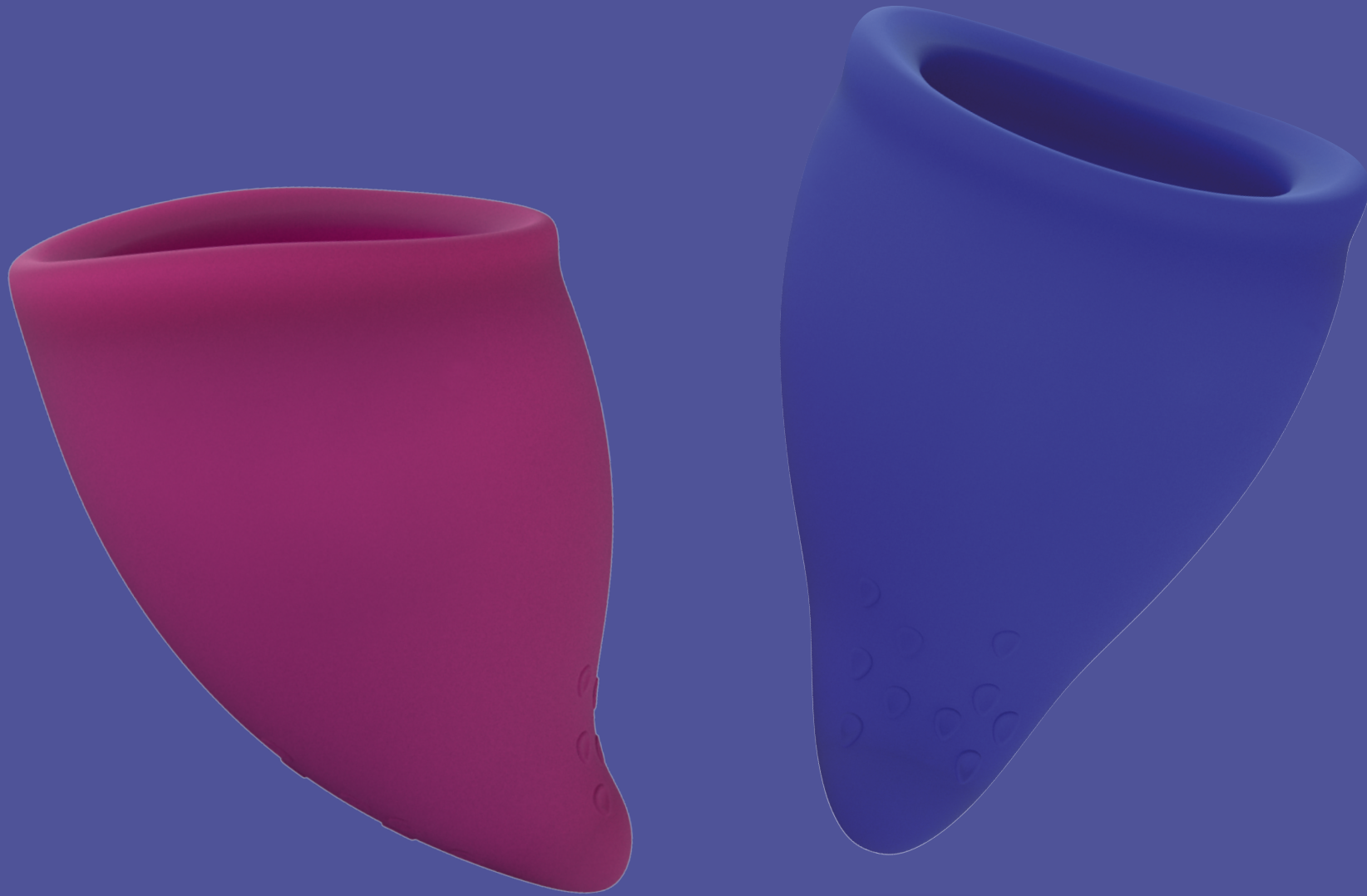


YOUR GUIDE FOR A BETTER PERIOD



FUN CUP

FUN CUP is a menstrual cup made of medical silicone and is only suitable for vaginal use. Please read the instructions for use and keep them as a reference. Learn about the medical risks associated with using menstrual products from your Healthcare Provider. Wash your hands thoroughly with a mild antibacterial soap and water before inserting or removing the FUN CUP. Boil the FUN CUP in tap water for at least 5 minutes before and between uses.

