

# सम्पूर्ण महिला र किशोरीहरूका लागि आग्रह

म महिनावारीको बारेमा खुलेर कुरा गर्छु ।

म लजाउने छैन । म गर्व गर्छु ।

म महिनावारीको बारेमा सबैलाई जानकारी गराउने छु ।



This "Mahinawari Chakra" of Menstrual Wheel is adapted from the original design by Lakshmi Murthy, 2000.

