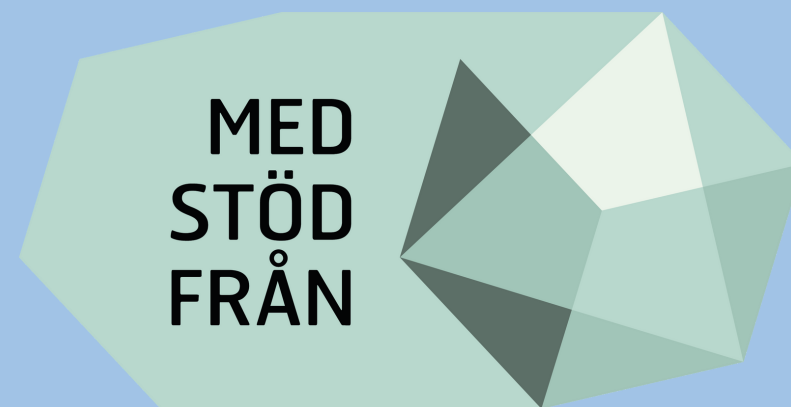


Sätt in en tampong

Detta bildspel är fritt att använda i undervisningssyfte.

Bilderna är tagna av Freja Blomstrand till projektet Universell menskompetens som drivs av MENSEN och är finansierat av Allmänna arvsfonden.

Mer material finns på www.menskompetens.se.



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**



Ta ut
tampongen
ur paketet.



Ta bort
plasten som
sitter runt
tampongen.



Dra ut
tampongens
snöre.



Sätt
tampongen
på finger-
spetsen och
ställ dig på
ett sätt som
gör det
enkelt att
komma åt
snippan.



Sära på
snipp-
läpparna
med ena
handen och
sätt in
tampongen
med den
andra.
Tryck in
den tills det
tar stopp.



Låt snöret
hänga ut.
När
tampongen
sitter rätt
känns det
inte alls.

Byt
tampongen
efter 4-6
timmar.

