

## Mijn menstruatiekalender

Jaar:

MAAND:	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
Januari																															
Februari																															
Maart																															
April																															
Mei																															
Juni																															
Juli																															
Augustus																															
September																															
Oktober																															
November																															
December																															

Geef de ernst van de klachten aan met behulp van onderstaande symbolen:

= geen menstruatie   
  = spotting   
  = lichte menstruatie   
  = matige menstruatie   
  = hevige menstruatie

**Aantekeningen:**