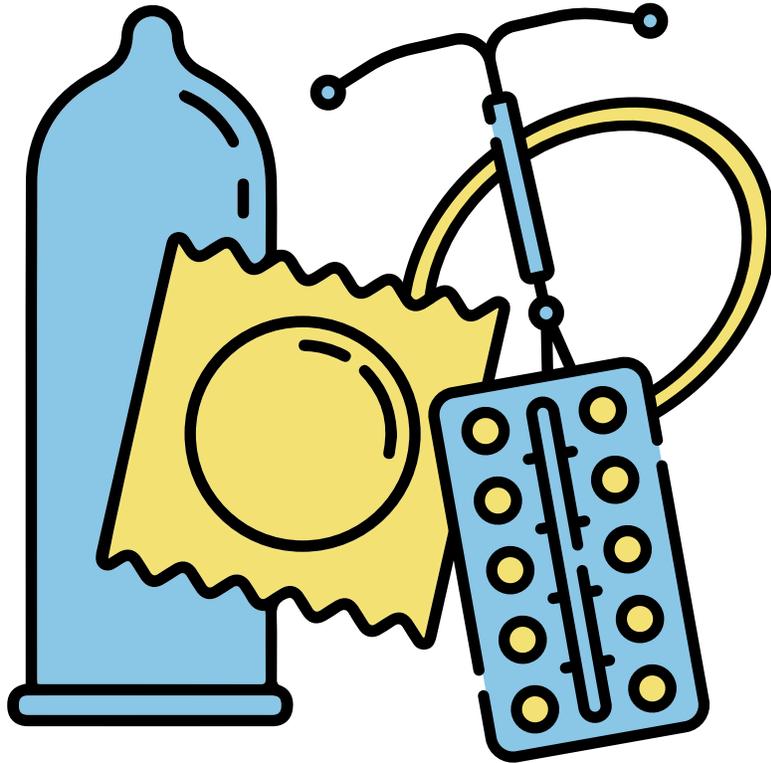
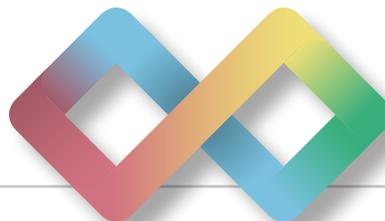


Méthodes contraceptives



Ce feuillet d'information parle de la prévention de la grossesse et des choix de contraception que tu peux faire si tu es actif(-ve) sexuellement.



Avec le financement de

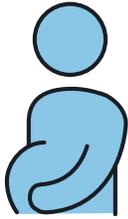


Santé
Canada Health
Canada

Les opinions exprimées ne représentent pas nécessairement celles de Santé Canada.

sieccan
Sex Information & Education Council of Canada
Conseil d'information & d'éducation sexuelles du Canada

Qu'est-ce que la grossesse?



La grossesse, c'est quand une personne qui a un utérus et des ovaires a un bébé qui grandit dans son ventre. Ça peut arriver quand une personne qui a un utérus et des ovaires a du sexe avec quelqu'un qui a un pénis et des testicules.

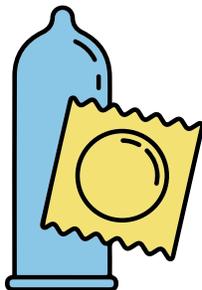
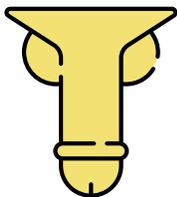
Qu'est-ce que la contraception?



Si toi et la personne avec qui tu as du sexe ne voulez pas de grossesse, il y a certaines choses que vous pouvez faire. On appelle ces choses « contraception » ou « contraceptifs ».

Options de contraception

Si tu as
un pénis



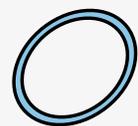
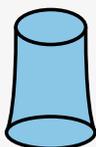
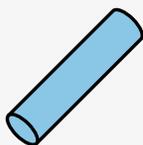
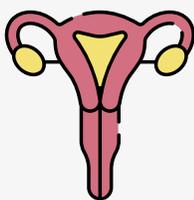
Tu peux porter un condom externe sur ton pénis à chaque fois que tu as du sexe. Le condom aidera aussi à te protéger, et à protéger la personne avec qui tu as du sexe, contre des infections transmissibles sexuellement (ITS).

Lis « [Prévention des infections transmissibles sexuellement \(ITS\) : Feuille d'information](#) » pour plus d'information sur l'utilisation du condom.



Options de contraception

Si tu as
un utérus
et des
ovaires



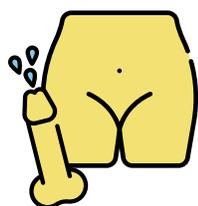
Tu peux demander à ton/ta médecin de te parler des options suivantes :

- **La pilule contraceptive** : une pilule que tu prends tous les jours
- **Le DIU (ou « stérilet »)** : un petit objet en forme de T que le/la médecin place dans ton utérus en passant par ton vagin
- **L'implant** : un petit objet que le/la médecin place sous la peau de ton bras
- **L'injection** : une piqûre que tu reçois tous les 3 mois
- **Le condom interne** : Lis « [Prévention des infections transmissibles sexuellement \(ITS\) : Feuille d'information](#) » pour plus d'information sur l'utilisation du condom interne



- **Le timbre** : un autocollant que tu colles sur ta fesse, ton bras, ton ventre ou ton dos
- **L'anneau** : un petit anneau que tu mets dans ton vagin

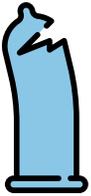
Il y a aussi d'autres options; tu peux en parler à ton/ta médecin.



Le « retrait », c'est quand la personne qui a un pénis se retire du vagin de l'autre personne avant d'éjaculer. L'éjaculation est quand il y a un liquide qui sort du pénis pendant le sexe. Le retrait réduit les chances de grossesse, mais il n'est pas aussi efficace que le condom ou les autres méthodes contraceptives décrites dans le tableau ci-dessus.

La pilule contraceptive d'urgence ou « Plan B »

La pilule contraceptive d'urgence ou « Plan B » est une pilule qu'une personne avec un utérus et des ovaires peut prendre pour ne pas devenir enceinte si l'une de ces situations arrive :



Le condom se déchire pendant le sexe alors que c'est le seul moyen de contraception utilisé.



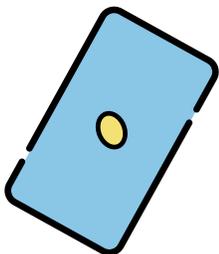
Aucun moyen de contraception n'est utilisé pendant une activité sexuelle **et** la personne qui a un pénis éjacule dans le vagin de l'autre personne.



Une personne avec un pénis agresse sexuellement une personne avec un utérus et des ovaires en insérant son pénis dans le vagin de l'autre personne **sans** porter de condom.

Une agression sexuelle est quand une personne force quelqu'un à avoir une activité sexuelle avec elle **sans** son consentement. Pour plus d'information sur l'agression sexuelle et sur les choses à faire si ça t'arrive, clique ici :

<https://findahelpline.com/ca/topics/sexual-abuse>.



Si une de ces choses arrive, la personne avec un utérus et des ovaires devrait prendre la pilule contraceptive d'urgence dès que possible si elle ne veut pas de grossesse.

La pilule contraceptive d'urgence fonctionne mieux si on la prend 1 à 3 jours après l'activité sexuelle. Il est possible de la prendre jusqu'à 5 jours après l'activité sexuelle.

Tu peux acheter la pilule contraceptive d'urgence à la pharmacie ou en obtenir dans une clinique ou chez le/la médecin.