



CycleBeads®
natural effective family planning

Collier du Cycle®
planification familiale naturelle et efficace

Collar del Ciclo®
planificación familiar natural y efectiva

U.S. patent No. 6,747,917 B2.
Foreign patents pending.
CycleBeads® are distributed under license.

Brevets d' Etats-Unis N° 6,747, 917 B2.
Licence en cours de brevetage à l'étranger.
Collier du Cycle® est distribué sous licence.

Patente N° 6,747,917 B2 EE.UU. Patentes internacionales
pendientes. Collar del Ciclo® se distribuye bajo licencia.

CycleBeads® are a natural, effective approach to plan your family. Using CycleBeads can:

- Help you understand your fertility.
- Help you know if your cycle length is appropriate to use the method to prevent pregnancy.
- Help you and your partner become more involved in family planning.

Le Collier du Cycle® est une option efficace et naturelle de planification familiale. L'utilisation du Collier peut:

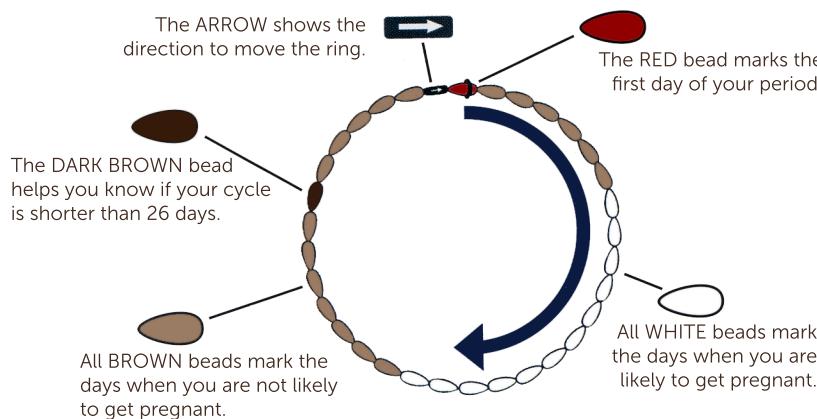
- Vous aider à mieux comprendre votre fécondité.
- Vous aider à savoir si la durée de votre cycle vous permet d'utiliser la méthode pour prévenir une grossesse.
 - Aider votre partenaire à participer à la planification familiale.

El Collar del Ciclo® es una opción natural y eficaz de planificar la familia. El Collar:

- Le ayuda a conocer su propia fertilidad.
- Le ayuda a saber si su ciclo es apropiado para usar este método para evitar un embarazo.
- Puede ayudar a que su pareja participe en la planificación familiar.

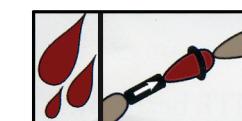
What are CycleBeads®?

CycleBeads help you use the Standard Days Method® of family planning. When used correctly, the method is 95% effective in preventing pregnancy.



CycleBeads are a string of 32 beads, a rubber ring and a cylinder with an arrow.

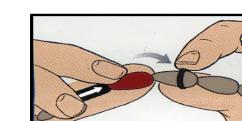
How do you use CycleBeads®?



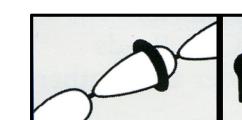
The day you get your period move the ring to the RED bead.



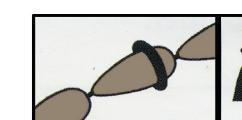
Also, mark that day on your calendar.



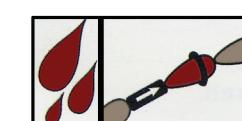
Move the ring one bead each day. Move it even on the days when you have your period.



Abstain or use a condom when the ring is on any WHITE bead if you do not want to become pregnant.



You can have sex when the ring is on any BROWN bead. You are not likely to get pregnant on those days.



Move the ring to the RED bead again when your next period starts. Skip over any beads that are left.

Who can use CycleBeads®?

- Women who have most cycles between 26 and 32 days long.
- Couples who can abstain or use condoms during the 12 white bead days, when the woman is likely to get pregnant.

A woman **may need to wait** a while before using CycleBeads if:

- ▶ she recently had a baby or is breastfeeding.
- ▶ she recently used the pill, the injection, or emergency contraception.