CLEANING

For initial use

1. Fill a small pot with tap water and bring to a boil. Submerge the FUN CUP completely into the boiling water for at least 5 minutes.
2. Empty the pot and let the cup return to room temperature.
3. Wash your hands thoroughly with warm water and a mild antibacterial soap. Hands should be dried well afterwards.
4. Rub the FUN CUP a little mild water-based, oil-free soap and rinse with tap water.
5. Dry off the cup using a clean lint-free towel. Now it is ready to insert.

For repeat usage

1. Wash your hands thoroughly with warm water and a mild antibacterial soap. Hands should be dried well afterwards.
2. Rub the FUN CUP a little mild water-based, oil-free soap and rinse with tap water.
3. Dry off the cup using a clean lint-free towel.
Now it is ready for re-insertion.

In between cycles

1. Wash your hands thoroughly with warm water and a mild antibacterial soap. Hands should be dried well afterwards.
2. Rub the FUN CUP a little mild water-based, oil-free soap and rinse with tap water.
3. Fill a small pot with tap water and bring to a boil. Submerge the FUN CUP completely into the boiling water for at least 5 minutes. Pay particular attention to the hard-to-reach holes they may require some extra cleaning.
4. Dry off the cup using a clean lint-free towel.
5. Store your FUN CUP in the bag provided. Check that the bag is clean and dry before storing. If needed clean the bag with tap water and a little mild soap then air dry.
6. Store the bag with products in a dry place that is protected from direct sunlight.



INSERTION

1. Wash your hands thoroughly with warm water and a mild antibacterial soap. Hands should be dried well afterwards
2. Before inserting the FUN CUP check for defects, surface film or foul odors. If your menstrual cup has any defects or foul odor, do not use it.
3. Fold the FUN CUP (C-fold or Pinch-fold) as diagrams illustrate.
4. Insert it into your vagina.

5. Push the FUN CUP in until you have overcome a natural resistance and then release.
6. The FUN CUP will then open covering your cervix. To create a vacuum-like seal twist the cup holding (either holding the sides or the firm silicone tip) while bearing down with your pelvic muscles. Give it a gentle tug to make sure it's created a seal. If it has, you should be able to feel a little resistance.



