



Català

Després de les primeres utilitzacions

Si la vostra Fleurcup us molesta

- La vostra Fleurcup està col·locada massa alta o massa baixa.
- La tija és massa llarga. En aquest cas retireu la vostra Fleurcup i tal·leu la tija, poc a poc, amb un parell de tisores, tot i anant amb compte de no fer malbé el fons de la vostra Fleurcup (que quedaria inutilitzable) fins que la tija ja no us molesti. De manera general, per a la vostra comoditat, la tija no ha de sobresortir mai de la vagina.

Si constateu fuites

- La vostra Fleurcup no està ben posicionada. En aquest cas, després d'haver-la inserida, verifiqueu que està totalment oberta fent-la girar sobre si mateixa o passeu un dit entre la paret vaginal i la vostra Fleurcup tot seguint-ne el contorn.
- Teniu una Fleurcup Mida Petita quan el que necessiteu és Fleurcup Mida Gran.

A la fi de la regla

- Renteu-vos acuradament les mans.
- Netegeu acuradament la vostra Fleurcup.
- Eixugueu-la.
- Guardeu-la.

No conserveu mai la vostra Fleurcup en una bossa de plàstic o en una caixa hermètica.

Entre cicles i cicle recordeu que cal esterilitzar-la.

Generalitats

- Fleurcup és fabricada a França.
- Fleurcup és 100% de silicona mèdica de platí USP Classe VI 60 Shore.
- Si se'n pren cura, Fleurcup té una durada de vida d'uns quants anys.
- El volum útil de Fleurcup Mida Petita és d'aproximadament 20 ml i el de Fleurcup Mida Gran d'uns 29 ml.
- Fleurcup es pot utilitzar quan practiqueu les vostres activitats esportives habituals, fins i tot a la piscina.

Important

- Per a qualsevol cas particular d'utilització de Fleurcup, consulteu prèviament el vostre ginecòleg.
- En el cas de cremades, irritacions, inflamacions genitals o vaginals, de molèsties durant les miccions o de qualsevol altre símptoma que us sembli anormal, retireu immediatament la vostra Fleurcup i consulteu el vostre metge.
- Fleurcup no és un mitjà de contracepció i no protegeix contra les malalties de transmissió sexual.
- No és necessari treure la vostra Fleurcup per orinar o anar de ventre.
- Si constateu que la vostra Fleurcup s'ha fet malbé, us aconsellem substituir-la.
- Cal tenir present que la tija no serveix per treure la vostra Fleurcup estirant-la. Només us ha de servir de guia per trobar la base de la vostra Fleurcup per retirar-la.
- Recordeu que cal treure la vostra Fleurcup abans de qualsevol penetració sexual.
- Conserveu-la fora de l'abast de nens i animals.
- No heu de rentar mai la vostra Fleurcup al rentavaixelles o amb productes corrosius o amb el sabó d'Alep.
- Fleurcup no es fa, de cap manera, responsable dels danys deguts a un mal manteniment o a una mala utilització de la vostra Fleurcup o al fet de no haver respectat les normes d'utilització que figuren en el present full indicatiu i en el nostre lloc d'Internet www.fleurcup.com.

Advertiment - Síndrome del shock tòxic (SST)

La Síndrome del shock tòxic (SST) és una malaltia infecciosa greu, de vegades mortal, que afecta homes, dones i nens, deguda a una toxina bacteriana.

Es caracteritza per símptomes similars als de la grip: forta febre sobtada, vòmits, descomposició, erupció cutània semblant a la d'una insolació o cop de sol, lipotímies, etc.

Aquests símptomes es poden manifestar durant la regla o alguns dies després.

Si, quan porteu la vostra Fleurcup, presenteu un d'aquests símptomes retireu-la i consulteu immediatament un metge.

Si ja heu tingut la SST, no utilitzeu la vostra Fleurcup.

A la nit, donat el temps que el porta, és preferible usar protecció externa en lloc de protecció interna.



Français

Nous vous remercions d'avoir acheté Fleurcup, une protection hygiénique réutilisable pour les règles des femmes.

Fleurcup est fabriquée en France.

Avant toute utilisation, nous vous recommandons de lire attentivement et de comprendre cette notice.

