



**CycleBeads®**

**RERA KAPA THIBELA PELEHI KA TLHAHO**

1



**CycleBeads®**

- ◆ CycleBeads ha di tshireletse kgahlanong le HIV/AIDS kapa mafu a mang a tshwaesang a thobalano.
- ◆ CycleBeads ha se ntho tsa ho bapala. Di bote sebakeng se bolokohleng, hote le bana.

*U.S. patent No. 6,747,917 B2. Foreign patents pending.  
Manufactured by Cycle Technologies, Inc., Washington DC, 20015.  
Distributed under license.*

## CycleBeads ke eng?

2

- ◆ Ke thapo ya difaha tse mebala.
- ◆ Mebala ya CycleBeads e o thusa ho tseba matsatsi ao o ka bang mmeleng ka ona.
- ◆ Hape di o thusa ho tseba matsatsi ao o ka nang wa sebe mmeleng ka ona.
- ◆ Ho qoba ho ba mmeleng, se ke wa eisa thobalano kapa wa sebedisa kgohlopo matsatsing ao o ka nang wa ba mmeleng ka ona.

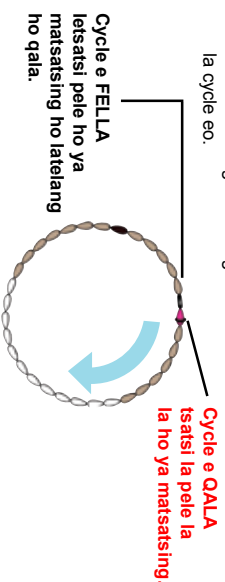


CycleBeads di tshetlehile mokgweng wa tlhaho wa moralo wa malapa o sebetsang 95%, ha o sebediswa ka nepo. Hona ho hlalosa hore bomme ba 5 ho ba 100 ba ka ba mmeleng ha mokgwa ona o sebediswa ka tsela e nepahetseng.

## CycleBeads le Menstrual Cycle (phethoho tse etsahalang ka hara popelo ho lokisetsa pelehi)

3

- ◆ CycleBeads e emetse menstrual cycle ya mosadi.
- ◆ Seřaha se seng le se seng se emetse letsatsi la cycle eo.



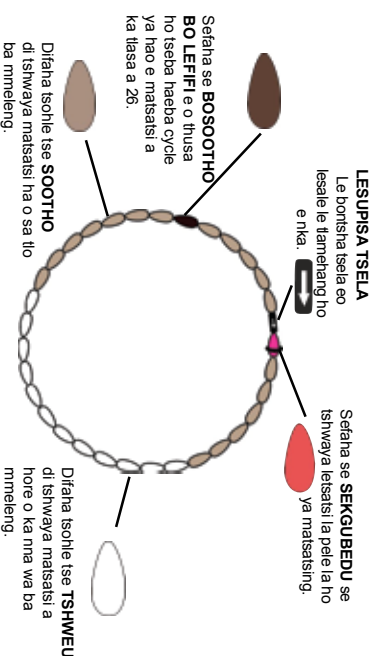
Cycle e FELLA letsatsi pele ho ya matsatsing ho latelang ho qala.

Menstrual Cycle ha se ntho e le nngwe le ho ya matsatsing. Ho ya matsatsing ke ha o lahlehelwa ke madi. Cycle ya hao e kenyeletse matsatsi ohle ho tlhaha qalong ya ho ya matsatsing hofihlela letsatsi la pele o ya hape.

## Mebala e bolelang?

5

CycleBeads ke lethathama la difaha tse 32, lesale la rabara le sekwahelo se nang le lesupisa tsela.



## Ke mang ya ka sebedisang CycleBeads ho qoba ho ba mmeleng?

6

- ◆ Basadi bao ho ya matsatsing ha bona ho tlang ka ho arohana na kgwedi.



- ◆ Banyatlane ba buisanang hantle le ho dumellana ho se etse thobalano kapa ba sebedise kgohlopo ha mosadi a ka ma a ba mmeleng.

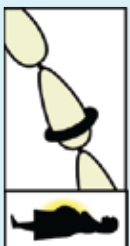


O sebedisa CycleBeads jwang?

