



## Comment parler de contraception avec mon jeune ?

### QUE VIT MON JEUNE ?

L'adolescence est une période où certains jeunes commencent leur vie sexuelle. C'est aussi à cet âge que garçons et filles auront à réfléchir aux moyens de contraception à utiliser. Une relation sexuelle où il y a absence ou utilisation inadéquate de la contraception peut entraîner une grossesse. Dans un tel cas, vivre une interruption volontaire de grossesse (avortement) ou décider de devenir parent à l'adolescence sont des événements qui amènent des conséquences.

Mon jeune doit savoir que pour éviter une grossesse, des moyens de contraception sont disponibles (condom, pilule contraceptive, anneau vaginal, timbre contraceptif ou contraceptif injectable). Il est important qu'il sache où s'en procurer et comment bien les utiliser. De plus, mon soutien facilitera l'utilisation d'une méthode de contraception chez mon jeune.

#### Questions que les jeunes peuvent se poser

- Quelle méthode de contraception choisir ?
- Où dois-je aller pour me procurer la pilule contraceptive ?
- Ma copine prend la pilule : est-ce qu'on doit aussi utiliser un condom ?
- Est-ce que le médecin le dira à mes parents si j'utilise une méthode de contraception ?
- Nous n'avons pas utilisé le condom : quoi faire ?

### Importance de parler de contraception à mon jeune

En tant que parent, il est normal d'avoir des inquiétudes à aborder la contraception : craindre de l'inciter à avoir des relations sexuelles, craindre de lui donner la permission d'avoir des relations sexuelles ou trouver son enfant trop jeune. Il n'est pas facile d'accepter que son jeune est ou sera actif sexuellement.

Parler de contraception ne veut pas dire encourager son jeune à avoir des relations sexuelles. C'est plutôt lui montrer l'importance d'utiliser une méthode et le soutenir en ce sens. C'est aussi lui faire comprendre que la contraception est un outil qui permet d'avoir un enfant au moment désiré et dans des conditions souhaitées.

#### Saviez-vous que ?

- L'infirmière peut offrir aux filles une méthode de contraception à l'école ou au CLSC.
- Seul le condom protège des infections transmissibles sexuellement (ITS).
- La contraception orale d'urgence (pilule du lendemain) peut être prise jusqu'à 5 jours à la suite d'une relation sexuelle où il y a eu absence de contraception ou mauvaise utilisation de la contraception.

