



ДРЕВО ЗДОРОВЬЯ:
Семья и Школа

ТОЛЬКО ДЛЯ ДЕВЧОНОК

Особые темы, про которые редко говорят



ДРЕВО ЗДОРОВЬЯ
СЕМЬЯ И ШКОЛА

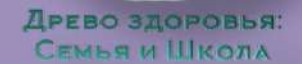


ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

Женский календарь

**Расчёт
менструального
цикла
Особенности
и гигиена
процесса**

©АНО СПЦ «ФОКУС»



Месячные - норма

[illegible]

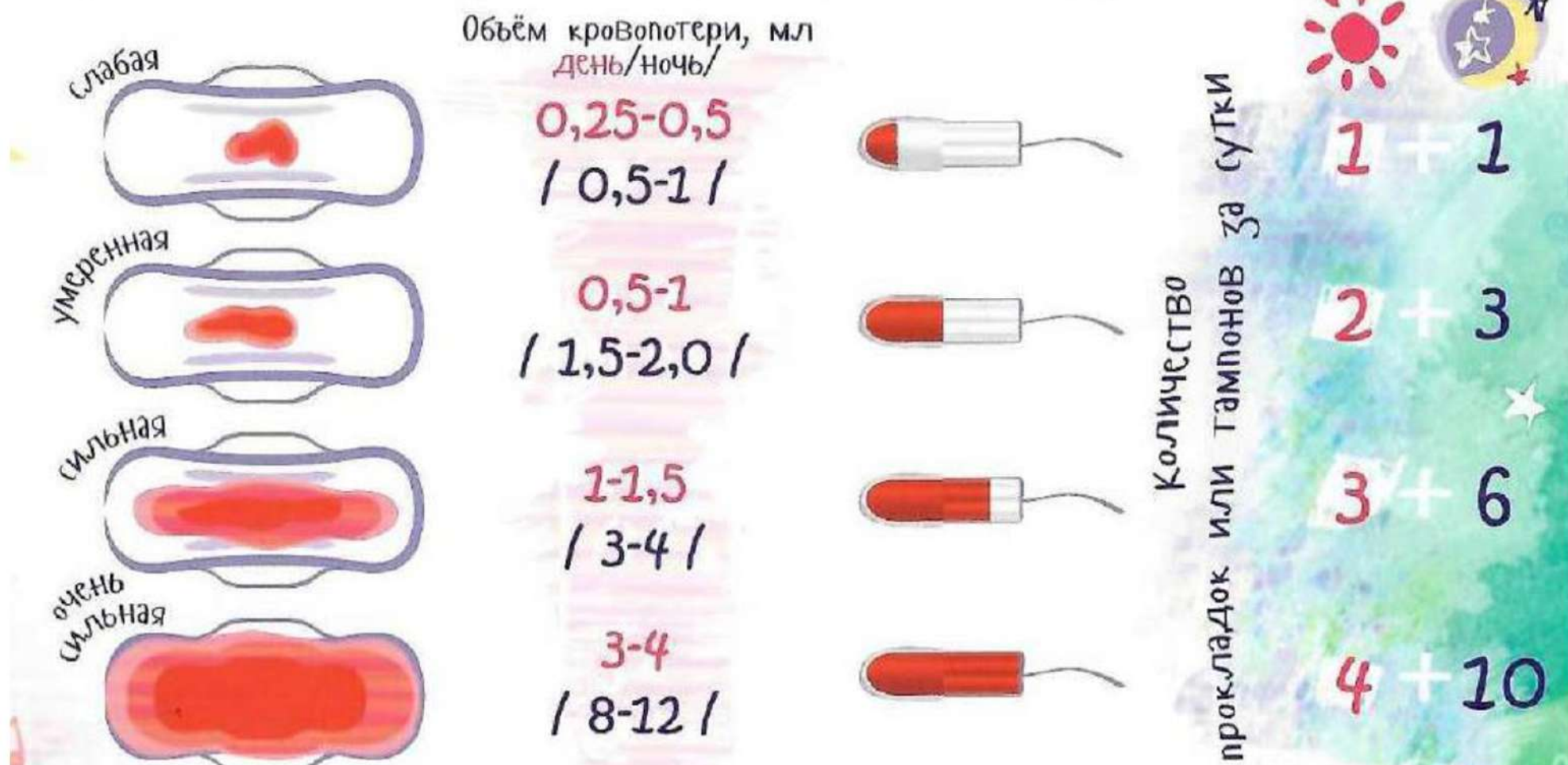


Древо здоровья:
Семья и Школа

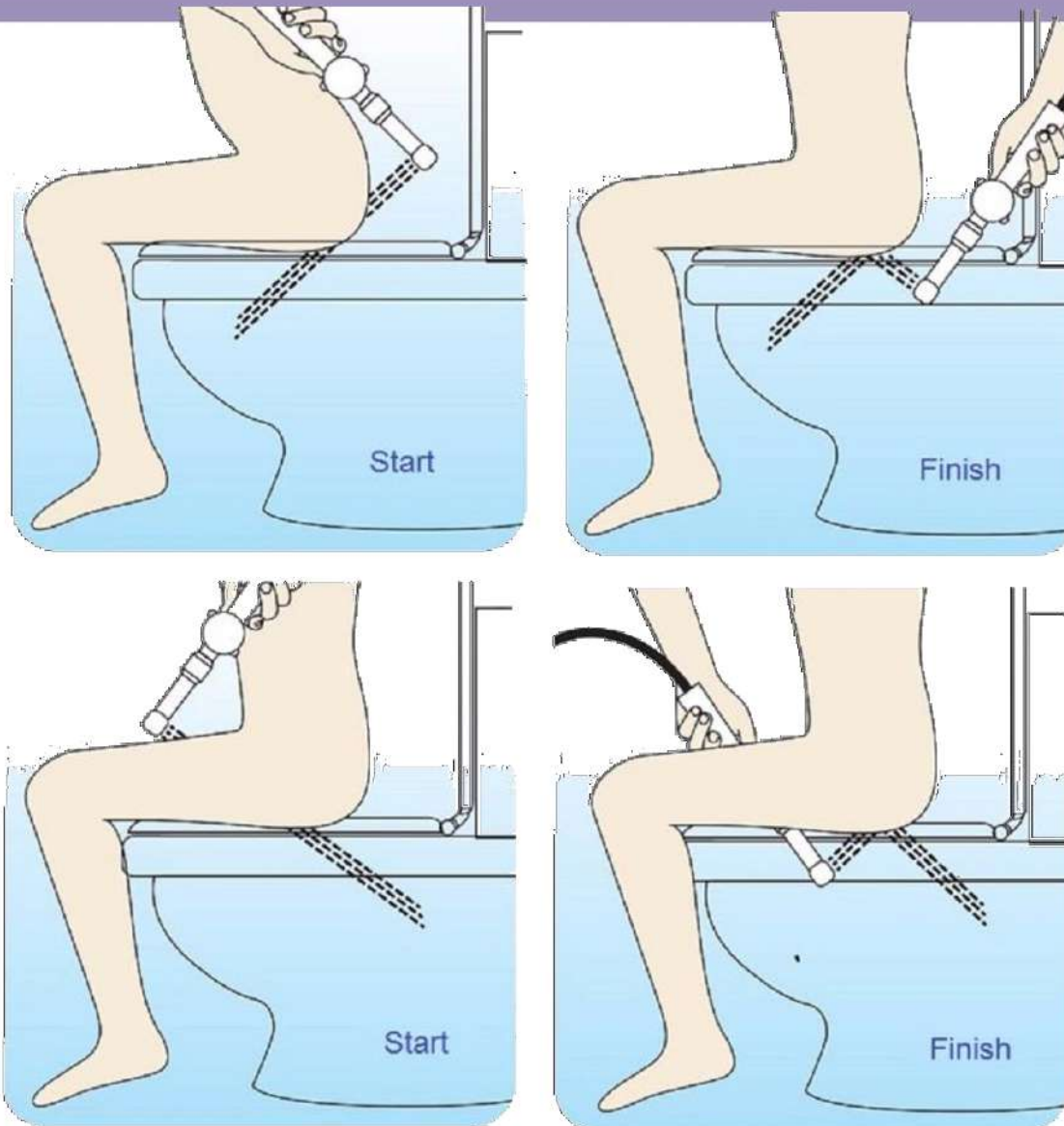
Месячные - норма

Месяц/ дата	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
Январь	■	■	■	■	■																										
Февраль							■	■	■	■	■																				
Март																■	■	■	■	■											
Апрель																					■	■	■	■	■						
Май																													■	■	■
Июнь	■	■																													
Июль					■	■	■	■	■																						
Август											■	■	■	■	■																
Сентябрь																	■	■	■	■	■										
Октябрь																							■	■	■	■	■				
Ноябрь																													■		
Декабрь	■	■	■	■																											

Оценка объёма кровопотери при менструации



Гигиена тела





ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ



ДРЕВО ЗДОРОВЬЯ:
СЕМЬЯ И ШКОЛА

Какие трусики самые полезные для женского здоровья?



