1. A4 drucken

2. ausschneiden

3. 2x knicken

4. kleben

Menstruationskalender SUNFLOWER

trainyabrain

Blog über Natürliche Familienplanung

Der Menstruationskalender Sunflower enthält als zentrales Symbol die Sonnenblume (Sunflower). Die Sonnenblumen werden oft an herzliche Menschen vergeben. Schließlich steht die Sonnenblume in der Blumensprache für die Freundschaft. Aus diesem Grund eignet sich der Menstruationskalender Sunflower besonders gut als Geschenk für Freundinnen, Schwestern, Mütter oder Töchter.

Mehr Menstruationskalender auf:
www.trainyabrain-blog.com/2012/08/menstruationskalender-beauty/

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
J																															
F																															
M																															
A																															
M																															
J																															
J																															
A																															
S																															
O																															
N																															
D																															

Blutung

stark - normal - schwach - Schmierblutung

Kontrolliere die Zyklusdauer!

Zeitspanne vom 1. Tag der Blutung bis zum letzten Tag vor der nächsten Regelblutung (23-35 Tage sind normal).

Bsp.: Am 5. April beginnt eine Regelblutung und die folgende beginnt am 7. Mai. Demnach hätte dieser Zyklus 32 Tage.