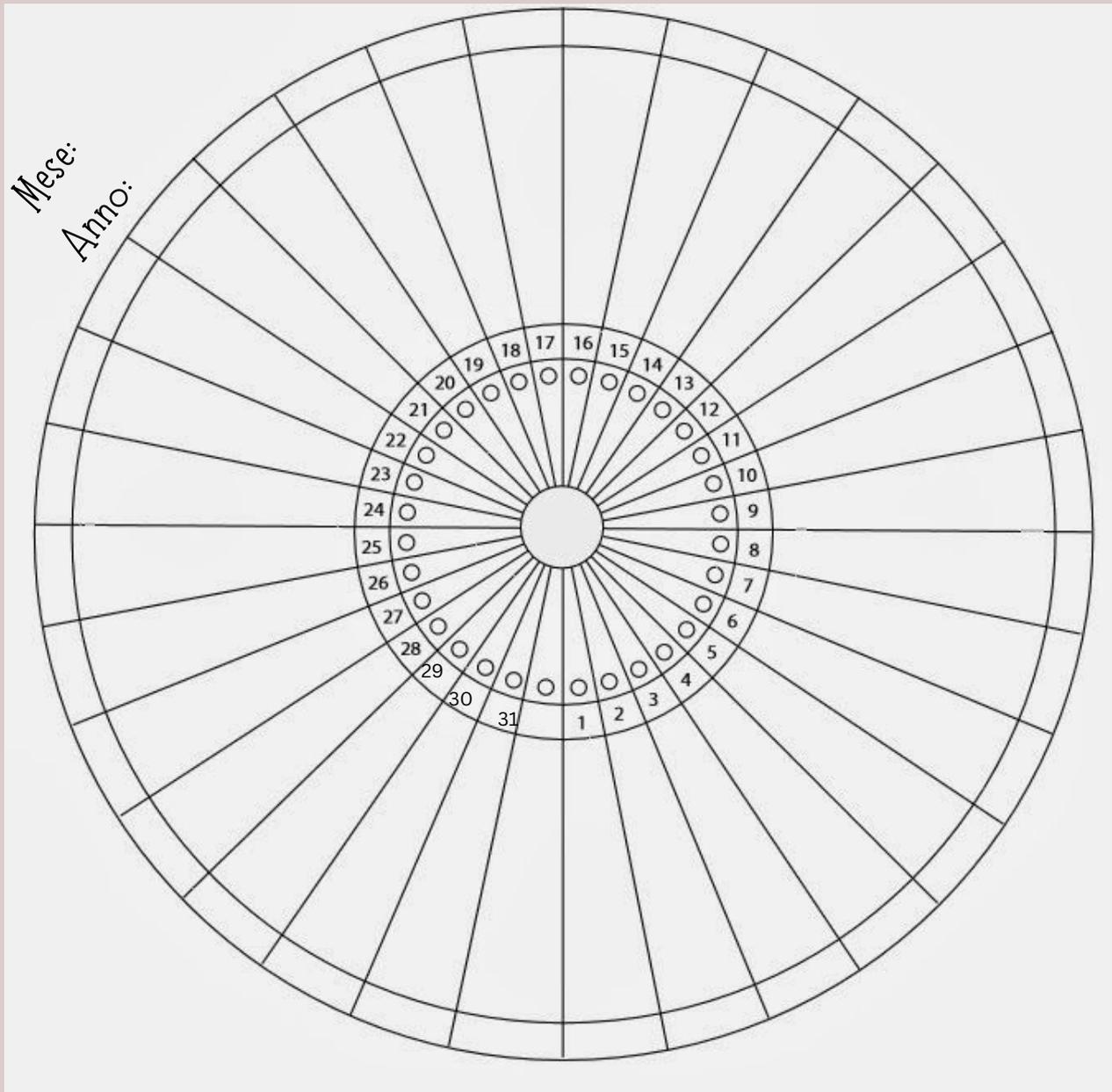


Il mio calendario mestruale



Colora i cerchi interni indicando le fasi lunari del mese in corso.
A fine mese colora gli spicchi con un pastello del colore della fase mestruale corrispondente.
Inserisci negli spicchi simboli e parole per descrivere sensazioni fisiche ed emozioni.

🔴 Sanguinamento

💖 Desiderio sessuale

☾ Luna crescente

☽ Luna piena

☾ Luna calante

● Luna nera

○ Fase preovulatoria

● Fase ovulatoria

● Fase premestruale

● Fase mestruale