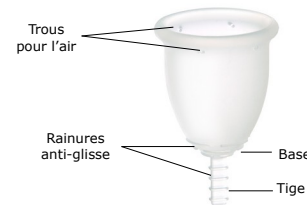
Conservez-la précieusement en cas de besoin ultérieur.

Pour toute information complémentaire, vous pouvez consulter notre site internet www.fleurcup.com.

Avant la première utilisation

Avant la première utilisation de votre Fleurcup, **stérilisez-la**. Pour cela :

- Lavez-vous soigneusement les mains.
- Remplissez une casserole d'une quantité suffisante d'eau, de façon à ce que votre Fleurcup puisse flotter sur l'eau.
- Faites bouillir l'eau.
- Quand l'eau bout, plongez-y votre Fleurcup.
- Après 3 à 5 minutes, lavez-vous soigneusement les mains et retirez votre Fleurcup de la casserole.



Pendant vos règles

Introduire votre Fleurcup

- Lavez soigneusement vos mains et votre Fleurcup.
- Pincez et pliez votre Fleurcup de manière à former un C.
- Après avoir écarté les lèvres, insérez, tout en la maintenant pliée, votre Fleurcup dans le vagin en l'orientant vers le bas de votre dos, jusqu'à ce que la base de celle-ci se positionne à environ une phalange de l'entrée du vagin.
- Retirez les doigts, votre Fleurcup se déploie toute seule.
- Afin de vérifier la bonne position de votre Fleurcup, tenez la base de votre Fleurcup (juste au-dessus de la tige) et faites-la tourner.
- Si elle tourne, elle est bien positionnée. Sinon, remplacez-la correctement.
- Lavez-vous soigneusement les mains.

Retirer votre Fleurcup

Fleurcup doit être vidée en fonction de votre flux et au moins une fois toutes les 6 heures.

- Lavez-vous soigneusement les mains.
- Longez la tige afin d'atteindre la base de votre Fleurcup.
- Pincez la base de votre Fleurcup ou glissez votre index entre la paroi vaginale et votre Fleurcup afin d'annuler l'effet ventouse.
- Retirez Fleurcup tout en faisant attention à ne pas renverser le contenu.
- Lavez-vous soigneusement les mains.

Nettoyer votre Fleurcup

- Lavez-vous soigneusement les mains.
 - Videz votre Fleurcup.
 - Rincez soigneusement votre Fleurcup à l'eau potable froide.
 - Nettoyez votre Fleurcup, idéalement, à l'eau tiède avec un savon doux sans parfum, afin qu'il n'altère pas votre Fleurcup, sans oublier les trous.
 - Rincez votre Fleurcup abondamment.
- Vous pouvez aussi prévoir une petite bouteille d'eau afin de rincer votre Fleurcup.
- Lavez-vous soigneusement les mains.
 - Vous pouvez la réinsérer.

Après les premières utilisations

Si vous êtes gênée par votre Fleurcup

- Votre Fleurcup est positionnée trop haute ou trop basse.
- La tige est trop longue. Dans ce cas, retirez votre Fleurcup et coupez-la

tige petit à petit à l'aide d'une paire de ciseaux tout en prenant garde de ne pas détériorer le fond de votre Fleurcup (ce qui la rendrait inutilisable) jusqu'à ce que la tige ne vous gêne plus. De façon générale, pour votre confort, la tige ne doit jamais dépasser de votre vagin.

Si vous constatez des fuites

- Votre Fleurcup est mal positionnée. Dans ce cas, après l'avoir insérée, vérifiez qu'elle est entièrement déployée en la faisant tourner sur elle-même ou en glissant un doigt entre la paroi vaginale et votre Fleurcup tout en faisant le tour.
- Vous avez Fleurcup Petite Taille alors qu'il vous faut Fleurcup Grande Taille.

A la fin de vos règles

- Lavez-vous soigneusement les mains.
- Nettoyez soigneusement votre Fleurcup.
- Séchez-la.
- Rangez-la.

Ne jamais ranger votre Fleurcup dans un sac plastique ou une boîte hermétique.

Entre chaque cycle, pensez à stériliser votre Fleurcup.

Généralités

- Fleurcup est fabriquée en France.
- Fleurcup est 100% en silicone médical platine USP Classe VI 60 Shore.
- Fleurcup, bien entretenue, a une durée de vie de plusieurs années.
- Le volume utile de Fleurcup Petite Taille est d'environ 20 ml et celui de Fleurcup Grande Taille est d'environ 29 ml.
- Fleurcup peut être utilisée lors de toutes vos activités sportives habituelles, même la piscine.

