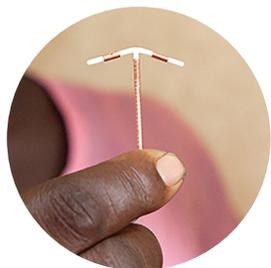


Aujourd'hui, on peut choisir parmi plusieurs méthodes de contraception.

Les méthodes réversibles de longue durée d'action, comme le DIU et l'implant, sont des méthodes très efficaces. Elles peuvent vous aider à réaliser vos rêves et à attendre avant d'avoir des enfants.



DIU  
(DISPOSITIF  
INTRA-UTÉRIN)

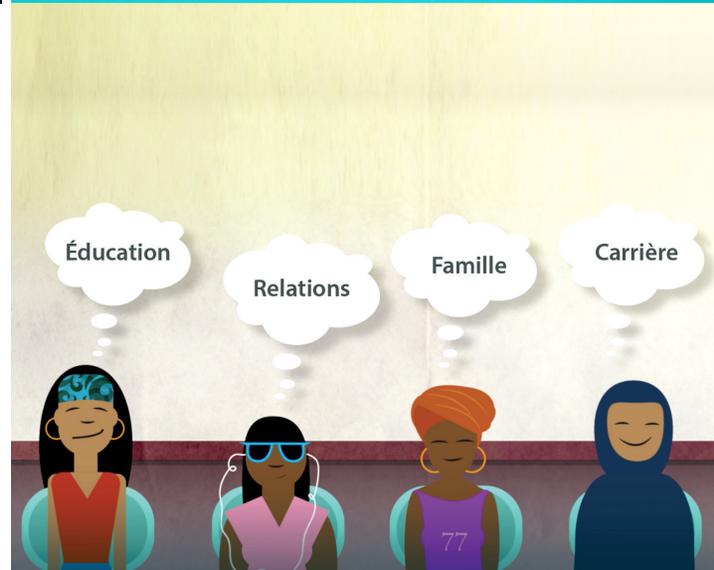


IMPLANT



Discutez avec  
un prestataire  
aujourd'hui

comment choisir la  
meilleure méthode  
contraceptive  
pour vous.



Considérez un  
DIU ou un Implant.

“Ma meilleure amie utilise l'implant. Elle est heureuse et elle n'a pas de soucis. Donc, je voudrais en savoir plus.”

Irene, 19 ans



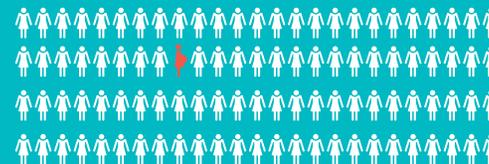
Pour en savoir plus, visiter:  
[www.healthcommcapacity.org/LARCS](http://www.healthcommcapacity.org/LARCS)





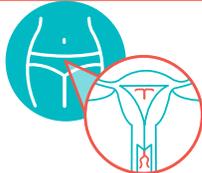
# Le DIU et l'implant sont les méthodes contraceptives **les plus efficaces.**

En utilisant un DIU ou un implant, **99%** des femmes sont protégées contre les grossesses non planifiées



## 6 raisons pour penser à le DIU ou l'implant :

- 1 **Sûr** pour les jeunes femmes et filles, même celles qui n'ont jamais eu d'enfants ou sont célibataires
- 2 **Efficace** pour prévenir les grossesses non planifiées
- 3 **Discret** — pas visible des autres
- 4 **Pratique** — pas de pilules quotidiennes, ni d'injections à planifier
- 5 **Retrait** lorsque vous êtes prête à tomber enceinte
- 6 **Longue durée** de protection contre la grossesse

|   | Qu'est-ce que c'est ?  | Qu'est-ce que ça fait ?   | Où est-il placé ?  | Peut-il être retiré ?  | A-t-il des effets secondaires ?   |
|---|--|---|--|--|---|
|  <p><b>DIU</b><br/>(Dispositif intra-utérin)<br/>Tels que "stérilet au cuivre"</p> | Un petit morceau de <b>plastique souple</b> en forme de T.                       | Il offre une protection contre la grossesse*, et reste là où il a été placé jusqu'à <b>12 ans</b> , selon le type de DIU.       |  <p>Il est soigneusement inséré dans l'<b>utérus</b> par un prestataire de santé qualifié</p> | <b>Oui.</b> Lorsque le DIU ou l'implant est retiré par un prestataire de santé qualifié, la femme peut devenir enceinte tout de suite. | Les effets secondaires sont communs, mais certaines femmes ne les ont pas. Ils ne sont pas un signe de maladie et sont souvent gérables. Discutez-en avec un prestataire pour en savoir plus. |
|  <p><b>Implant</b><br/>Tels que "NXT"</p>   | Une ou deux <b>petites tiges flexibles</b> , de la taille presque d'un allumette | Il offre une protection contre la grossesse*, et reste là où il a été placé jusqu'à <b>3 à 5 ans</b> , selon le type d'implant. |  <p>Il est soigneusement inséré sous le <b>bras</b> par un prestataire de santé qualifié</p> |  |   |

\* Le DIU et l'implant protègent contre la grossesse, mais ils ne protègent pas contre les IST ou le VIH. Un préservatif doit être utilisé avec un DIU ou un implant pour prévenir ces infections.



“Quand nous avons commencés à être ensemble, j'ai voulu quelque chose de facile à utiliser, alors j'ai choisi le DIU. Quand nous étions prêts, le prestataire de santé a retiré le DIU, et nous avons maintenant notre beau bébé.” *Fatima, 23 ans*