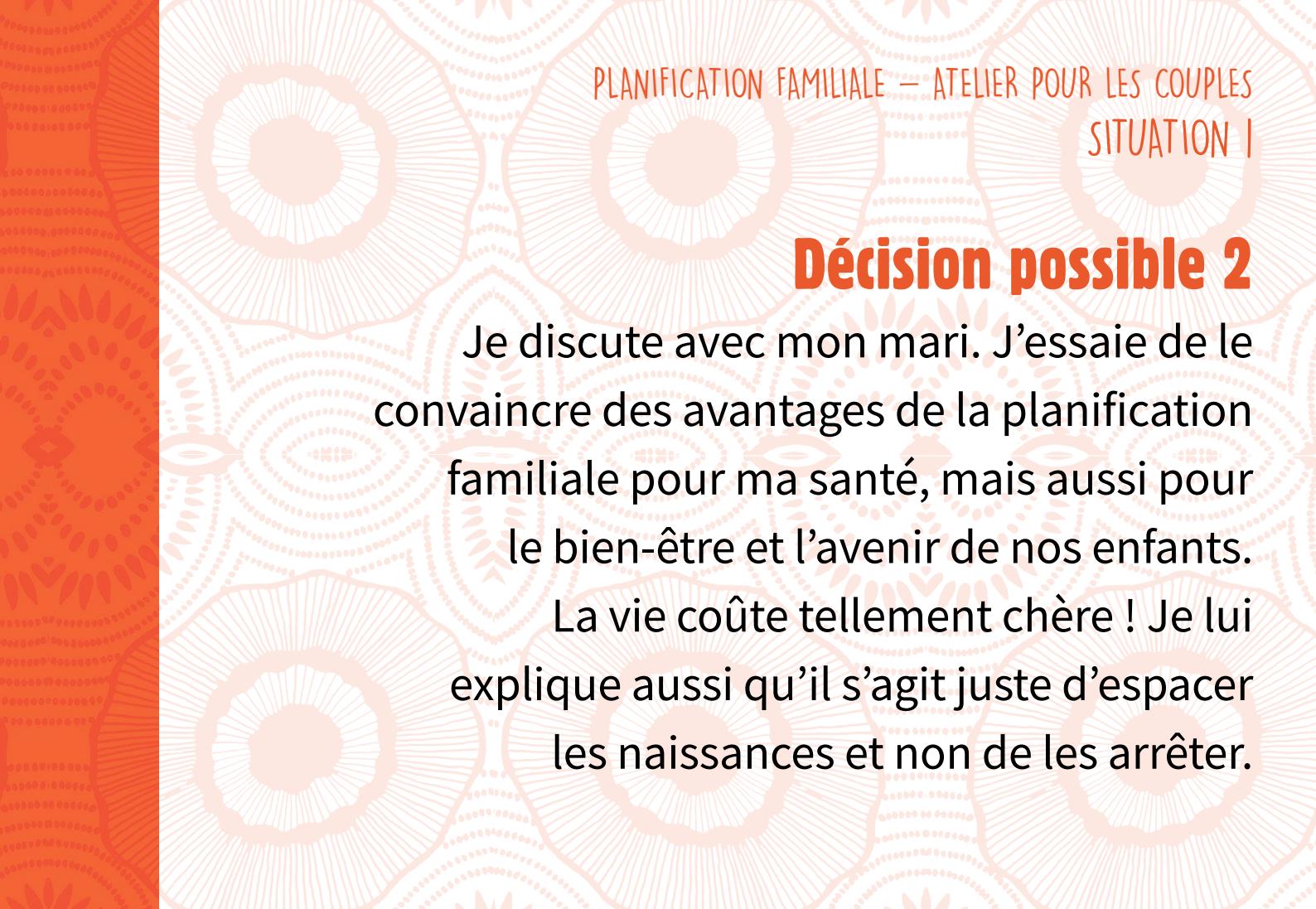


Décision possible 1

Je ne dis rien à mon mari, mais je vais au centre de santé en cachette pour me procurer une méthode de contraception. J'ai besoin de souffler un peu et je veux protéger ma santé et ma famille.