СЛИПЫ



КОРСЕТНЫЕ



КОРРЕКТИРУЮЩИЕ



ХИПСТЕР
(ЗАНИЖЕННЫЕ)



БРАЗИЛЬЯНО



ШОРТЫ



ТАНГА



ТОНГ



СТРИНГИ



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ



ДРЕВО ЗДОРОВЬЯ:
СЕМЬЯ И ШКОЛА

ГРУДЬ, особенности измерения; правила использования бюстгальтера



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ



Древо здоровья:
Семья и Школа

**Почему необходимо знать
правила измерения груди?
С какой целью применяют
бюстгальтеры?**



Правила измерения

Обхват груди Обхват под грудью

$$88 \text{ см} - 72 \text{ см} = 16 \text{ см}$$

Определяем размер чашки:

A = 13 см

B = 15 см

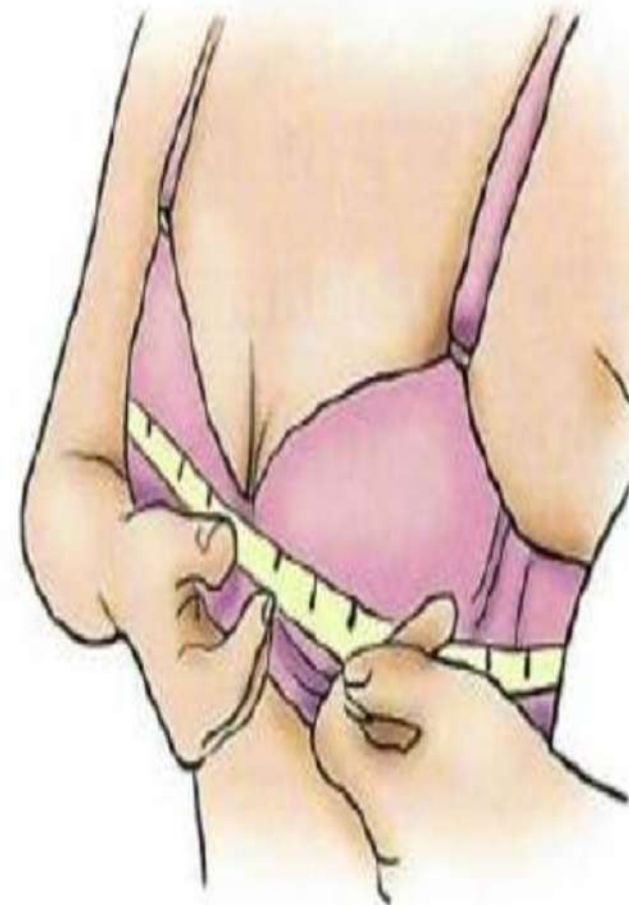
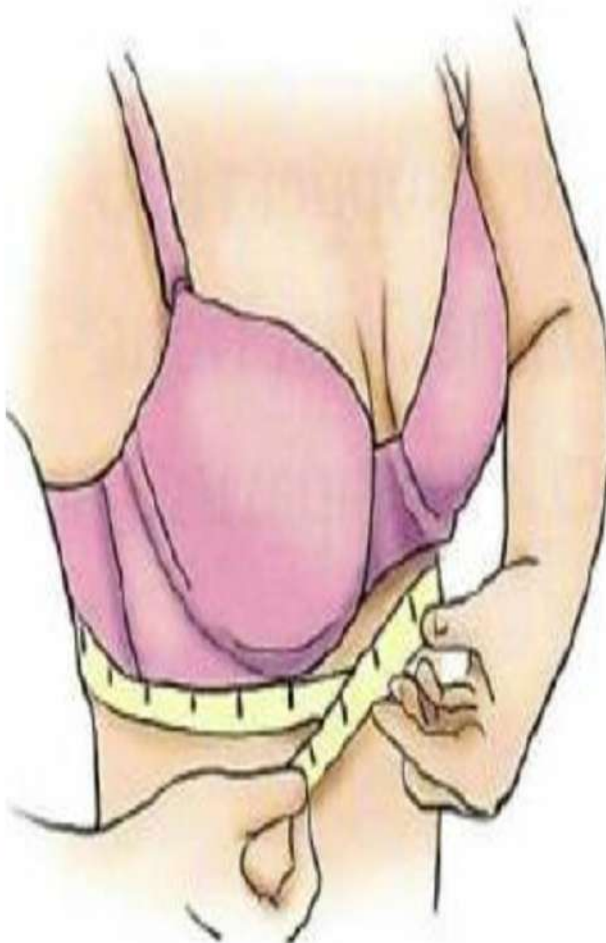
C = 17 см