These situations can affect your cycle length. Talk to your healthcare provider.

When to contact your healthcare provider?

- If you had unprotected sex on a WHITE bead day.
- If you think you might be pregnant because you have not gotten your period.
- If you get your period before you reach the DARK BROWN bead, this means that your cycle is shorter than 26 days.
- If your period does not start by the DAY AFTER you reach the last brown bead, this means your cycle is longer than 32 days.
- If more than once a year your cycle is shorter than 26 days or longer than 32 days, CycleBeads will not work for you. Ask your provider about other methods.

If you are not sure if CycleBeads are right for you, contact your healthcare provider.

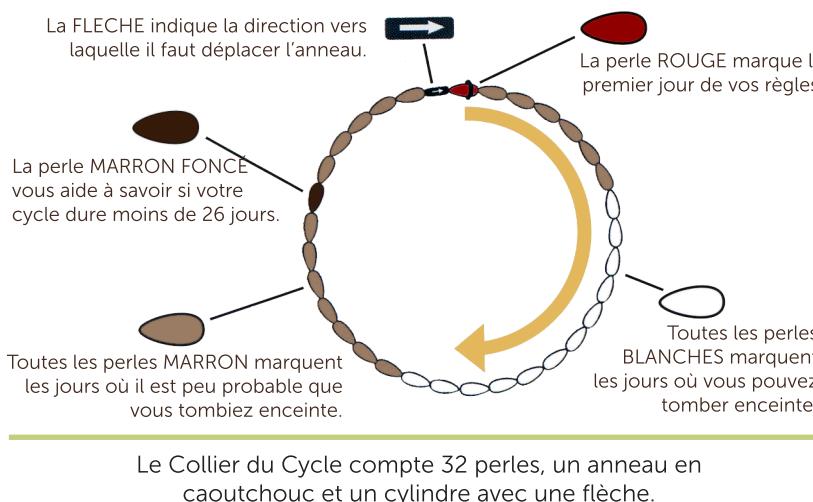
CycleBeads do not protect against HIV/AIDS or other sexually transmitted infections.

CycleBeads are not a toy. Keep them in a safe place, away from children.

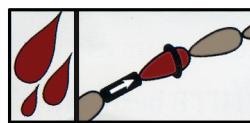


Qu'est ce que le Collier du Cycle®?

Le Collier du Cycle vous aide à utiliser la Méthode des Jours Fixes de planification familiale. Si elle est utilisée correctement, la méthode est efficace à 95% pour prévenir une grossesse.



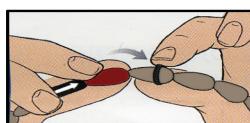
Comment utiliser le Collier du Cycle®?



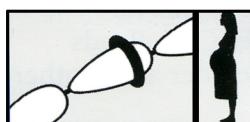
Le premier jour de vos règles, mettez l'anneau sur la perle ROUGE.



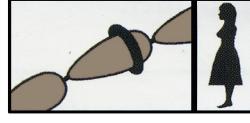
Marquez également ce jour sur votre calendrier.



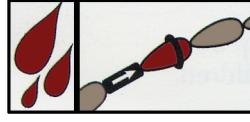
Déplacez l'anneau chaque jour, d'une perle à la suivante. Continuez à déplacer l'anneau, même les jours où vous avez vos règles.



Il faut s'abstenir de rapports sexuels ou utiliser un préservatif les jours où l'anneau se trouve sur une perle BLANCHE si vous ne voulez pas tomber enceinte.



Vous pouvez avoir des rapports sexuels lorsque l'anneau se trouve sur une perle MARRON. Il est peu probable que vous tombiez enceinte ce jour-là.



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

Qui peut utiliser le Collier du Cycle®?

- Les femmes dont la durée du cycle menstruel varie de 26 à 32 jours.
- Les couples qui peuvent s'abstenir ou utiliser des préservatifs lorsque la femme peut tomber enceinte.