Important

- Pour tout cas particulier d'utilisation de Fleurcup, demandez conseil à votre gynécologue avant utilisation.
- En cas de brûlures, d'irritations, d'inflammations génitales ou vaginales, de gêne durant les mictions ou de tout autre symptôme qui vous paraît anormal, retirez immédiatement votre Fleurcup et consultez votre médecin.
- Fleurcup n'est pas un moyen de contraception et ne protège pas contre les maladies sexuellement transmissibles (MST).
- Il n'est pas nécessaire d'enlever votre Fleurcup pour uriner et déféquer.
- Si vous constatez que votre Fleurcup est abîmée, nous vous recommandons de la remplacer.
- Comprenez bien que la tige ne sert pas à enlever votre Fleurcup en tirant dessus, mais elle doit vous servir de guide pour trouver la base de votre Fleurcup pour la retirer.
- Pensez à enlever votre Fleurcup avant toute pénétration sexuelle.
- A tenir hors de portée des enfants et des animaux.
- Votre Fleurcup ne doit en aucun cas être lavée au lave-vaisselle ou avec des produits corrosifs ou avec du savon d'Alep.
- Fleurcup ne peut en aucun cas être responsable des dommages dus à un mauvais entretien ou à une mauvaise utilisation de votre Fleurcup ou au non-respect des règles d'utilisation indiquées sur cette notice et sur son site internet www.fleurcup.com.

Avertissement - Syndrome du Choc Toxique (SCT)

Le Syndrome du Choc Toxique (SCT) est une maladie infectieuse grave, parfois mortelle, qui touche les hommes, les femmes et les enfants et qui est causée par une toxine bactérienne.

Elle se caractérise par des symptômes qui ressemblent à ceux de la grippe: une forte fièvre soudaine, des vomissements, une diarrhée, des vertiges, une éruption cutanée proche de celle du coup de soleil, des évanouissements, etc.

Ces symptômes peuvent apparaître durant les règles ou quelques jours après.

Si vous présentez un de ces symptômes, alors que vous portez votre Fleurcup, retirez-la et consultez immédiatement un médecin.

Si vous avez déjà eu le SCT, n'utilisez pas votre Fleurcup.

La nuit, compte tenu de la durée du port, il est préférable d'utiliser une protection externe plutôt qu'une protection interne.

Us volem agrair haver comprat Fleurcup, una protecció higiènica reutilitzable per a la menstruació de la dona.

Fleurcup és fabricada a França.

Abans de qualsevol utilització, us recomanem que llegiu atentament per tal d'entendre bé aquest full explicatiu.

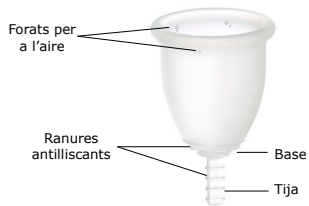
Conserveu-lo també per poder-lo consultar més tard.

Per a qualsevol informació complementària, podeu consultar el nostre lloc d'Internet www.fleurcup.com.

Abans de la primera utilització

Abans d'utilitzar la vostra Fleurcup per primera vegada cal **esterilitzar-la**. Per això :

- Renteu-vos acuradament les mans.
- Ompliu una cassola amb prou aigua perquè la vostra Fleurcup pugui surar.
- Porteu l'aigua a ebullició.
- Quan l'aigua bull, poseu-hi la vostra Fleurcup que quedi ben coberta per l'aigua.
- Després de 3 a 5 minuts, renteu-vos acuradament les mans i retireu la vostra Fleurcup de la cassola.



Quan teniu la regla

Introduir la vostra Fleurcup

- Renteu-vos acuradament les mans i la vostra Fleurcup.
- Pessigueu i plegueu la vostra Fleurcup de manera a formar una C.
- Després d'haver obert els llavis, introduïu, tot i mantenint-la plegada, la vostra Fleurcup a la vagina orientant-la cap a la part baixa de la vostra esquena, fins que la base de la vostra Fleurcup se situï a aproximadament una falange de l'entrada de la vagina.
- Retireu els dits, la vostra Fleurcup s'obre sola.
- Per tal de verificar la bona posició de la vostra Fleurcup, agafeu-ne la base (just per damunt de la tija) i feu-la girar.
- Si gira, està ben col·locada. Sinó, torneu-la a col·locar correctament.
- Renteu-vos acuradament les mans

Retirar la vostra Fleurcup

Fleurcup s'ha de buidar en funció del vostre flux i, com a mínim, una vegada cada 6 hores.

