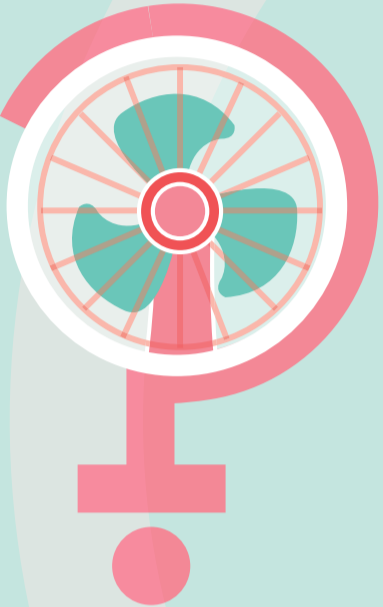


FUIL-MÌOSA

BIDH A H-UILE BOIREANNACH A' DOL TRO LÀN-SGUR FUIL-MÌOSA MAR AS TRIC, TACHRAIDH E EADAR AOIS 45 AGUS 55

A BHEIL THU A' FAIREACHDAINN GIN DE NA BU AidHEAN SEO?

TEAS



CEANN GOIRT



CAOCHLAIDEACHD ANN AN STAID-INNTINN



PLOGGADH



SGÌTHS



PIAN ANNS NA H-ALTAN



IS DÒCHA CUIDEACHD GUM BI THU A' FAIREACHDAINN:

Cur fallais, Duilgheadas a' cadal, Truime-inntinn, Iomagain, Call togradh feise, Faireachdainn nach eil thu a' dèiligeadh ri cùisean mar a b' àbhaist dhut agus Atharrachadh ann am fuil-mìosa.

Ma tha thu a' fulang gin de na rudan sin is dòcha gur e an làn-sgur fuil-mìosa a th' ann.

Bi mothachail do na buaidhean seo agus bruidhinn ri do dhotair mun deidhinn.

#KnowYourMenopause #PosterSelfie @Pausitivity2



PAUSITIVITY
#KNOWYOURMENOPAUSE