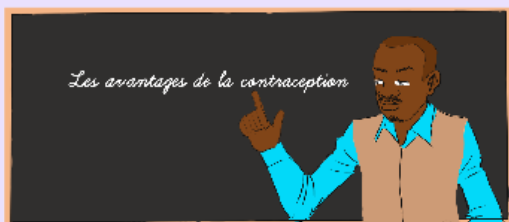


Quels sont les avantages de la contraception ?

- Eviter les grossesses précoces et non désirées
- Eviter de devenir père ou mère très tôt
- Eviter les IST (préservatifs)
- Permet de mieux planifier l'avenir (projets, études,...)



MESSAGE

Chers adolescents et jeunes, pour éviter les grossesses non désirées et mieux planifier notre avenir, fréquentons les centres de santé et ceux adaptés aux adolescents et jeunes pour avoir des informations sur la contraception.

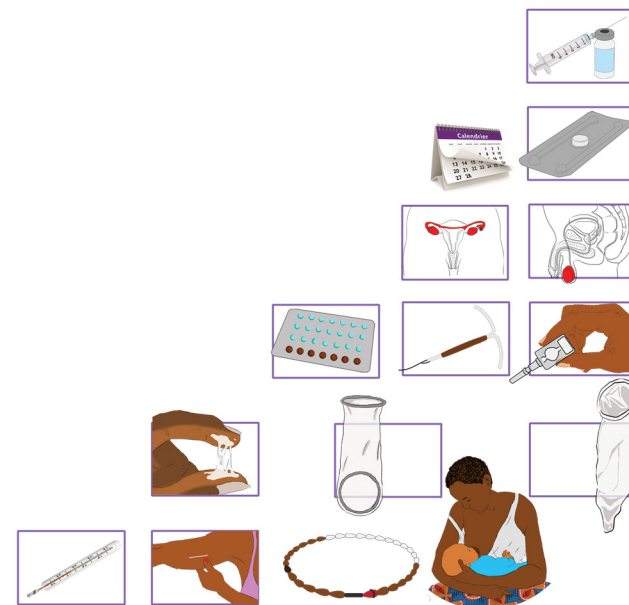
Pour les informations supplémentaires, appelons gratuitement le **155** de **Vodacom** jusqu'à 10 appels/mois

.....
ou **0810800000 / 0998003001**

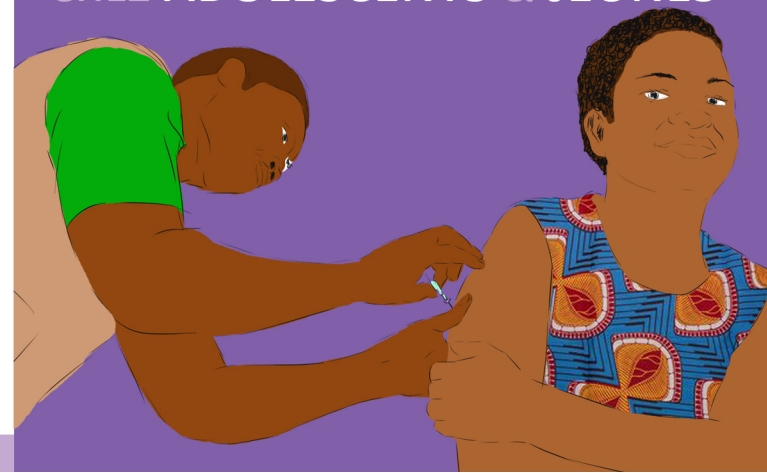
pour parler avec le conseiller de la Planification Familiale du Lundi au Vendredi de 8h à 16h30



République Démocratique du Congo
Ministère de la Santé Publique
Programme National de Santé de l'Adolescent



LA CONTRACEPTION CHEZ ADOLESCENTS & JEUNES



C'est quoi la Contraception ?

C'est l'ensemble des moyens qui permettent aux individus d'éviter la survenue d'une grossesse non désirée et d'avoir le nombre d'enfants voulus au moment voulu.

Quelles sont les différentes méthodes ?

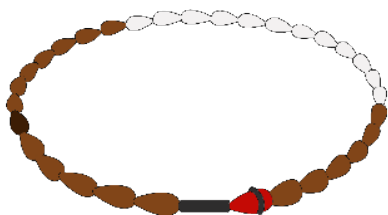
■ LE PRESERVATIF

C'est une membrane fine en caoutchouc que l'on place avant le rapport sexuel sur le pénis en érection pour l'homme ou dans le vagin pour la femme afin de recueillir le sperme dans le but d'empêcher une grossesse non-désirée



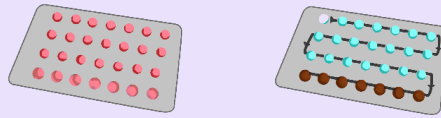
■ LE COLLIER DU CYCLE

Le collier de perles représente l'ensemble des jours du cycle menstruel. Les perles marrons marquent les jours de non-fécondité. L'unique perle rouge marque le début des règles. C'est une méthode naturelle recourant au comptage de jours fixes pour des femmes ayant un cycle entre 26 et 32 jours.



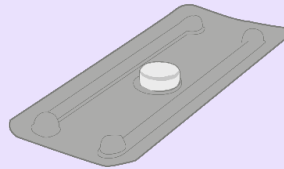
■ LA PILULE

Des comprimés à avaler tous les jours de façon continue pour une protection efficace



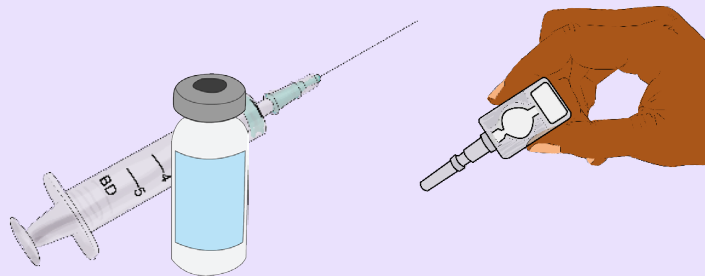
■ LA PILULE CONTRACEPTIVE D'URGENCE

C'est un comprimé contenant une hormone. Pris dans les 5 jours suivant tout rapport sexuel non-protégé, il permet d'éviter la survenue d'une grossesse non-désirée. **Plutôt elle est prise après le rapport sexuel, plus elle est efficace.** Elle n'agit que sur un seul rapport à la fois. Prévoyez une autre méthode de contraception pour tout rapport suivant



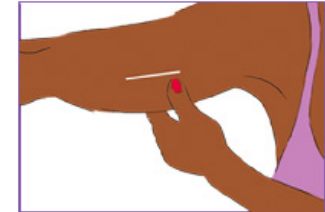
■ LES INJECTABLES

Chaque piqûre te met à l'abri des grossesses pour une durée de **3 mois**.



■ L'IMPLANT

Une fois placé dans le bras, il te protège contre les grossesses indésirables pendant une période de 3 à 5 ans selon le produit implanté. Tu peux le faire retirer quand tu veux pour retrouver ta fertilité.



■ LE STERILET ou DIU (Dispositif Intra-Utérin)

Après insertion, son efficacité contre la grossesse dure jusqu'à 10 ans. Tu peux le faire retirer quand tu veux pour retrouver ta fertilité.



■ LA STÉRILISATION CHIRURGICALE

La stérilisation chirurgicale est un moyen de contraception permanent pour les hommes (la vasectomie) et les femmes (la ligature des trompes) qui décident de ne plus vouloir d'enfants.

