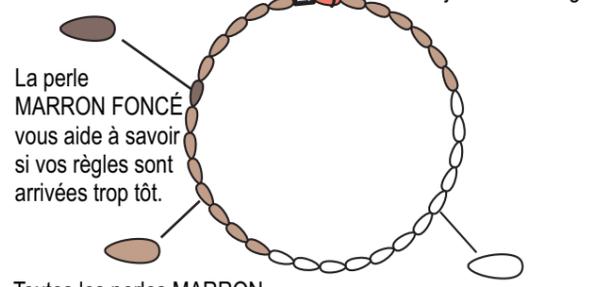


Collier du Cycle® Planification familiale naturelle et efficace

Qu'est-ce que le Collier du Cycle ?

Le Collier du Cycle est un collier avec des perles de différentes couleurs qui aide à identifier les jours où une femme peut tomber enceinte.

La FLÈCHE indique la direction vers laquelle il faut déplacer l'anneau.



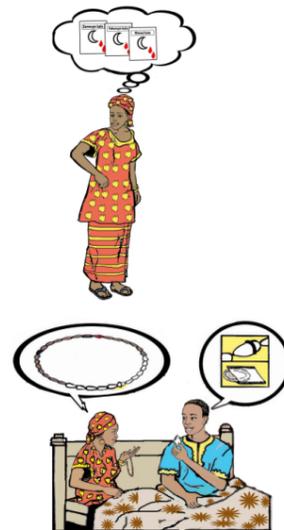
Toutes les perles MARRON marquent les jours où il est peu probable que vous tombiez enceinte.

Toutes les perles BLANCHES marquent les jours où vous pouvez tomber enceinte.

Qui peut utiliser le Collier du Cycle ?

Muso min ka koli
be na a cogo la,
kalo o kalo.

Ce ni muso minnu
bennen don kafogonyo
kono ka fugula nafaman
don, walima k'u yere
mine garisige soro
donw na.



Quelques femmes devraient attendre un peu avant d'utiliser le Collier du Cycle.

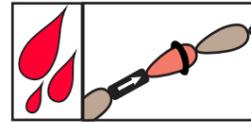
- Les femmes qui, ont récemment accouché ou qui sont allaitantes, devraient attendre un peu avant d'utiliser le Collier du Cycle.
- Les femmes qui ont récemment utilisé une autre méthode de la planification familiale devraient attendre un peu avant d'utiliser le Collier du Cycle.



Dans ces cas, il est probable que les règles ne soient pas encore régulières. Elle ne doit pas utiliser cette méthode pour le moment.

Comment utiliser le Collier du Cycle ?

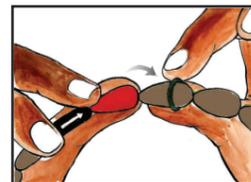
1. Le premier jour de vos règles, mettez l'anneau sur la perle ROUGE.



2. Marquez également ce jour sur votre calendrier.

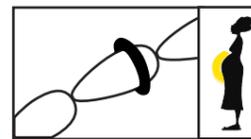


3. Déplacer l'anneau chaque jour, d'une perle à la suivante, même les jours où vous avez vos règles.

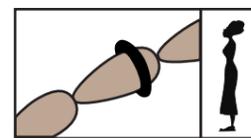


Toujours déplacer l'anneau dans le sens de la flèche.

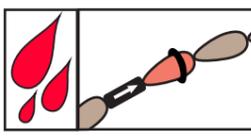
4. Abstenez-vous des rapports sexuels ou utiliser un préservatif les jours où l'anneau se trouve sur l'une des perles BLANCHES. Vous pouvez tomber enceinte ces jours-là.



5. Vous pouvez avoir des rapports sexuels lorsque l'anneau se trouve sur l'une des perles MARRON. Il est peu probable que vous tombiez enceinte ces jours-là.

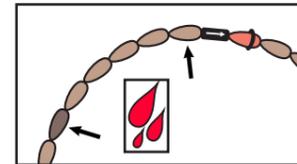


6. Mettez à nouveau l'anneau sur la perle ROUGE le jour où vos règles reviennent et sautez les perles qui restent.

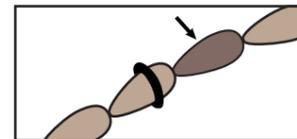


Suivre les règles avec le Collier du Cycle

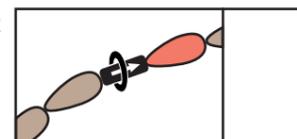
- Pour utiliser le Collier du Cycle, les règles doivent commencer pendant la période située entre la perle marron foncée et la dernière perle marron.