D = 19 см

E = 21 см

F = 23 см

G = 25 см

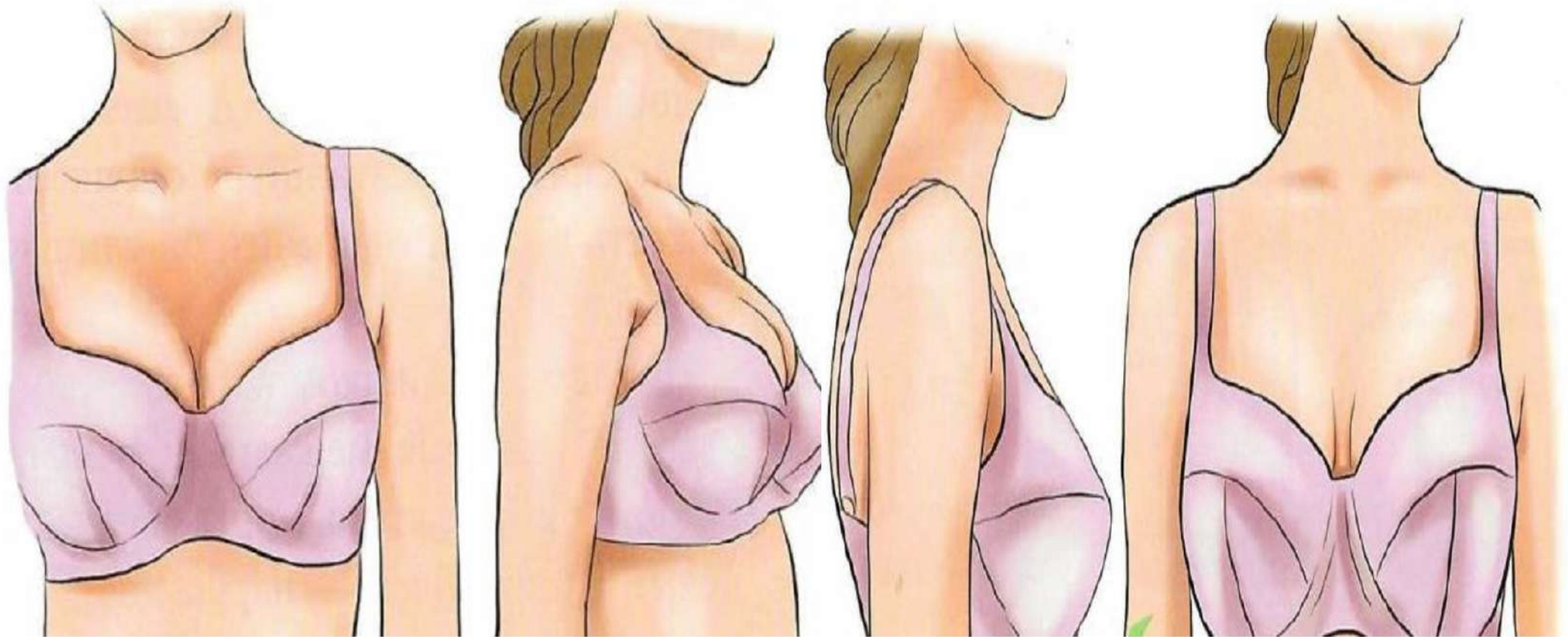


Для определения подходящего размера можно воспользоваться такой таблицей

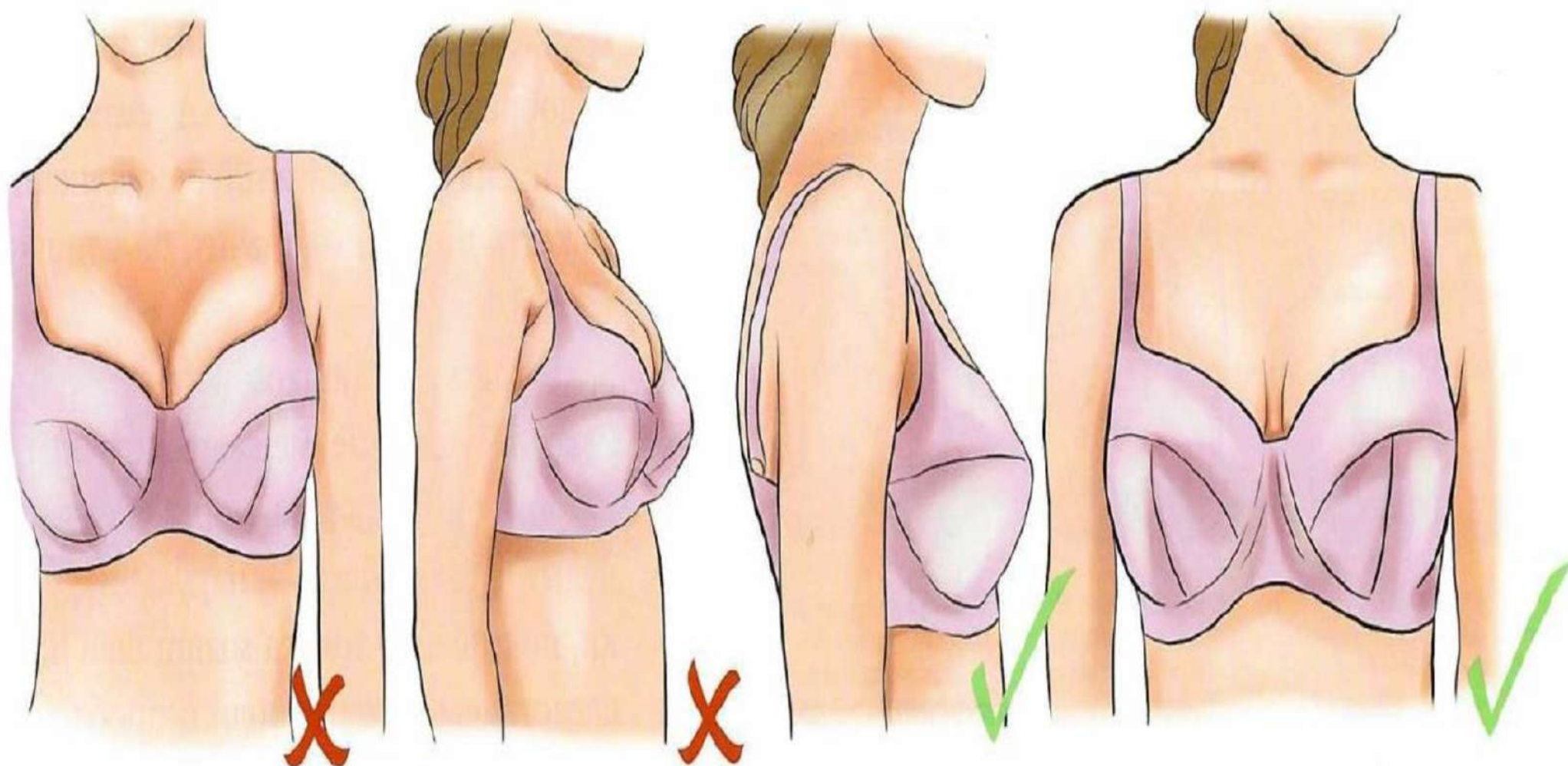
Размер бюстгалтера	Полнота чашки	A	B	C	D	E	F	G
	Разница между обхватом груди и обхватом под грудью, см	13	15	17	19	21	23	25
	Обхват под грудью, см	Обхват груди по самым высоким точкам, см						
65	63-67	77-79	79-81	81-83	83-85	85-87	87-89	89-91
70	68-72	82-84	84-86	86-88	88-90	90-92	92-94	94-96
75	73-77	87-89	89-91	91-93	93-95	95-97	97-99	99-101
80	78-82	92-94	94-96	96-98	98-100	100-102	102-104	104-106
85	83-87	97-99	99-101	101-103	103-105	105-107	107-109	109-111
90	88-92	102-104	104-106	106-108	108-110	110-112	112-114	114-116
95	93-97	107-109	109-111	111-113	113-115	115-117	117-119	119-121
100	98-102	112-114	114-116	116-118	118-120	120-122	122-124	124-126