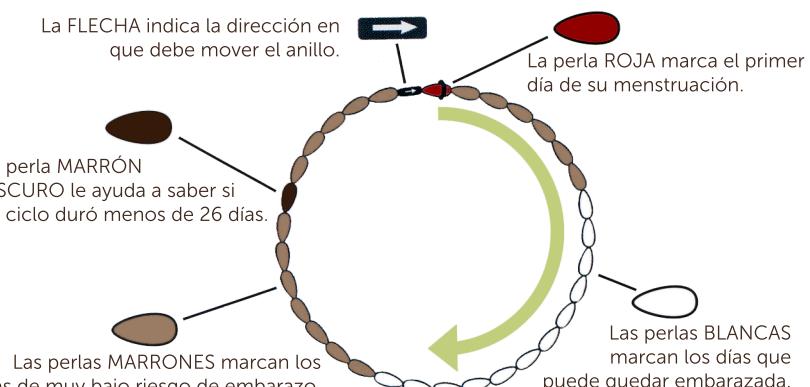
Une femme doit attendre avant d'utiliser le Collier du Cycle si:

- Elle a récemment eu un bébé ou elle allaitait.
- Elle a récemment utilisé la pilule, l'injection ou une contraception d'urgence.

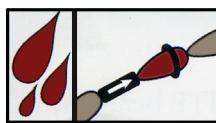
Dans ces cas, la durée votre cycle pourrait être affectée. Discutez-en avec votre prestataire de soins de santé.

¿Qué es el Collar del Ciclo®?

El Collar del Ciclo le ayuda a usar el Método de Días Fijos de planificación familiar. Cuando se usa correctamente, la eficacia del método para prevenir un embarazo es del 95%.



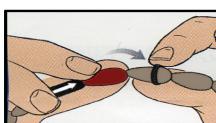
¿Cómo se usa el Collar del Ciclo®?



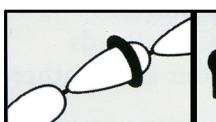
El día que llegue su menstruación, mueva el anillo a la perla ROJA.



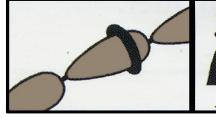
También marque ese día en su calendario.



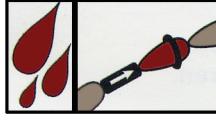
Todos los días mueva el anillo a la perla siguiente. Muévalo aún en los días que esté con la menstruación.



Cuando el anillo esté en cualquiera de las perlas BLANCAS, no tenga relaciones sexuales o use un condón si quiere evitar un embarazo.



Cuando el anillo esté en cualquiera de las perlas MARRONES, es un día de bajo riesgo de embarazo.



Cuando llegue su menstruación de nuevo, mueva el anillo a la perla ROJA.

¿Quién puede usar el Collar del Ciclo®?

- Pueden usarlo las mujeres con ciclos que duran entre 26 y 32 días.
- Parejas que pueden evitar las relaciones sexuales o usar un condón durante los 12 días fértiles de perlas blancas.

En los siguientes casos, la mujer debe esperar para empezar a usar el Collar:

- Si recientemente tuvo un bebé o está dando pecho.
- Si recientemente usó la píldora o la inyección anticonceptiva o la anticoncepción de emergencia.

Estas situaciones pueden afectar la duración de su ciclo. Consulte con su proveedor de servicios de salud.

¿Cuándo acudir a su proveedor de salud?

- Si tuvo relaciones sexuales sin protección en un día de perla BLANCA, acuda a su proveedor.
- Si usted cree que podría estar embarazada porque no le ha llegado su menstruación, acuda a su proveedor.
- Si su regla le llega antes de poner el anillo en la perla MARRÓN OSCURO, esto significa que su ciclo duró menos de 26 días. Acuda a su proveedor.
- Si llega a la última perla del collar y al DÍA SIGUIENTE aun no ha visto su menstruación, esto significa que su ciclo duró más de 32 días. Acuda a su proveedor.
- Si más de una vez al año su ciclo dura menos de 26 días o más de 32 días, el Collar no le servirá. Acuda a su proveedor para obtener otro método.

Si no está segura si el Collar del Ciclo es apropiado para usted, acuda a su proveedor de salud.

El Collar del Ciclo no protege contra el VIH/SIDA o las enfermedades de transmisión sexual.

El Collar del Ciclo no es un juguete y debe mantenerse fuera del alcance de los niños.