- Si les règles commencent avant la perle MARRON FONCÉE, c'est trop tôt ;



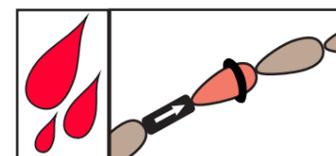
- Si les règles ne commencent pas le lendemain après que l'anneau soit sur la dernière perle marron, c'est trop tard.



Si les règles surviennent trop tôt ou trop tard plus d'une fois par an, consulter un prestataire de soins.

Quand pourriez-vous commencer à utiliser le Collier du Cycle ?

Vous pouvez commencer à utiliser le Collier du Cycle dès que les règles arrivent



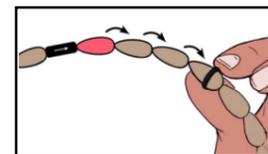
Que faire si vous avez oublié de déplacer l'anneau ?

Si vous avez oublié de déplacer l'anneau, suivez les instructions suivantes :

- Premièrement, vérifiez sur le calendrier, le jour où les dernières règles ont commencé.
- Ensuite, commençant par le premier jour des dernières règles, comptez le nombre de jours qui se sont écoulés jusqu'aujourd'hui.
- Enfin, commençant par la perle ROUGE, déplacez l'anneau le nombre de fois (perles) que le nombre de jours écoulés jusqu'à aujourd'hui.

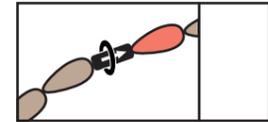
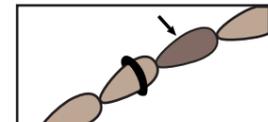
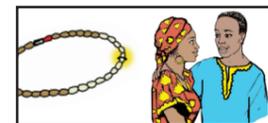
Marisikalo

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |



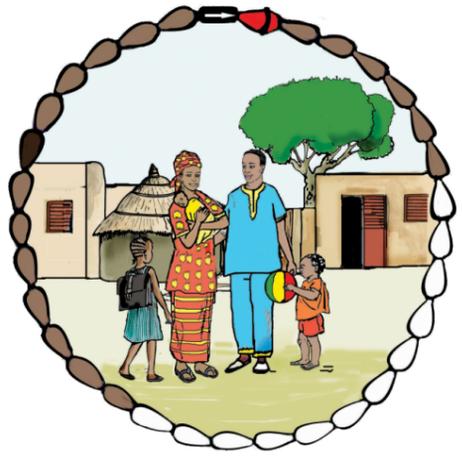
Quand faut-il revenir voir le prestataire de soins ?

- Si vous avez eu les rapports sexuels non protégés un jour où l'anneau était sur une perle blanche.
- Si vous pensez être enceinte.
- Si les règles surviennent trop tôt.
- Si les règles surviennent trop tard.



- Le collier du Cycle ne protège pas contre le Sida/VIH ou les autres infections sexuellement transmissibles.
- Le Collier du Cycle n'est pas un jouet. Gardez-le dans un lieu sûr et loin des enfants.

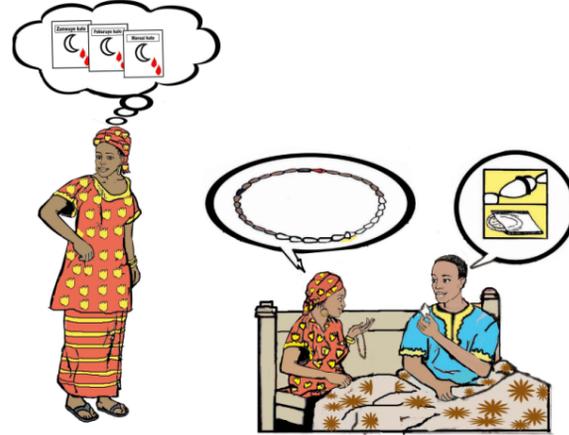
Brevets pour les Etats-Unis N° 6.747.917 B2. Licence encours de brevetage à l'étranger. Collier du Cycle est distribué sous licence.



