NIKO KWENYE HEDHI!

KUWA NA HEDHI or SABABU ZA KUJIVUNIA HEDHI

- Hedhi yaweza kuwa shughuli ya afya ya uzazi yenye furaha.
- Kujifunza mpangilio na matukio ya mzunguko wa hedhi na kuelewa mahitajia ya miili yetu ni jambo la faraja.
- Yaweza kuwa wakati wa kuijali na kuipumzishana miili yetu.
- Kuwasaidia wafanyikazi wenzako wanaopata hedhi kwaweza unda udada na kuimarisha mazingira ya kazi.

USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE