



Chella Quint

Period Positivity

Endlich Schluss mit den Tabus! Hier erfährst du alles über Menstruation, Zyklus und Co.

Ganz ohne Scham – alles zum Thema Menstruation!

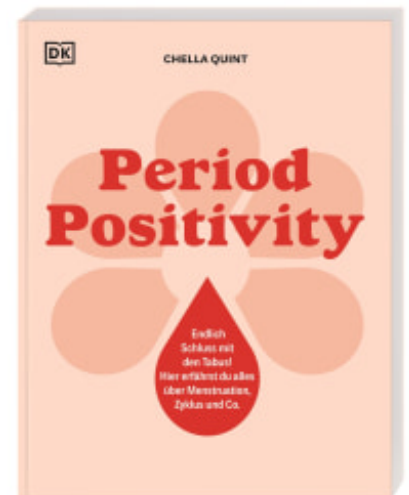
Der Ratgeber beleuchtet charmant wissenschaftliche Tatsachen, irreführendes Halbwissen und Vorurteile rund um die Menstruation. Egal ob es um die **erste Periode, Hormonschwankungen, Menstruationsprodukte, Fruchtbarkeit, Verhütung oder den Zyklus** geht – alle Themen werden auf **Augenhöhe und ohne Tabus** erklärt. Dieses Buch hilft, die Periode als etwas Natürliches anzusehen, die Vorgänge zu verstehen und sich wohl im eigenen Körper zu fühlen!

Entspannt durch die Tage

Eine positive Einstellung zur Periode beginnt damit Fragen zu stellen. Dieses informative, ehrliche und fesselnde Buch deckt alle Fragen rund um die Periode ab. Die Antworten der **Gründerin der Period-Positive-Bewegung und Menstruationsforscherin Chella Quint** sind offen, lustig und faszinierend. Chella zeigt, dass Menstruation und Zyklus keine Tabus sind, es keine richtigen oder falschen Fragen dazu gibt und vor allem, dass eine positive Einstellung zur Periode das eigene Wohlbefinden und den Umgang damit beeinflusst. Es ist an der Zeit, die Periode positiv zu gestalten.

- **Schluss mit dem Halbwissen:** Alles Wissenswerte rund ums Thema Monatsblutung, Zyklus, Fruchtbarkeit & Co.
- **Ohne Tabu und erhobenen Zeigefinger:** Die Autorin räumt mit Mythen und Halbwahrheiten auf und gibt fundierte Informationen
- **Informativ und ehrlich:** Von der ersten Periode bis zur Fruchtbarkeit, von Menstruationsprodukten bis zur Menopause, alles wissenschaftlich und unterhaltsam erklärt

Erfrischend offen und respektvoll informiert die Gründerin der Period-Positive-Bewegung über die Periode und alles, was mit Menstruation zusammenhängt.



Chella Quint

Period Positivity

Endlich Schluss mit den Tabus! Hier erfährst du alles über Menstruation, Zyklus und Co.

ISBN 978-3-8310-4336-1
160 Seiten, 172 x 218 mm
Mit farbigen Illustrationen
€ 14,95 (D) / € 15,40 (A)