

Menstruacija vam više ne može pokvariti izlet ili putovanje

Iako je ono potpuno prirodno i normalno, krvarenje tijekom bavljenja bilo kakvom tjelesnom aktivnošću može pokvariti raspoloženje. Ali, ako spakirate još jednu stvar sa sobom, moći ćete uživati u izletu i biti potpuno opušteni i sigurni što se tiče menstruacije. Ta jedna stvar je INTIMINA menstrualna čašica!

Biti kod kuće i prakticirati socijalno distanciranje čitava dva mjeseca nikome nije bilo jednostavno. Sigurno je da je to bilo odgovorno ponašanje, ali sada smo svi željni svježeg zraka i sunčeve topline. Ograničenja se u mnogim europskim zemljama ukidaju, što znači da konačno možemo napustiti udobnost kauča i uživati u prirodi. Najbolja opcija je druženje s manjom grupom prijatelja ili obitelji uz spakirane zalogaje i pića, te bežične zvučnike i društvene igre. Čak ne trebate ići daleko od mjesta gdje živite, a promjena i svjež zrak pružit će vam nevjerojatan osjećaj! Ako imate vikendicu, šetnja šumom i šetnja uz potok mogu biti opuštajući, a čak i oni koji nisu prije baš voljeli provoditi kvalitetno vrijeme u prirodi, sada uživaju u istraživanju svih mogućnosti. Lagano planinarenje na obližnja brda može ispuniti cijeli dan, a pogled s vrha uvijek je inspirativan.

Ne možemo razgovarati o post-karantenskom povlačenju u prirodu bez da spomenemo more - jer su izleti na plažu najpopularniji. Slani zrak, obilje sunca i hladni napitak mogu vam pomoći da zaboravite na sve - čekanje u redovima pred trgovinama hrane, maniju oko toaletnog papira, pa čak i lažne vijesti.

Jednom kada se odlučite na izlet, vaša putna torba bi trebala sadržavati osnovne potrepštine kao što su voda, hrana, dezinficijens za ruke i vlažne maramice (da, to je i dalje potrebno), sredstvo protiv insekata, krema za sunčanje, sunčane naočale i telefon. Dobre cipele za hodanje i udobna odjeća olakšat će putovanje, ali jedina stvar koja bi vam mogla upropastiti putovanje bi definitivno bilo - dobivanje menstruacije.

[Menstrualne čašice](#) su pravi pomagači i u centru su pažnje već prilično dugo i to s dobrim razlogom. One su za višekratnu upotrebu, ekološki prihvatljive, praktične i, što je najvažnije, sigurne za vaše tijelo i za okoliš! Možete ih nositi do 8 sati bez brige da će procuriti, što znači da možete hodati, trčati, pješati, plivati ili se samo opustiti. INTIMINA menstrualne čašice izrađene su od 100% medicinskog silikona i kad ih

pravilno umetnete, uopće ih ne možete osjećati. Dolaze u raznim oblicima i veličinama tako da svatko može pronaći savršenu čašicu za sebe.

Zahvaljujući [INTIMINA menstrualnim čašicama](#), zaista nema potrebe za propuštanjem prilika za uživanje na otvorenom. I zapamtite, još uvijek je važno da ostanete zdravi i odgovorni!