

moje RUČA KNÍŽKA



LENKA BLAŽEJOVÁ

„ZATÍM JSEM NEPOTKALA
TAK VTIPNĚ NAPSANOU
KNIHU O MENSTRUACI.“

K. Bednářová

„KONEČNĚ KNIHA
O ŽENÁCH
I PRO MUŽE!“

Marcel V.



*Ideální
dárek SOBĚ,
KAMARÁDKÁM,
DCERÁM, SYNŮM,
PARTNERŮM ČI
PARTNERKÁM ...*

WWW.MOJERUDAKNIZKA.CZ



© LENKA BLAŽEJOVÁ, 2020
ISBN 978-80-270-8112-7

obsah

pomůcky
9

42
krev

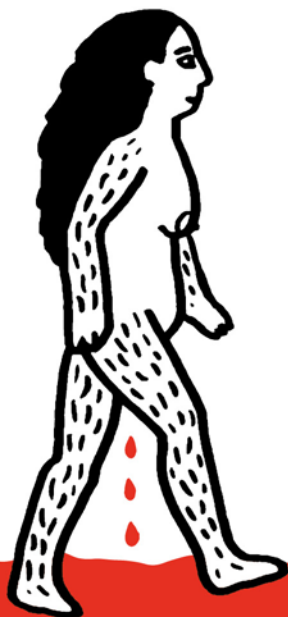
59
cyklus

pms
74

názevy
94

104
menarché

ŽENY MENSTRUUJÍ JIŽ ODPRADÁVNA,



ALE K DNEŠNÍM MENSTRUVAČNÍM

pomůckám

BYLA JEŠTĚ DLOUHÁ CESTA...

O MENSTRUACI SE VEŘEJNĚ NEMLUVILO.
V TEHDEJŠÍCH OBCHODECH BYLY JEN
PULTY A ZÁKAZNICE - ŽENA - MUSELA
O ZBOŽÍ POŽÁDAT PRODAVAČE - MUŽE.
PO VHOZENÍ PENĚŽ DO SPECIÁLNÍ
KRABÍČKY PRODAVAČ POCHOPIL, ŽE ŽENA
CHCE VLOŽKY. ANIŽ BY MUSELA COKOLIV
ŘÍKAT, **BEZE SLOV** JÍ JE DAL.



ARUNACHALAM MURUGANANTHAM,
PŘEZDÍVANÝ **MENSTRUVAČNÍ MUŽ,**
JE INDICKÝ SOCIÁLNÍ
PODNIKATEL.

