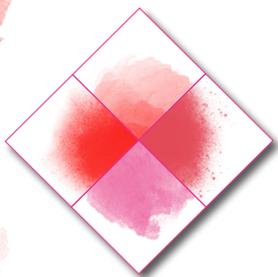


¡Instrucciones para crear tu Comecoño!

1. Coge la hoja que estás leyendo y corta por la línea punteada.
2. Dobra el extremo superior derecho y júntalo con el borde izquierdo con la idea de que quede un triángulo.
3. Abre el triángulo y ve cómo queda marcada una de las diagonales del cuadrado.
4. Dobra el otro extremo del cuadrado para obtener la otra diagonal.
5. Vuelve a abrir el cuadrado y lleva cada punta hacia el centro de la hoja, de manera que puedas ver los ocho métodos de gestión del sangrado.
6. Repite el procedimiento anterior en la otra cara.
7. ¡A jugar con lo que te salga del coño!



Sangrado libre

Sentir tu cuerpo,
los movimientos
de tu útero,
tu sangre
y soltarla.



Copa menstrual

Para ver, oler
(para las plantas,
y usar tu sangre
por ejemplo)



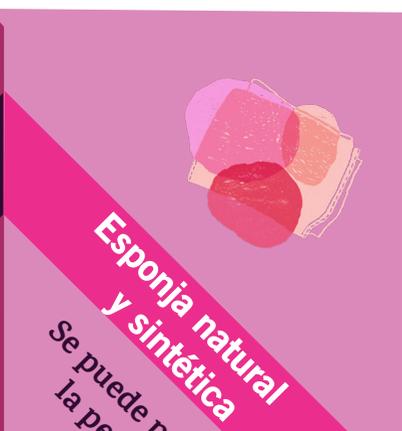
Compresa descartable

¿Has olido la sangre
sin la compresa?



Tampón

No sólo absorbe
la sangre, también
los fluidos
vaginales
y deja
residuos.



Esponja natural y sintética

Se puede practicar
la penetración
con ella
puesta.



Compresa de tela

De todos los
estampados que
haces, hasta
las puedes
hacer tú.



¡¡Elige el que te salga del coño!!



Braga absorbente

Hay diferentes
modelos y para
diferentes
cantidades
de sangrado.

Elige el que te salvaguarda del Comeño



Elige el que te salvaguarda del Comeño

Bellina
ILUSTRAS

www.sexus.org
www.feminetas.com
[#teñimossexusderojo](https://twitter.com/teñimossexusderojo)

MÉTODOS DE GESTIÓN DEL SANGRADO

Te proponemos un juego
para reflexionar sobre cómo
gestionamos nuestra sangre
menstrual: el COMECOÑO

- ¿Conoces los efectos medioambientales del método que utilizas?
- ¿Sabes qué consecuencias pueden producir los componentes del método que utilizas en tu cuerpo?
- ¿Por qué durante tu vida fértil pagas por los métodos que utilizas como si fueran artículos de lujo?
- ¿Eres libre para elegir tu método de gestión del sangrado?



SEX

feminetas