- Renteu-vos acuradament les mans.
- Seguiu la tija amb els dits fins arribar a la base de la vostra Fleurcup.
- Pessigueu la base de la vostra Fleurcup o fiqueu l'índex entre la paret vaginal i la vostra Fleurcup per tal d'annular l'efecte ventosa.
- Retireu la vostra Fleurcup procurant no vessar el contingut.
- Renteu-vos acuradament les mans.

Netejar la vostra Fleurcup

- Renteu-vos acuradament les mans.
 - Buideu la vostra Fleurcup.
 - Esbandiu amb molta cura la vostra Fleurcup amb aigua potable freda.
 - Netegeu la vostra Fleurcup, preferiblement, amb aigua tèbia i amb un sabó suau i no perfumat, per tal de no alterar-la, i no oblideu els forats.
 - Esbandiu amb força aigua la vostra Fleurcup.
- També podeu preveure portar una ampolleta d'aigua per esbandir la vostra Fleurcup.
- Renteu-vos acuradament les mans.
 - Podeu tornar-la a introduir.



English

length off the stem with a pair of scissors, taking care not to damage the base of your Fleurcup (which would render it useless) until the stem is no longer a problem. Generally speaking, for optimal comfort, the stem should never go beyond the vagina.

If you observe leaks :

- Your Fleurcup is incorrectly positioned. If this is the case, after insertion, check that it has fully unfolded by rotating it or sliding your finger around the exterior of your Fleurcup.
- You have the Small Size Fleurcup but need the Large Size Fleurcup.

At the end of your period

- Wash your hands carefully.
- Clean your Fleurcup carefully.
- Dry it.
- Store it.

Never store your Fleurcup in a plastic bag or an airtight box. Between cycles, remember to sterilise your Fleurcup.

More about Fleurcup

- Fleurcup is made in France.
- Fleurcup is made 100% out of medical silicone USP Class VI 60 Shore.
- Fleurcup has a lifespan of several years if it is well maintained.
- The volume for the Small Size Fleurcup is approximately 20ml and the large size Fleurcup is approximately 29ml.
- Fleurcup can be used also during sports activities, even swimming.

Important

- For any special uses of Fleurcup, please consult your gynaecologist before use.
- In the event of burning sensation, irritation, genital or vaginal inflammation or discomfort when going to the toilet or in the event of any other symptom, remove your Fleurcup immediately and consult your doctor.
- Fleurcup is not a means of contraception and does not offer protection against sexually transmissible diseases.
- It is not necessary to remove your Fleurcup to urinate or defecate.
- If you observe that your Fleurcup is damaged in any way, we recommend replacing it.
- The stem should not be used for pulling on to remove your Fleurcup. It is a guide to the base of your Fleurcup for removal.
- Remember to remove your Fleurcup prior to sexual penetration.
- Keep out of the reach of children and animals.
- Your Fleurcup must not be washed in a dish washer or with corrosive products or with Aleppo soap.
- Fleurcup cannot be held responsible for prejudice arising due to incorrect care or use of your Fleurcup or for non respect of the user recommendations provided in the present manual and on its web site www.fleurcup.com.

Warning - Toxic Shock Syndrome (TSS)

Toxic Shock Syndrome (TSS) is a rare but occasionally fatal illness affecting men, women and children and is caused by a bacterial toxin. It is characterised by symptoms which are similar to flu: a sudden, high fever, vomiting, diarrhoea, dizziness, skin rashes similar to sun burn, fainting, etc.

These symptoms can develop during the period or a few days afterwards. If you observe any of these symptoms while wearing the menstrual cup, remove it and consult a doctor immediately.

If you have already suffered from TSS, do not use your Fleurcup. At night, given the length of time you wear it, it is preferable to use external protection rather than internal protection.

Thank you for purchasing Fleurcup, offering hygienic reusable protection for women during their menstrual cycle.

Fleurcup is made in France.

Before using Fleurcup, we recommend that you read the present manual carefully.