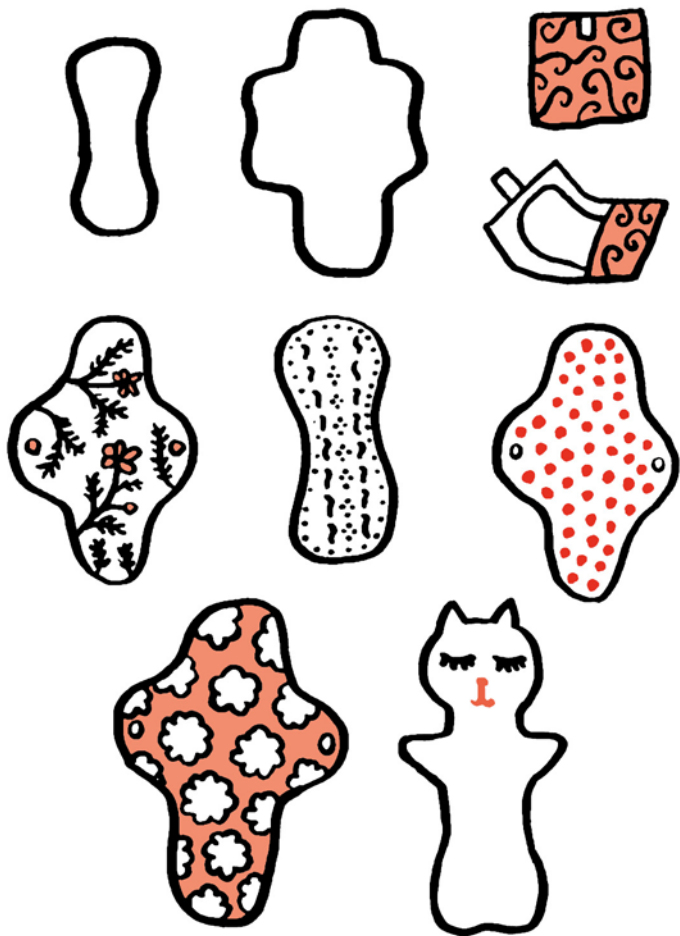


2018

BYL O NĚM
NATOČEN
BOLLYWOODSKÝ
FILM **PADMAN**
A TAKÉ
DOKUMENT
PERIOD.
KTERÝ ZÍŠKAL
OSCARA.



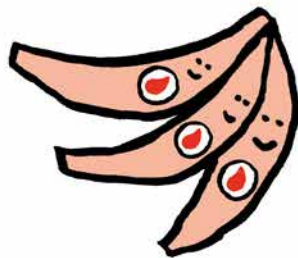
RŮZNÉ *svary* A *vzory* BĚŽNÝCH I LÁTKOVÝCH VLOŽEK



JEDNA ŽENA ZA SVŮJ ŽIVOT
POUŽIJE MINIMÁLNĚ **11 000**
TAMPONŮ NEBO VLOŽEK.



INDICKÁ
SPOLEČNOST
Saathi VYRÁBÍ
kompostovatelné
vločky Z BANÁNOVÝCH VLÁKEN.



IKDYŽ SI TO MOŽNÁ
NEUVĚDOMUJEME,
NÁŠ

cyklus

OVLIVŇUJE SKORO
VŠECHNO.

