

Nota per la scuola: periodo mestruale

Questo modello è una breve nota da consegnare all'insegnante durante il ciclo di tua figlia, per educazione fisica, nuoto o verifiche lunghe. Puoi ritagliarla lungo la linea tratteggiata e compilarla; qui sotto ci sono due copie.

Gentile Prof. _____ ,

mia figlia _____ (classe: _____) ha il ciclo. In questi giorni Le chiedo cortesemente comprensione per quanto segue:

☐ Esonero dalla lezione di educazione fisica o partecipazione limitata ad attività leggere ☐ Esonero dalla lezione di nuoto

☐ Permesso di andare in bagno durante le lezioni ☐ Se necessario, possibilità di andare in infermeria o di contattarmi

Periodo: _____

La ringrazio. Nome del genitore: _____ Firma: _____

Telefono: _____

Gentile Prof. _____ ,

mia figlia _____ (classe: _____) ha il ciclo. In questi giorni Le chiedo cortesemente comprensione per quanto segue:

☐ Esonero dalla lezione di educazione fisica o partecipazione limitata ad attività leggere ☐ Esonero dalla lezione di nuoto

☐ Permesso di andare in bagno durante le lezioni ☐ Se necessario, possibilità di andare in infermeria o di contattarmi

Periodo: _____

La ringrazio. Nome del genitore: _____ Firma: _____

Telefono: _____

Nota

Il ciclo mestruale non è una malattia; la maggior parte delle ragazze può continuare a fare sport. Questa nota chiede comprensione per i giorni dolorosi o più abbondanti. Se ogni mese serve una giustificazione, è consigliabile far valutare il dolore o il sanguinamento dal medico.