

## KALENDARZYK CYKLU MENSTRUACYJNEGO (MIESIĄCZKI) ROK.....

data pierwszej miesiączki:

	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	
STYCZEŃ																																
LUTY																																
MARZEC																																
KWIECIEŃ																																
MAJ																																
CZERWIEC																																
LIPIEC																																
SIERPIEŃ																																
WRZESIEŃ																																
PAŹDZIERNIK																																
LISTOPAD																																
GRUDZIEŃ																																

LEGENDA:

**P** plamienie  
**K** krwawienie

**M** mocne krwawienie  
**B** ból

**S** stosunek