jaro



cyklické



RYCHLÁ
I DIVOKÁ
JSI V



KRÁSNA
I SMYSLNÁ

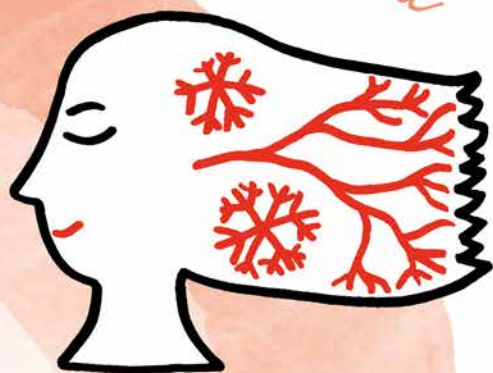
voníš

léto



UNAVENÁ
I POMALÁ
POŘÁDKU

NAŠTVANÁ
I KRITICKÁ



zima



Tebe

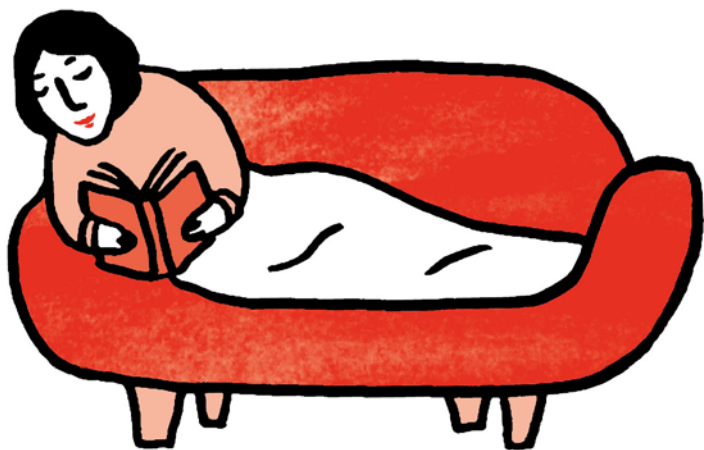
podzim

NĚKDO ŘÍKÁ PMS

PŘED-
menstruační
SÍLA



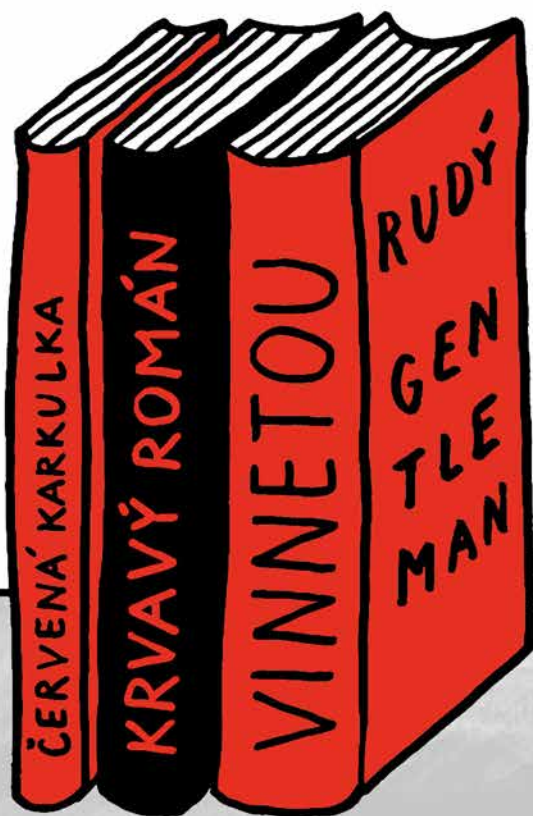
KDE PRAKTIKOVAT MENSTRUACI



na pohovce s knihou...

OBZVLÁŠŤ VHODNÝ JE
ROMÁN Z ČERVENÉ
KNIHOVNY.

DALŠÍ DOPORUČENÁ LITERATURA



menarché V MINULOSTI

MLČENÍ

NEBO



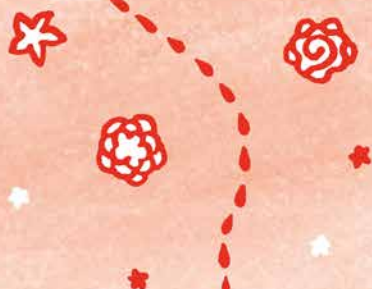
TEHDY JEDINÁ KNIHA
PRO DÍVKY O MENSTRUACI

V SOUČASNOSTI: možnosti

dárky



květiny



knížky



oslava



rituál



ZACYKLENA'

Cyklická žena

• KNIHY

• CYKLICKÉ
PRODUKTY

• SEMINÁŘE

• KONZULTACE



CYKLIKAZENA.CZ
PROVEDOMYZIVOT.CZ



NAPSALA, NAKRESLILA
A GRAFICKY UPRAVILA:

Lenka Blažejová

KOREKTURA: PAVLA GERLINGEROVÁ

TISK: PBTISK A. S., PŘÍBRAM

1. VYDÁNÍ, 2020

ISBN 978-80-270-8112-7

WWW.MOJERUDAKNIZKA.CZ

WWW.BLAZEJOVA.CZ



Lenka Blažejová

GRAFIČKA A VÝTVARNICE,
NA MĚSÍC CESTUJE UŽ VELKOU
ČÁST ŽIVOTA. NEJČASTĚJI
GRAFICKY UPRAVUJE, SÁZÍ
(NĚKDY I ILUSTRUJE) KNÍŽKY.
JEDNOU Z NICH JE NAPŘ.

Cyklická žena.

JEJÍ TÁTA, TYPOGRAF
B. BLAŽEJ, UPRAVIL
OBÁLKU KNÍŽKY
Děvčátska, na slovíčko
(MENSTRUAČNÍ BESTSELLER
Z DOB KOMUNISMU).

WWW.BLAZEJOVA.CZ

MŮŽE BÝT menstruace FAJN?

ZAJÍMAVÁ,
TVOŘIVÁ A HRAVÁ?

V MOJÍ RUDE KNIŽCE najdete:

MĚSÍČKOVÝ mišmaš,
MENSTRUAČNÍ MALŮVKY & KRVAVÉ KRESBIČKY,
ZAJÍMAVOSTI, INFORMACE, TROCHU HISTORIE,
POCITY, POZNATKY, PROŽITKY...

NOVÝ POHLED NA DĚJE
V NAŠEM TĚLE!

WWW.MOJERUDAKNIZKA.CZ



9 788027 081127