Collier du Cycle®

Planification familiale naturelle et efficace

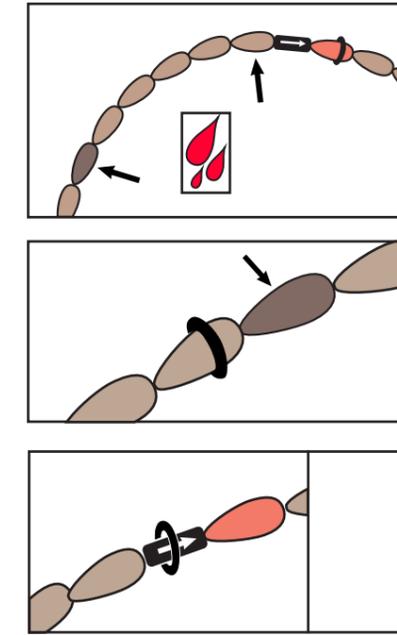
Qui peut utiliser le Collier du Cycle ?



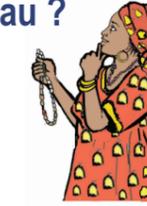
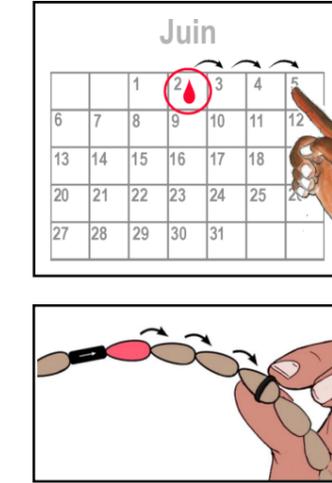
Comment utiliser le Collier du Cycle ?

1. 1. Déplacer l'anneau rouge vers le haut.
2. 2. Choisir la date de début de la prise en compte des règles sur le calendrier.
3. 3. Déplacer l'anneau noir vers le haut.
4. 4. Porter le Collier du Cycle.
5. 5. Porter le Collier du Cycle.
6. 6. Déplacer l'anneau rouge vers le haut.

Suivre les règles avec le Collier du Cycle



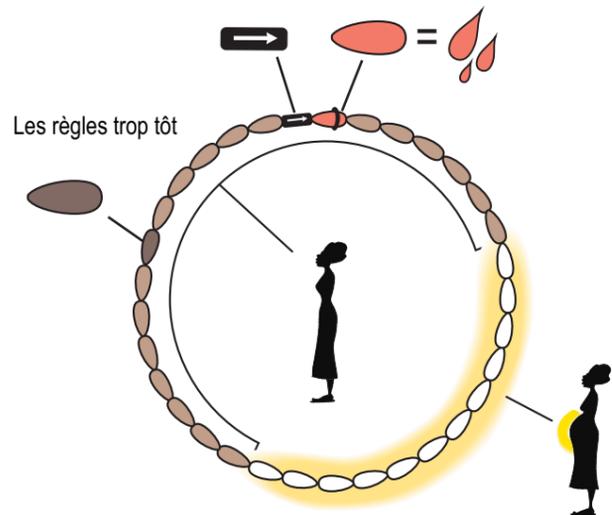
Que faire si vous avez oublié de déplacer l'anneau ?



- Le collier du Cycle ne protège pas contre le Sida/VIH ou les autres infections sexuellement transmissibles.
- Le Collier du Cycle n'est pas un jouet. Gardez-le dans un lieu sûr et loin des enfants.

Brevets pour les Etats-Unis N° 6.747.917 B2. Licence encours de brevetage à l'étranger. Collier du Cycle est distribué sous licence.

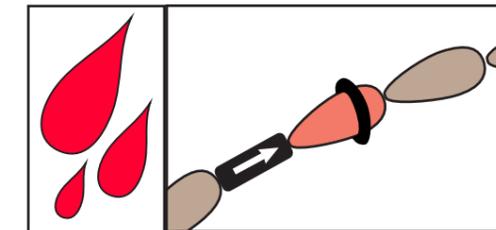
Qu'est-ce que le Collier du Cycle ?



Quelques femmes devraient attendre un peu avant d'utiliser le Collier du Cycle.



Quand pourriez-vous commencer à utiliser le Collier du Cycle ?



Quand faut-il revenir voir le prestataire de soins ?

