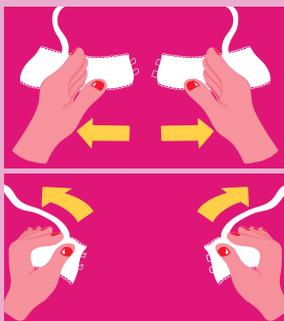




Cherchez un lieu intime, fermez les hublots
Look out for privacy, close the window blind



Dégrafez votre soutien-gorge
Get off your bra

METTEZ-VOUS A L'AISE

EASE YOURSELF



REGARDEZ-VOUS DANS LE MIROIR

CHECK YOURSELF



Observer la poitrine mains sur les hanches
Check both Breast, hands on your hips



Observer la poitrine mains sur la tête
Check both Breast, hands on your head



Palpez l'ensemble de la poitrine en cercles et de haut en bas
Check the entire chest with circular gesture and vertically



Palpez sous l'aisselle et derrière la clavicule
Check Axillar zone and collar bone

EXAMINEZ-VOUS DANS LE MIROIR

WATCH YOURSELF



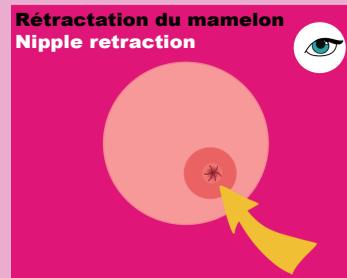
Grosseur
Lump



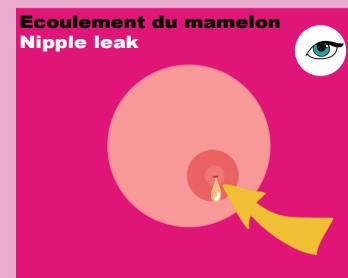
Fossettes
Dimples



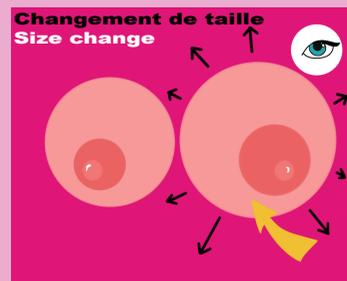
Rougeur
Redness



Rétractation du mamelon
Nipple retraction



Écoulement du mamelon
Nipple leak



Changement de taille
Size change



Palpation du mamelon
Nipple Palpation