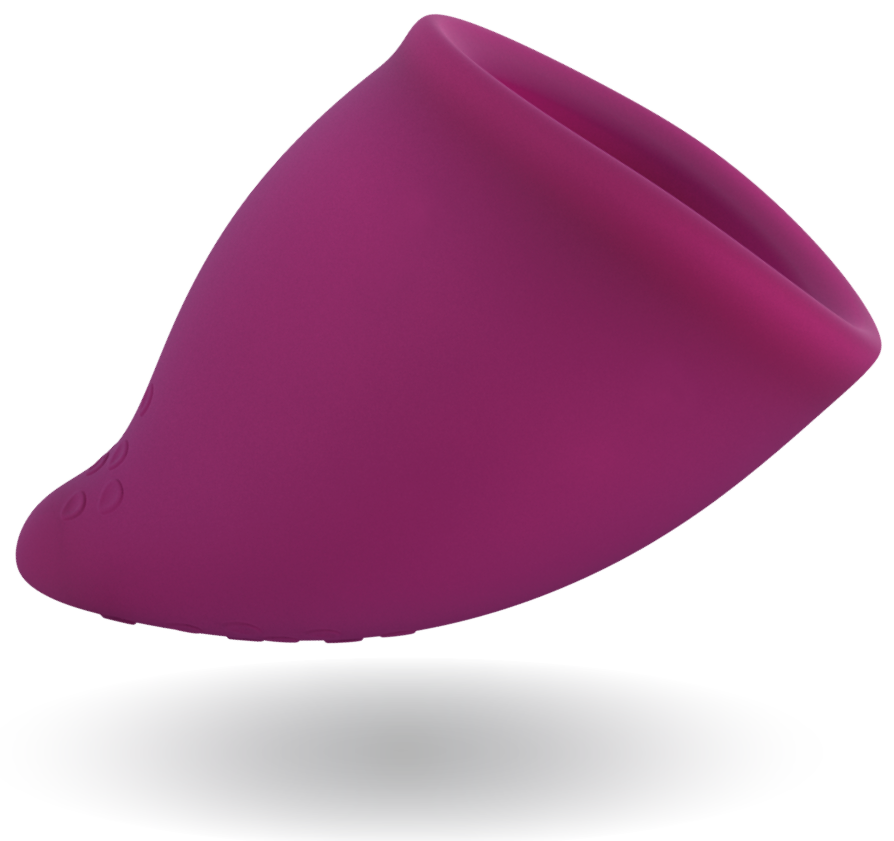
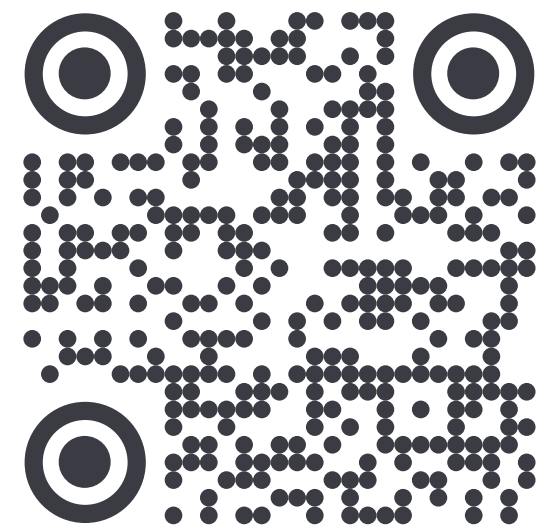
REMOVAL

1. Wash your hands with warm water and a mild antibacterial soap properly. Hands should be dried well afterwards.
2. We recommend removing the FUN CUP every 6 hours to empty and clean it properly. Should not be worn longer than 8 hours. Remove and clean more often if you have heavy periods.
3. Use your pelvic muscles to push the cup down, and then pinch it together with two fingers to release the seal or press a finger against the top of the FUN CUP to release the seal.
4. Carefully pull out the cup with the opening facing upwards and empty it into the toilet.
5. NEVER use a foreign object such as tweezers to remove the FUN CUP!

NOTABLE INFORMATION

- TSS (Toxic Shock Syndrome) is a very rare condition that can occur with menstrual products and can be fatal without treatment. Symptoms of TSS include sudden fever, chills, nausea, vomiting, muscle pain, drop in blood pressure, dizziness, and drowsiness. If the symptoms appear, remove the FUN CUP immediately and consult your Healthcare Provider. If TSS has already occurred or if there are injuries and infections in the genital area, the use of the FUN CUP and other inserted menstrual products is not recommended. We also recommend consulting your Healthcare Provider before using a menstrual product for the first time.
- Boil the FUN CUP in tap water for at least 5 minutes or discard the FUN CUP if it fell in a public toilet or toilet containing urine or feces.
- Don't use the FUN CUP at the time of a yeast or bacterial infection and consult your doctor if necessary.
- FUN CUP is for personal use only and should not be shared with other persons despite cleaning measures to avoid the transmission of germs.

For more languages, check:
www.FUNFACTORY.com/manuals



DEUTSCH

FUN CUP ist eine Menstruationstasse aus medizinischem Silikon und nur für den vaginalen Gebrauch geeignet. **Bitte lies die Gebrauchsanweisung und bewahre sie als Referenz auf.** Informiere dich bei der Person die dich medizinisch betreut über die Risiken, die mit der Verwendung von Menstruationsprodukten verbunden sind. Wasche deine Hände gründlich mit Wasser und Seife, bevor du den FUN CUP einführst oder entfernst. Koche den FUN CUP sowohl vor als auch zwischen den Anwendungen mindestens 5 Minuten lang in Wasser ab.