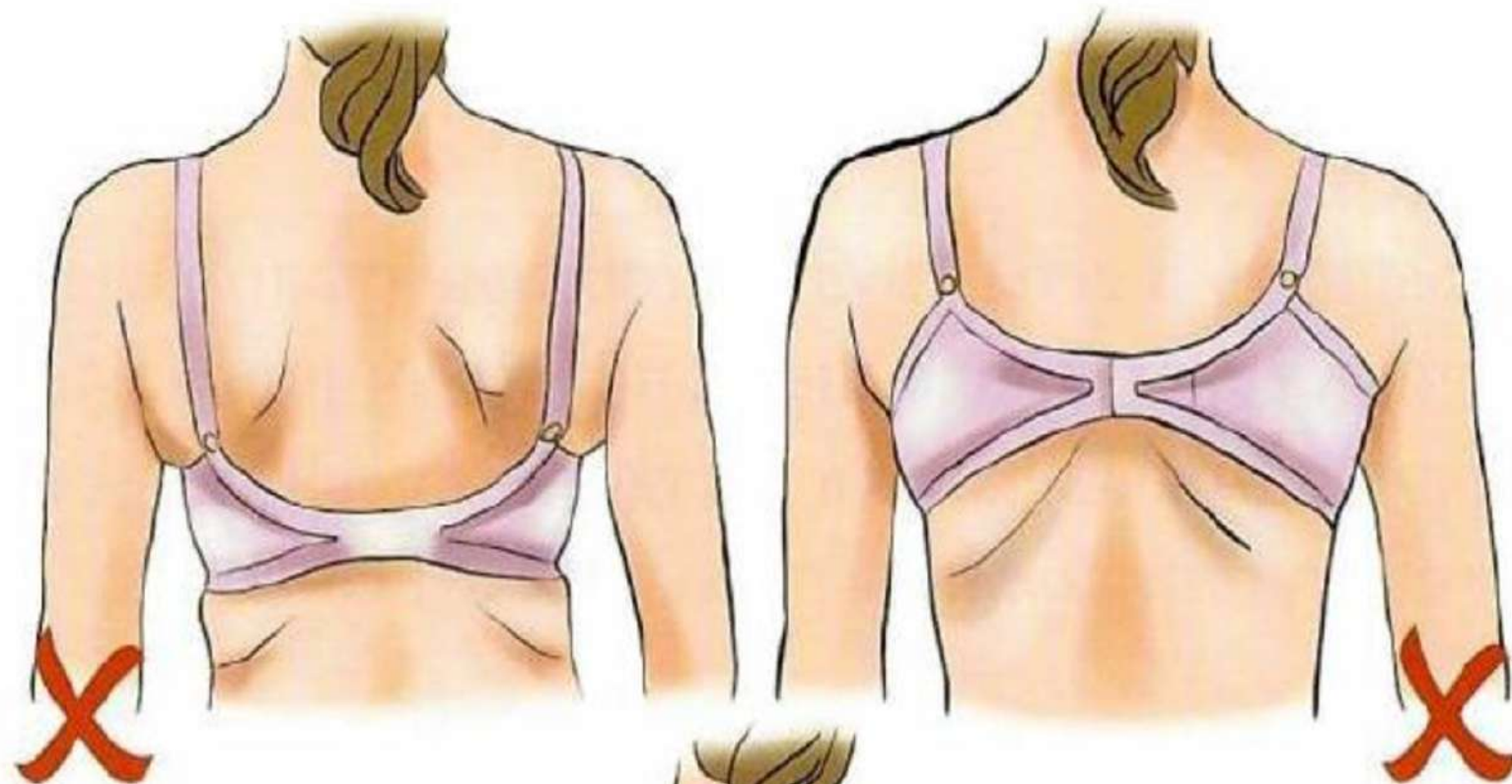


Какой из рисунков отображает правильное использование бюстгалтера? Почему?



Верное использования бюстгальтера





ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ





ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ



Древо здоровья:
Семья и Школа

Этикет туалета

©АНО СПЦ «ФОКУС»

Правила
посадки
на унитаз или то,
о чём многие не
знают

©АНО СПЦ «ФОКУС»



А вы знали о этих правилах в этикете туалета?





ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

При использовании презентации ссылка на
организацию и проект – **ОБЯЗАТЕЛЬНА!**



ДРЕВО ЗДОРОВЬЯ:
СЕМЬЯ И ШКОЛА

**Автономная некоммерческая организация
Социально-психологический центр «Фокус»**



nkofokus@mail.ru



8 951 998 08 88



<http://fokus21.ru>

