

Les menstrues :

Un phénomène naturel dans la vie d'une femme

Qu'est-ce que c'est les menstrues ?

- Les menstrues sont le nom scientifique des règles
- Elles font partie du système de la reproduction de la femme
- Elles se définissent comme étant les pertes de sang que la fille ou la femme observe par les voies génitales
- Elles durent entre 3 et 7 jours chaque mois
- Elles commencent chez les filles entre 12 et 16 ans
- Parfois elles causent la fatigue ou des douleurs

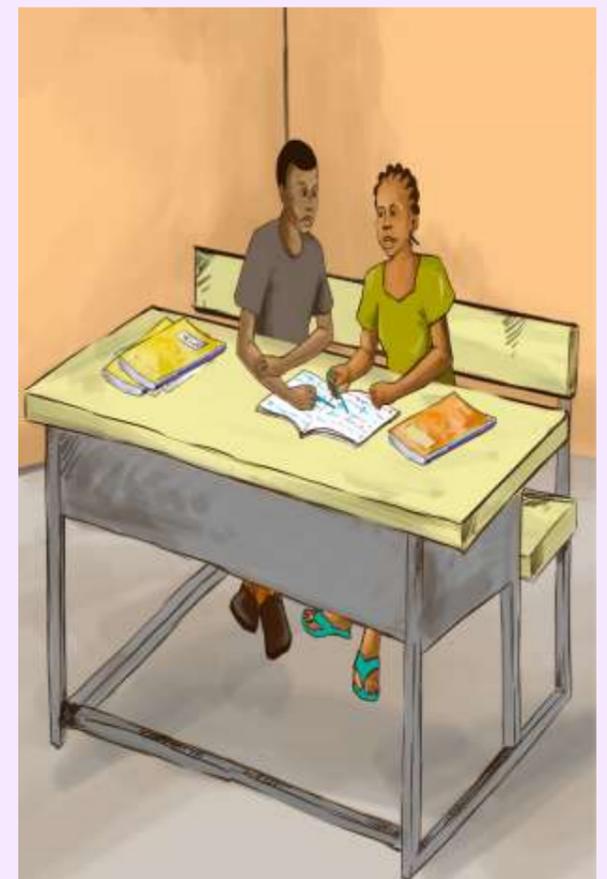
Que peux *tu* faire pour les filles ?



Les respecter
Ne pas se moquer d'elles, et les défendre en cas de moqueries



Sensibiliser les autres élèves
qui ne connaissent pas les menstrues



Leur donner un appui
Les aider à rattraper les cours manqués et aider vos sœurs à la maison