REINIGUNG:

Bei Erstgebrauch

1. Fülle einen (kleinen) Topf mit Leitungswasser und bringe es zum Kochen. Der FUN CUP sollte vollständig vom Wasser bedeckt sein und darin für mindestens 5 Minuten kochen.
2. Entleere den Topf und lasse die Menstruationstasse auf Zimmertemperatur abkühlen
3. Wasche deine Hände gründlich mit warmem Wasser und einer milden antibakteriellen Seife. Trockne sie anschließend gut ab.
4. Reibe den FUN CUP mit etwas milder, ölfreier Seife auf Wasserbasis ein und spüle ihn mit Leitungswasser ab.
5. Trockne den Becher mit einem sauberen, fusselfreien Handtuch ab. Jetzt ist er bereit zum Einsetzen.

Zur wiederholten Verwendung

1. Wasche deine Hände gründlich mit warmem Wasser und einer milden antibakteriellen Seife. Trockne sie anschließend gut ab.
2. Reibe den FUN CUP mit etwas milder, ölfreier Seife auf Wasserbasis ein und spüle ihn mit Leitungswasser ab.
3. Trockne die Menstruationstasse mit einem sauberen, fusselfreien Handtuch ab. Jetzt ist sie bereit zum Wiedereinsetzen.

Zwischen den Zyklen

1. Wasche deine Hände gründlich mit warmem Wasser und einer milden antibakteriellen Seife. Trockne sie anschließend gut ab.
2. Reibe den FUN CUP mit etwas milder, ölfreier Seife auf Wasserbasis ein und spüle ihn mit Leitungswasser ab.
3. Fülle einen (kleinen) Topf mit Leitungswasser und bringe es zum Kochen. Der FUN CUP sollte vollständig vom Wasser bedeckt sein und darin für mindestens 5 Minuten kochen. Achte besonders auf die schwerer zugänglichen Löcher, die möglicherweise eine zusätzliche Reinigung erfordern.
4. Trockne die Menstruationstasse mit einem sauberen, fusselfreien Handtuch ab.
5. Bewahre deinen FUN CUP in der mitgelieferten Tasche auf. Vergewissere dich, dass die Tasche sauber und trocken ist, bevor du deine Menstruationstasse darin aufbewahrst. (Reinige die Tasche bei Bedarf mit Leitungswasser und etwas milder Seife und lasse sie dann an der Luft trocknen).
6. Bewahre die Tasche mit den FUN CUPs an einem trockenen Ort auf, der vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt ist.

EINSETZEN:

1. Wasche deine Hände gründlich mit warmem Wasser und einer milden antibakteriellen Seife. Trockne sie anschließend gut ab.
2. Prüfe den FUN CUP vor dem Einsetzen auf Defekte, Oberflächenfilm oder üble Gerüche. Wenn deine Menstruationstasse einen Defekt oder üblen Geruch aufweist, darf er nicht verwendet werden.
3. Falte den FUN CUP wie in der Abbildung gezeigt.
4. Führe den FUN CUP in deine Vagina ein.
5. Schiebe den FUN CUP hinein, bis du einen natürlichen Widerstand überwunden hast und er bequem sitzt. Lasse ihn dann los.
6. Der FUN CUP öffnet sich dann und bedeckt deinen Gebärmutterhals. Um eine vakuumähnliche Abdichtung zu erzeugen, halte die Menstruationstasse an den Seiten oder an der Silikonspitze fest und drehe sie leicht. Drücke den Cup währenddessen mit deiner Beckenmuskulatur nach unten. Du willst wissen ob der FUN CUP so sitzt, dass er dicht ist? Prüfe dies, indem du leicht daran ziehst. Wenn du einen Widerstand spürst bedeutet das, dass der FUN CUP gut sitzt und dichthält.

HERAUSNEHMEN:

1. Wasche deine Hände gründlich mit warmem Wasser und einer milden antibakteriellen Seife. Trockne sie anschließend gut ab.
2. Wir empfehlen, den FUN CUP alle 6 Stunden zu entfernen, um ihn zu entleeren und zu reinigen. Er sollte nicht länger als 8 Stunden getragen werden. Bei starker Regelblutung kann es sein, dass du den Cup öfter herausnehmen und reinigen musst.
3. Benutze deine Beckenmuskulatur, um den FUN CUP nach unten zu drücken. Drücke ihn anschließend mit zwei Fingern zusammen, um das Vakuum zu lösen.

sen. Alternativ kannst du auch mit einem Finger gegen die Oberseite des FUN CUPs drücken.

