

Calendario Ama Tu Luna

FABRICACIÓN :

- 1) Imprimir esta hoja (formato A4)
- 2) Cortar los 3 círculos
- 3) Poner los círculos uno sobre el otro (el más grande abajo, el más pequeño arriba)
- 4) Fijarlos juntos por el centro con un broche latonado

USO :

Girar las tres ruedas y hacer coincidir los días del mes, las fases de la luna y los períodos del ciclo menstrual.

Todos los días, podemos anotar en una agenda nuestras observaciones, nuestros estados de ánimo, para conocer mejor las fases por las que estamos pasando.

