



SANTÉ ET HYGIÈNE MENSTRUELLE – ATELIER
POUR LES JEUNES ADOLESCENTES
SITUATION 3

« Chaque fois que j'ai mes règles,
je vis un cauchemar. J'ai peur
d'être humiliée si quelqu'un
découvre que je saigne.

Je voudrais pouvoir vivre
normalement et ne plus avoir
peur de me tacher. Surtout, je
voudrais pouvoir aller à l'école
pendant mes règles... »

Que dois-je faire ?