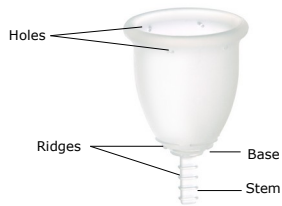
Keep this manual in a safe place for future reference.

If you have any additional questions, please visit our web site at www.fleurcup.com.

Before using for the first time

Before using Fleurcup for the first time, **sterilize it**. To do this :

- Wash your hands carefully.
- Fill a pan with sufficient water for your Fleurcup to float on the surface.
- Bring the water to boil.
- Put your Fleurcup into the boiling water.
- After 3 to 5 minutes, carefully wash your hands and remove your Fleurcup from the pan.



During your period

Inserting your Fleurcup

- Wash your hands and your Fleurcup carefully.
- Pinch and fold your Fleurcup into a C shape.
- Separate the labia, keep your Fleurcup folded and insert the cup into the vagina towards the direction of the small of your back, not towards your head, until the base of your Fleurcup is about one centimetre from the entry of the vagina.
- Once your Fleurcup is inserted, it will unfold by itself.
- To check that your Fleurcup is correctly positioned, hold the base of your Fleurcup (just above the stem) and rotate it. If it turns, it is correctly positioned. If not, re-position it.
- Wash your hands carefully.

Removing your Fleurcup

Your Fleurcup should be emptied in relation to your flow and at least every 6 hours.

- Wash your hands carefully.
- Follow the stem to the base of your Fleurcup.
- Pinch the base of your Fleurcup or slide your index finger between the vaginal wall and the side of your Fleurcup in order to interrupt the suction effect.
- Remove your Fleurcup gently, taking care not to spill the contents.
- Wash your hands carefully.

Cleaning your Fleurcup

- Wash your hands carefully.
- Empty your Fleurcup.
- Rinse your Fleurcup with cold drinking water.
- Clean your Fleurcup, ideally with warm water and a perfume free, gentle soap so that this does not damage your Fleurcup, not forgetting the holes.
- Rinse thoroughly.

You may also wish to carry a small bottle of water for rinsing your Fleurcup.

- Wash your hands carefully.
- You can now reinsert it.

After the first few times

If your Fleurcup is not fully comfortable

- Your Fleurcup is positioned too high or too low.
- The stem is too long. In this case, remove your Fleurcup and cut a small



Español

tijeras prestando atención a no deteriorar el fondo de su Fleurcup (lo que la haría inservible) y hasta que la boquilla deje de molestarle. De manera general, y para su comodidad, la boquilla no debe sobresalir nunca de la vagina.

Si tiene pérdidas

- Su Fleurcup no está bien colocada.
- Una vez introducida, verifique que está completamente desplegada haciéndola girar sobre sí misma o deslizando un dedo entre la pared vaginal y la circunferencia de su Fleurcup.
- Tiene una Fleurcup de tamaño pequeño y necesita una de tamaño grande.

Al acabar su menstruación

- Lávese bien las manos.
 - Limpie cuidadosamente su Fleurcup
 - séquela
 - guárdela
- No guarde nunca su Fleurcup en una bolsa de plástico o en un recipiente hermético. Recuerde esterilizar su Fleurcup entre cada ciclo.

Información general

- Fleurcup es fabricada en Francia.
- Fleurcup está 100% de silicona médica platino USP Clase VI 60 Shore.
- Fleurcup, bien conservada, puede durar varios años.
- El volumen útil de la Fleurcup tamaño pequeño es de alrededor 20 ml, y el de la Fleurcup tamaño grande es de unos 29 ml.
- Fleurcup puede utilizarse durante la práctica de cualquier deporte, incluido la natación.

Importante

- En cualquier otro caso particular de utilización de Fleurcup, pida consejo a su ginecólogo antes de utilizarla.
- En caso de ardor, irritación, inflamación genital o vaginal, molestia durante la micción o de cualquier otro síntoma que le parezca anormal, retire inmediatamente su Fleurcup y consulte con su médico.
- Fleurcup no es un medio de contracepción y no protege contra las enfermedades de transmisión sexual (ETS).
- No es necesario retirar su Fleurcup para orinar y/o hacer sus necesidades.
- Si advierte que su Fleurcup está deteriorada, es preferible reemplazarla.
- No tire de la boquilla para retirar su Fleurcup; la boquilla actúa como guía para encontrar la base de su Fleurcup y retirarla.
- No olvide retirar su Fleurcup antes de cualquier penetración sexual.
- Manténgala fuera del alcance de niños y animales.
- Su Fleurcup no debe en ningún caso lavarse en el lavavajillas o con un producto corrosivo o con el jabón d'Alepo.
- Fleurcup no se hace responsable de los perjuicios provocados por la mala conservación y mantenimiento de su Fleurcup o por su incorrecta utilización; tampoco se responsabiliza de la falta de respeto de las normas de utilización indicadas en este manual de usuario o en su página web www.fleurcup.com.