4. Ziehe den Becher vorsichtig mit der Öffnung nach oben heraus und leere ihn in die Toilette aus. Verwende NIEMALS einen Fremdkörper wie eine Pinzette, um den FUN CUP zu entfernen!

WICHTIGE INFORMATIONEN:

- Das TSS (Toxisches Schocksyndrom) ist eine sehr seltene Erkrankung, die im Zusammenhang mit Menstruationsprodukten auftreten und ohne Behandlung tödlich sein kann. Zu den Symptomen von TSS gehören plötzliches Fieber, Schüttelfrost, Übelkeit, Erbrechen, Muskelschmerzen, Blutdruckabfall, Schwindel und Benommenheit. Wenn diese Symptome auftreten, entferne den FUN CUP sofort und wende dich an deinen/deine medizinische/n Betreuer/in. Wenn das TSS bereits bei dir aufgetreten ist oder, wenn Verletzungen oder Infektionen in deinem Genitalbereich vorliegen, wird die Verwendung des FUN CUPs und anderer einzuführenden Menstruationsprodukte nicht empfohlen. Wir empfehlen außerdem vor der erstmaligen Verwendung eines Menstruationsprodukts eine/n Arzt/Ärztin zu konsultieren.
- Koche den FUN CUP mindestens 5 Minuten lang in Leitungswasser ab oder entsorge den FUN CUP, wenn er in eine öffentliche Toilette oder eine Toilette mit Urin oder Fäkalien gefallen ist.
- Verwende den FUN CUP nicht, wenn du eine Hefe- oder Bakterieninfektion hast und konsultiere gegebenenfalls deinen Arzt/deine Ärztin.
- FUN CUP ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und sollte trotz Reinigungsmaßnahmen nicht mit anderen Personen geteilt werden, um die Übertragung von Keimen zu vermeiden.

FRANÇAIS

La FUN CUP est une coupe menstruelle en silicone médical, c'est un dispositif à usage interne vaginal. **Nous vous recommandons de lire attentivement son mode d'emploi et de le conserver.** Renseignez-vous auprès de votre médecin traitant sur les risques médicaux encourus, lors de son utilisation. Avant d'insérer ou de retirer la FUN CUP, lavez-vous soigneusement les mains avec un savon doux antibactérien. Avant et entre ses utilisations, faites bouillir la FUN CUP pendant 5 minutes.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN :

Pour la première utilisation :

1. Remplissez d'eau du robinet une petite casserole, portez à ébullition puis immergez complètement la FUN CUP dans l'eau bouillante pendant au moins 5 minutes.
2. Videz la casserole et attendez jusqu'à ce que la FUN CUP ait totalement refroidi.
3. Lavez vos mains à l'eau tiède avec un savon doux antibactérien puis séchez-les soigneusement.
4. Nettoyez la FUN CUP avec un savon doux (à base d'eau, sans huile), puis rincez la coupe menstruelle à l'eau du robinet.
5. Séchez la coupe menstruelle à l'aide d'une serviette propre qui ne peluche pas. La FUN CUP est prête à être insérée.

Pour un usage répété :

1. Lavez vos mains à l'eau tiède avec un savon doux antibactérien puis séchez-les soigneusement.
2. Nettoyez la FUN CUP avec un savon doux (à base d'eau, sans huile), puis rincez la coupe menstruelle à l'eau du robinet.
3. Séchez la coupe menstruelle à l'aide d'une serviette propre qui ne peluche pas. La FUN CUP est prête à être insérée.