Conséquence possible 1

J'ai expliqué ma situation à la sage-femme. Elle m'a informée des avantages et effets secondaires de plusieurs méthodes contraceptives. J'ai choisi les injections car c'est discret et peu contraignant. Cela fait maintenant 2 ans. Je ne regrette pas mon choix, mais j'ai toujours peur que mon mari s'en aperçoive. J'espère que j'arriverai à lui en parler un jour.



PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES SITUATION 1

Décision possible 2

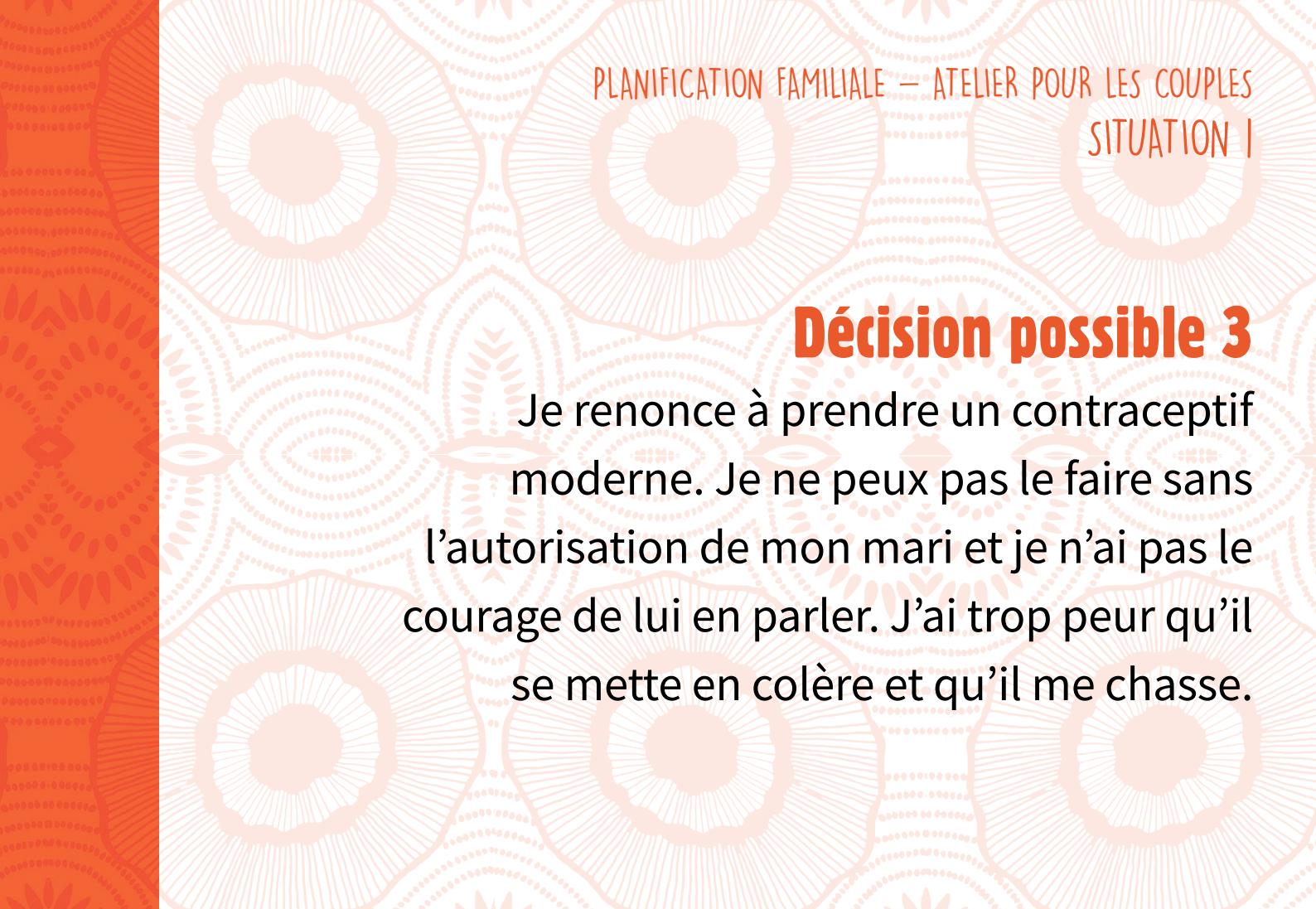
Je discute avec mon mari. J'essaie de le convaincre des avantages de la planification familiale pour ma santé, mais aussi pour le bien-être et l'avenir de nos enfants.