Advertencia - Síndrome de Shock Tóxico (SST)

El Síndrome de Shock Tóxico (SST) es una enfermedad infecciosa grave, en ocasiones mortal, causada por una toxina bacteriana y que afecta a hombres, mujeres y niños.

Se caracteriza por síntomas parecidos a los de la gripe: fiebre repentina elevada, vómitos, diarrea, mareos, erupción cutánea parecida a la producida por las quemaduras del sol, desmayos, etc.

Estos síntomas pueden aparecer durante el ciclo menstrual o algunos días después.

Si presenta alguno de estos síntomas durante la utilización de su Fleurcup, retirela y consulte inmediatamente con su médico.

No utilice su Fleurcup si ya ha padecido el SST. Por la noche, dado el tiempo que lo lleva, es preferible usar protección externa en lugar de protección interna.

Gracias por comprar Fleurcup, una protección higiénica reutilizable para la menstruación femenina.

Fleurcup es fabricada en Francia.

Lea y siga atentamente las instrucciones de este manual de usuario antes de empezar a utilizar su Fleurcup.

Consérvelo en caso de necesidad posterior.

Para cualquier información adicional, puede consultar nuestra página web www.fleurcup.com.

Antes de la primera utilización

Esterilice su Fleurcup antes de la primera utilización:

- Lávese bien las manos.
- Llene una cazuela con agua suficiente agua para que su Fleurcup flote.
- Lleve el agua a ebullición.
- Cuando el agua esté hirviendo, sumerja su Fleurcup.
- Pasados 3-5 minutos, lávese bien las manos i retire su Fleurcup de la cazuela.



Durante la menstruación

¿Cómo ponerse su Fleurcup?

- Lávese bien las manos y limpie su Fleurcup.
- Presione y pliegue su Fleurcup hasta formar una C.
- Separe los labios vaginales e introduzca su Fleurcup en la vagina, manteniéndola plegada. Diríjala horizontalmente hacia el cóccix hasta que la base se encuentre a aproximadamente 2 cm de la entrada de la vagina.
- Retire los dedos; su Fleurcup se despliega sola.
- Para comprobar que su Fleurcup está bien colocada, sujete la base de su Fleurcup (justo en la parte superior de la boquilla) y gírela. Si ésta gira, quiere decir que está bien puesta. En caso contrario, vuélvela a colocar correctamente.
- Lávese bien las manos.

¿Cómo quitarse su Fleurcup?

Su Fleurcup debe vaciarse en función de su flujo menstrual y al menos una vez cada 6 horas.

- Lávese bien las manos.
- Bórdee la boquilla hasta alcanzar la base de su Fleurcup.
- Pellizque la base de su Fleurcup o deslice el dedo índice entre la pared vaginal y su Fleurcup para evitar el efecto ventosa.
- Retire su Fleurcup teniendo cuidado de no derramar el contenido.
- Lávese bien las manos.

¿Cómo limpiar votre Fleurcup?

- Lávese bien las manos.
- Vacíe su Fleurcup.
- Aclare cuidadosamente su Fleurcup con agua potable y fría.
- Limpie su Fleurcup. Utilice preferiblemente agua tibia y un jabón suave y sin perfume para no alterar su Fleurcup. No olvide lavar los orificios.
- Aclare su Fleurcup con abundante agua.
- Si cree que puede encontrarse en una situación semejante, prevea una botellita de agua para aclarar su Fleurcup.
- Lávese bien las manos.
- Una vez lavada, puede volvérsela a colocar.

Tras los primeros usos

Si su Fleurcup le molesta

- Su Fleurcup está demasiado arriba o demasiado abajo.
- La boquilla es demasiado larga.

En este caso, retire su Fleurcup y recorte la boquilla poco a poco con unas