Entre deux cycles :

1. Lavez vos mains à l'eau tiède avec un savon doux antibactérien puis séchez-les soigneusement.
2. Nettoyez la FUN CUP avec un savon doux (à base d'eau, sans huile), puis rincez la coupe menstruelle à l'eau du robinet.
3. Remplissez d'eau du robinet une petite casserole, portez à ébullition, puis immergez complètement la FUN CUP dans l'eau bouillante pendant au moins 5 minutes. Portez une attention particulière aux petits trous sous le bourrelet en haut de la coupe menstruelle, ils nécessitent un nettoyage supplémentaire.
4. Séchez la coupe menstruelle à l'aide d'une serviette propre qui ne peluche pas.
5. Rangez votre FUN CUP dans la pochette prévue à cet effet. Vérifiez que la pochette soit propre et sèche avant d'y insérer votre FUN CUP. Si c'est nécessaire, nettoyez la pochette de rangement à l'eau du robinet avec un savon doux, puis laissez-la sécher à l'air libre.
6. Rangez la FUN CUP dans sa pochette et disposez-la à l'abri de la lumière directe du soleil.

INSERTION :

1. Lavez vos mains à l'eau tiède avec un savon doux antibactérien puis séchez-les soigneusement.
2. Avant d'insérer la FUN CUP, prendre le temps de vérifier qu'il n'y ait pas de pellicules superficielles, de mauvaises odeurs, ou un quelconque défaut, si tel est le cas, ne l'utilisez pas.
3. Pliez la FUN CUP en C ou en pince comme indiqué sur les schémas.
4. Insérez la coupe menstruelle dans votre vagin.
5. Insérez la FUN CUP jusqu'à ce que vous sentiez avoir dépassé une résistance naturelle, puis écarter les doigts. La FUN CUP s'ouvre alors pour recouvrir le col de l'utérus. Aussi, afin de créer une étanchéité, tournez la coupe en la tenant soit par les côtés, soit par sa pointe en silicone ferme. Et pour être sûre que l'étanchéité ait bien été créée, tirez légèrement dessus, si c'est le cas, vous devriez sentir une petite résistance/adhérence.

RETRAIT :

1. Lavez vos mains à l'eau tiède avec un savon doux antibactérien puis séchez-les soigneusement.
2. Nous vous recommandons de retirer la FUN CUP toutes les 6 heures pour la vider et la nettoyer correctement. Elle ne doit pas être portée plus de 8 heures. Il faut la retirer et la nettoyer plus souvent si vous avez des règles abondantes.
3. Détendez au maximum les muscles du pelvien, puis passez deux doigts dans le vagin pour pincer la coupe menstruelle ou bien glisser un doigt le long de la FUN CUP jusqu'au bourrelet. Ces deux techniques permettent de faire rentrer de l'air pour effacer la résistance/adhérence du joint d'étanchéité créée lors de son insertion.

4. Retirez délicatement la coupe menstruelle en orientant l'ouverture vers le haut pour la vider dans les toilettes. Ne JAMAIS utiliser d'objet telle qu'une pince à épiler pour retirer la FUN CUP !

INFORMATIONS IMPORTANTES :

- Le syndrome du choc toxique, SCT est une affection très rare pouvant survenir au cours des règles lors d'utilisation de dispositifs vaginaux comme les tampons ou les coupes menstruelles. C'est une maladie aiguë grave pouvant être mortelle, si elle n'est pas traitée. Les symptômes du SCT : fièvre soudaine, frissons, nausées, vomissements, douleurs musculaires, chute de la tension artérielle, étourdissements et somnolence. Si l'un des symptômes apparaît, retirez immédiatement la coupe menstruelle et consultez votre médecin. Si vous avez déjà eu un SCT, des blessures ou des infections génitales, l'utilisation de dispositifs vaginaux n'est pas recommandée. Nous vous invitons également à consulter votre médecin avant d'utiliser un dispositif vaginal pour la première fois.
- Si la FUN CUP est tombée dans vos toilettes, portez à ébullition une casserole d'eau puis immergez complètement la FUN CUP dans l'eau bouillante pendant au moins 5 minutes. Si elle est tombée dans des toilettes publiques ou des toilettes contenant de l'urine ou des matières fécales, jetez-la.
- En cas d'infection, consultez votre médecin et n'utilisez aucun dispositif vaginal y compris la FUN CUP.
- La FUN CUP est réservée à un usage personnel et ne doit pas être partagée avec d'autres personnes même si vous avez pris toutes les mesures nécessaires afin d'éviter la transmission de germes.

FUN FACTORY Germany GmbH

Dortmunder Straße 34

28199 Bremen

www.FUNFACTORY.com



MC1
MC2