La vie coûte tellement chère ! Je lui explique aussi qu'il s'agit juste d'espacer les naissances et non de les arrêter.

Conséquence possible 2

Au début, mon mari était réticent. Il ne connaissait pas les risques des grossesses rapprochées et croyait que la contraception rendait stérile. Il a fini par comprendre que c'était un avantage pour notre famille et m'a soutenue.

Aujourd'hui, tous nos enfants sont scolarisés et nous avons des relations intimes plus agréables car je n'ai plus peur de tomber enceinte.



PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES SITUATION 1

Décision possible 3

Je renonce à prendre un contraceptif moderne. Je ne peux pas le faire sans l'autorisation de mon mari et je n'ai pas le courage de lui en parler. J'ai trop peur qu'il se mette en colère et qu'il me chasse.

Conséquence possible 3

Je suis retombée enceinte rapidement et j'ai eu 2 autres enfants. Mon sixième accouchement s'est mal passé. Le bébé est né trop tôt et il est très fragile. Je suis épuisée et je n'ai plus la force de m'occuper correctement de mes enfants.

PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES
SITUATION 2

Décision possible 1

Je me mets en colère et je lui dis que je n'accepterai jamais qu'elle utilise une contraception. Je veux beaucoup d'enfants. En plus, le contraceptif va l'encourager à aller voir d'autres hommes. Si elle en prend sans mon autorisation, je demanderai le divorce !

Conséquence possible 1

Ma femme a renoncé à utiliser une méthode de planification familiale. Elle est morte d'une hémorragie suite à l'accouchement de notre septième enfant. Aujourd'hui, seuls les 2 aînés peuvent aller à l'école et les récoltes ne suffisent plus à nourrir toute la famille.

Décision possible 2

J'accepte, mais je l'accompagne d'abord au centre de santé pour être rassuré sur les effets secondaires des contraceptifs. Ma femme pourra prendre une contraception pendant un temps... pour se reposer. Après, elle arrêtera pour que l'on puisse avoir d'autres enfants.

Conséquence possible 2

Cela fait 3 ans que ma femme prend un contraceptif et elle n'a pas eu d'effets secondaires.

Elle a repris son travail à la boutique et m'aide financièrement. Mais nous allons bientôt arrêter la contraception car nous avons décidé d'avoir un autre enfant... c'est notre choix à tous les deux !

PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES
SITUATION 2

Décision possible 3

Après plusieurs discussions, ma femme m'a convaincu. Je dois protéger sa santé et l'avenir de nos enfants. Je demande aussi au chef du village d'organiser des discussions sur la planification familiale au sein de la communauté afin d'encourager les familles à espacer les naissances.