1. Letsatsa leo o ya matsatsing ka lona isa lesale setfahng se **SEKGUBEDU**.
2. Hape tshwaya letsatsi leo khalendareng ya hao.
3. Fetsetsa lesale setfahng se le seng ka letsatsi. Le fetise le na o le matsatsing.



4. Se ke wa eisa thobalano e sa sireletschhang ha lesale le le hodima setfaha sefe kapa sefe se **SESWEU**.
5. O ka eisa thobalano ha lesale le le hodima setfaha sefe kapa sefe se **SOOTHO**. O ka mna wa se be mmeleleng ka matsatsi ao.

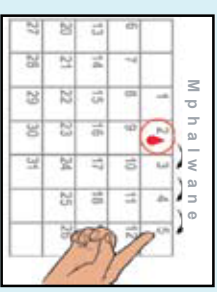


6. Isa lesale ho setfaha se **SEKGUBEDU** hape ha ho ya matsatsing ha hao ho qala. Tlodisa difaha tsohle tse setseng.

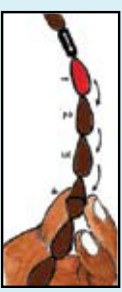
Ho ba jwang haeba o lebetse ho tlosa lesale?

Ho bohlokwa ho hopola ho fetisa lesale tsatsi le letsatsi. Ha o ka lebala ho fetisa lesale, latela melao ena.

1. Hlahloba khalendareng ya hao letsatsi la hao la ho qetele la ho ya matsatsing.



2. O qala ka letsatsi leo, bala palo ya matsatsi a fetileng o kenyeliditse letsatsi la kajeno.



3. Jwale, o qala ka setfaha se sekgubedu, bala palo e tshwanang ya difaha mme o behe lesale hodima setfaha sa kajeno.

Ke neng o ka ikopanyang le mofani wa hao wa tsa tihokomelo ya bophelo bo botle?

- ◆ Haeba o bile le thobalano e sa sireletschhang letsatsing la setfaha se **SESWEU**, kopana le yena.
- ◆ Haeba o nahana hore o ka mna wa ba mmeleleng ka hoba ha o a ya matsatsing, kopana le yena.
- ◆ Haeba o ya matsatsing pele o fihlela setfaha se **BOSOOTHO BO LEFIFI**, hona ho bolela hore cycle ya ha e ka tasa matsatsi a 26. Kopana le yena.
- ◆ Haeba ho ya matsatsing hwa hao ho sa qale **LETSATSI KAMORA** hoba o fihlele setfaha se **sootho sa ho qetele**, hona ho hlalosa hore cycle ya hao e telele ho feta matsatsi a 32. Kopana le yena.



Haeba ho feta ha nngwe ka selemo cycle ya hao e ka tasa matsatsi a 26 kapa e feta matsatsi a 32, CycleBeads HA DI NO o sebeletsa.

Hopola

Hore CycleBeads di o sebeletse:

- Cycle ya hao e tshwanetse ho ba pakeng tsa **bolelele ba matsatsi a 26 le 32**. Haeba ho feta ha nngwe ka selemo cycle ya hao e ka tasa matsatsi a 26 kapa e feta matsatsi a 32, CycleBeads **HA DI NO** o sebeletsa.
- Qala ho sebedisa CycleBeads letsatsi leo o qalang ho na matsatsing.
- Fetisa lesale tsatsi le leng le le leng.
- Se ke wa eisa thobalano e sa boikkehlang matsatsing a setfaha se **SESWEU**.

O ka mna wa hloka ho ema nakwana pele o sebedisa CycleBeads.

- ◆ Haeba o sa tswa ba le ngwana, kapa o a nyants'ha, bua le mofani wa hao wa tihokomelo ya bophelo bo botle pele o sebedisa CycleBeads.



- ◆ Haeba o sa tswa sebedisa mokgwa o mong wa tekanyo ya malapa, bua le mofani wa hao pele o sebedisa CycleBeads.

Kamora ho ba o be le ngwana, banyalani ba hloka ho sebedisa mokgwa wa kgetho ya bona dilemo tsa ka bang pedi pele ba leka ho ima hape.