

SANTÉ ET HYGIÈNE MENSTRUELLE – ATELIER POUR LES JEUNES\_ADOLESCENTES  
SITUATION 4

## **Décision possible 1**

Je choisis ma protection selon le contexte. Les serviettes hygiéniques jetables sont efficaces, mais elles coûtent cher. Alors je les utilise uniquement à l'école, les jours où je saigne beaucoup. À la maison, j'utilise des tissus car je peux les changer et les laver facilement.

## Conséquence possible 1

Cette stratégie me convient assez bien. Je n'ai pas peur de me tacher à l'école et j'ai davantage confiance en moi. Ce qui est compliqué, c'est de trouver un endroit adapté pour se changer et pour jeter les serviettes hygiéniques usagées.