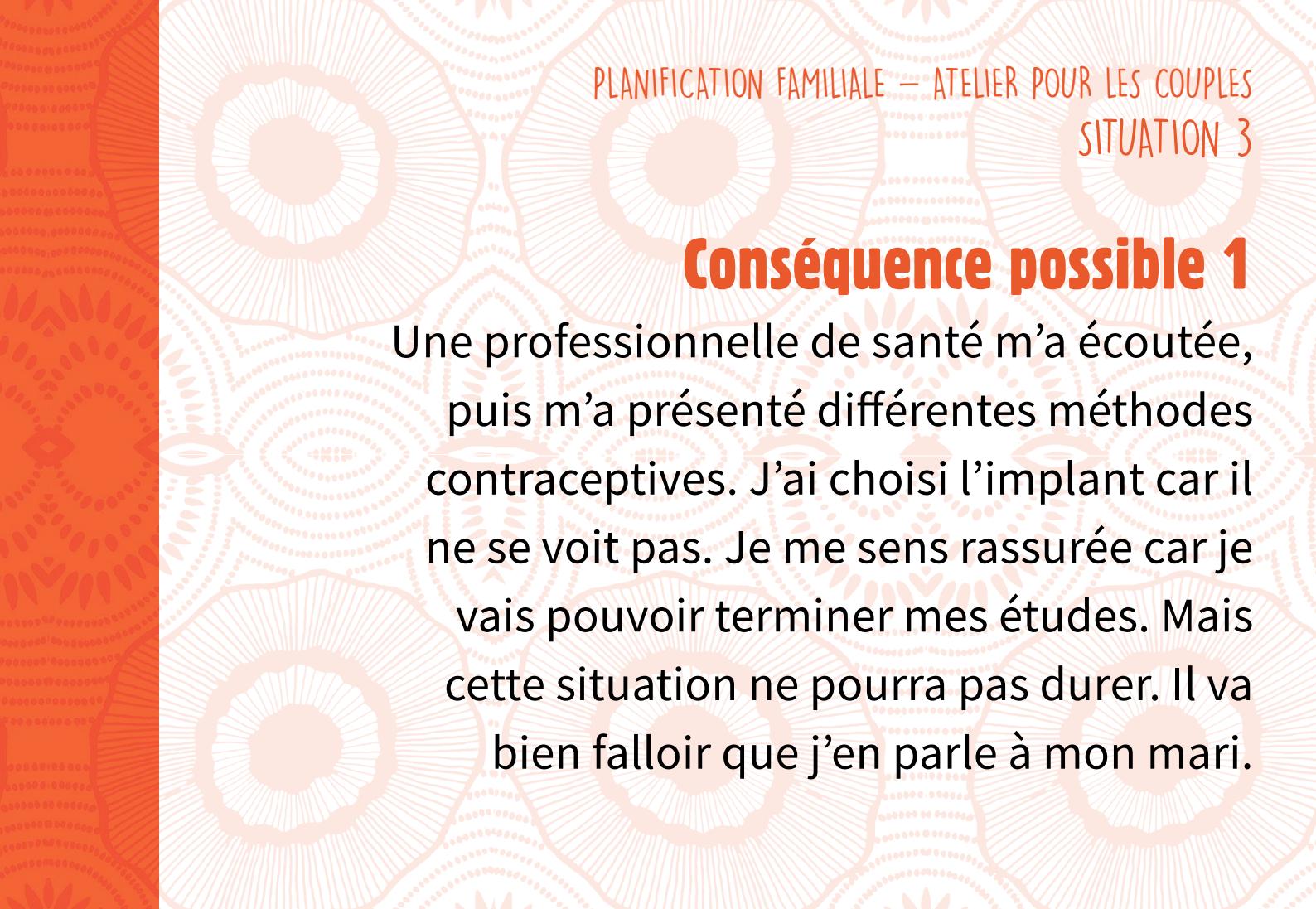
Conséquence possible 3

Depuis qu'elle prend une méthode contraceptive, ma femme n'est plus tombée enceinte. Elle est épanouie et nos enfants sont en bonne santé. Au village, les hommes sont désormais impliqués dans la promotion de la planification familiale. La mortalité des mères et des jeunes enfants a déjà commencé à baisser.

PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES
SITUATION 3

Décision possible 1

Je décide d'utiliser un moyen de contraception sans le dire à mon mari. Je me rends dans un centre de planification familiale pour expliquer ma situation et trouver de l'aide.



PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES SITUATION 3

Conséquence possible 1

Une professionnelle de santé m'a écoutée, puis m'a présenté différentes méthodes contraceptives. J'ai choisi l'implant car il ne se voit pas. Je me sens rassurée car je vais pouvoir terminer mes études. Mais cette situation ne pourra pas durer. Il va bien falloir que j'en parle à mon mari.

PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES
SITUATION 3

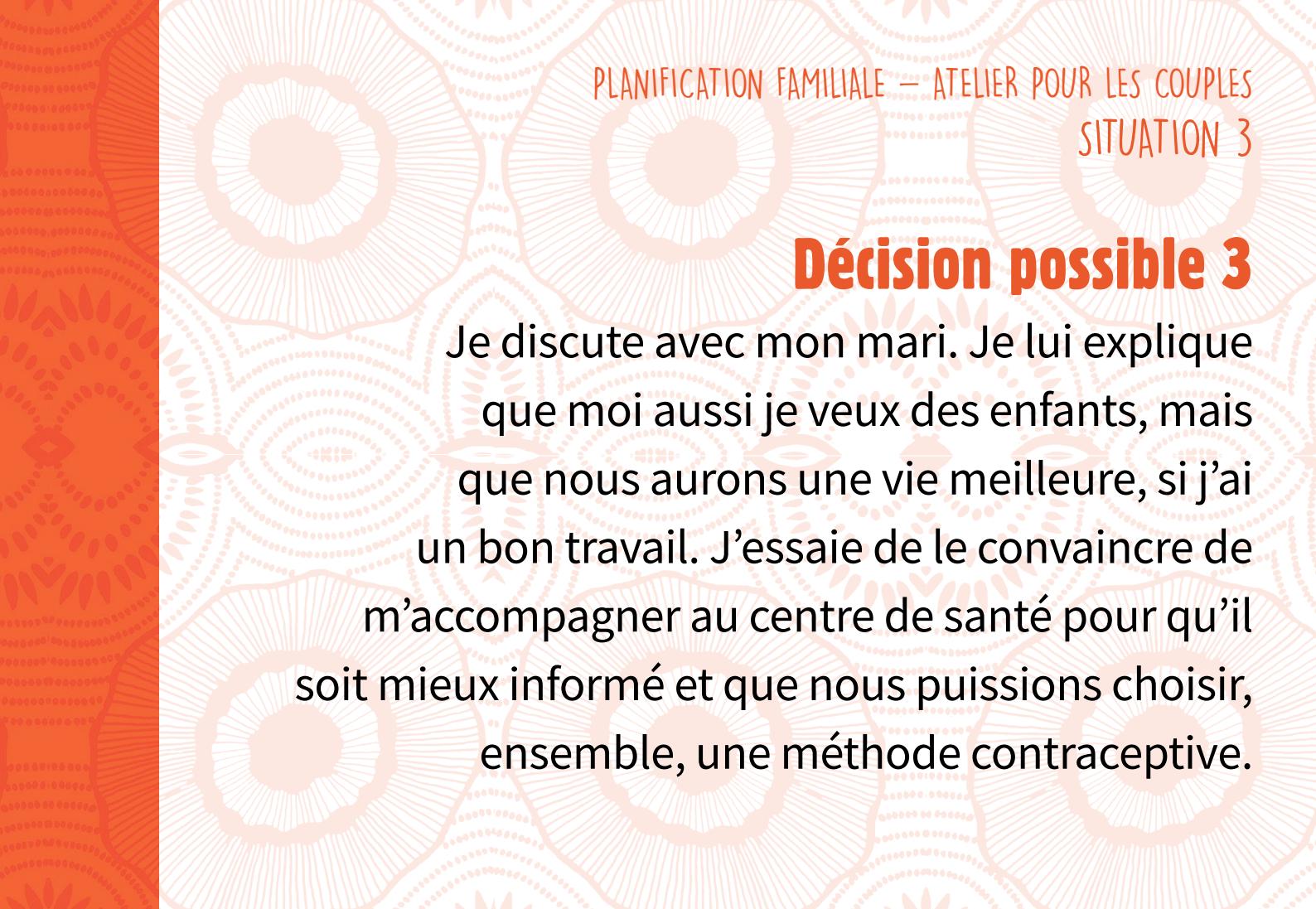
Décision possible 2

Je renonce à prendre un contraceptif car
j'aime mon mari et je ne veux pas le perdre.

PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES
SITUATION 3

Conséquence possible 2

J'ai eu un enfant très rapidement. J'ai dû arrêter mes études et renoncer à mes rêves. Aujourd'hui, je suis à nouveau enceinte et je ne peux pas travailler pour aider mon mari. Ce n'est pas la vie que j'avais imaginée.



PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES SITUATION 3

Décision possible 3

Je discute avec mon mari. Je lui explique que moi aussi je veux des enfants, mais que nous aurons une vie meilleure, si j'ai un bon travail. J'essaie de le convaincre de m'accompagner au centre de santé pour qu'il soit mieux informé et que nous puissions choisir, ensemble, une méthode contraceptive.

Conséquence possible 3

Cela n'a pas été facile, mais mon mari a accepté que je prenne une contraception pour retarder la naissance de notre premier enfant. Ce choix en commun nous a rapproché.

Aujourd'hui, je gagne bien ma vie et je suis prête à avoir des enfants. Je suis fière d'avoir pris en main mon destin et celui de mon foyer.

Décision possible 1

Nous décidons de ne pas utiliser de moyens de contraception pour le moment. De toute manière, une grossesse ne peut pas arriver dans les premiers mois qui suivent l'accouchement. Nous attendrons le retour des règles pour choisir un contraceptif.

PLANIFICATION FAMILIALE – ATELIER POUR LES COUPLES
SITUATION 4

Conséquence possible 1

4 mois seulement après l'accouchement, on nous a annoncé une nouvelle grossesse. Notre enfant est né beaucoup trop tôt et n'a pas survécu. Nous regrettons de ne pas nous être mieux renseigné·e·s sur la planification familiale.

Décision possible 2

Nous choisissons l'allaitement maternel car il permet d'empêcher les grossesses. Nous préférons utiliser une méthode naturelle ! En plus, il est déconseillé de prendre des contraceptifs pendant l'allaitement car c'est mauvais pour le lait et le bébé.

Conséquence possible 2

À la fin du 5ème mois, et malgré l'allaitement maternel, nous attendions un autre enfant. Nous ne savions pas que cette méthode n'est plus efficace quand le bébé commence à manger d'autres aliments et que les règles reviennent. Aujourd'hui, nous avons trois enfants en bas âge et le plus jeune est très fragile. Comment allons-nous faire ?

Décision possible 3

Nous demandons conseil à la sage-femme dès la première consultation post-natale.

Elle nous avait déjà présenté différentes méthodes contraceptives pendant le suivi de la grossesse. Nous lui précisons que nous souhaitons que notre enfant soit allaité au sein le plus longtemps possible.

Conséquence possible 3

La sage-femme nous a informé·e·s des avantages et des limites de la Méthode d'Allaitement Maternel et d'Aménorrhée (MAMA). Elle nous a aussi présenté les contraceptifs compatibles avec l'allaitement et nous a conseillé d'en choisir un tout de suite. Nous pourrons ainsi le débuter rapidement, si les conditions de la MAMA ne sont plus réunies. Notre enfant a maintenant 2 ans et nous avons décidé d'attendre encore un peu avant d'en avoir un troisième.