



## Une Nouvelle Méthode de Planification Familiale

### La Méthode des jours fixes



### Une Méthode pour nous aussi !!



République Rwandaise  
Ministère de la Santé



Institute for  
Reproductive Health  
Georgetown University  
AWARENESS RWANDA

- ❖ Une nouvelle méthode naturelle basée sur la fertilité de la femme.
- ❖ Une nouvelle méthode naturelle qui élargit la gamme des autres méthodes de Planification Familiale existantes.
- ❖ Une nouvelle méthode facile à comprendre, à enseigner et à utiliser.
- ❖ Une méthode naturelle indiquée pour les femmes ayant un cycle mensuel entre 26 et 32 jours.
- ❖ Une méthode naturelle pour les couples qui s'entendent bien.
- ❖ Une méthode pour les couples qui peuvent bien gérer la période fertile de la femme.
- ❖ Une méthode pour les couples qui ne sont pas à risque d'attraper les MST et le VIH/SIDA.

Pour tous renseignements complémentaire, n'hésitez pas à consulter le website: [www.irh.org](http://www.irh.org) ou appeler le projet AWARENESS  
Tél/Fax: 518894 Mobile: 08305268  
e-mail: [awarenessrda@rwanda1.com](mailto:awarenessrda@rwanda1.com)

### Une Méthode pour le Couple

La méthode implique l'homme dans la prise de décision de la planification familiale.



- ➔ Les deux partenaires décident ensemble d'utiliser la méthode
- ➔ Le collier aide les couples à communiquer pour savoir si la femme est dans un jour fertile ou pas.
- ➔ Le collier aide le couple à décider sur comment ils vont gérer la période fertile de la femme.

### Contribue au bien être familial



Une planification familiale décidée entre couple renforce le bonheur familial

L'implication et l'engagement de l'homme dans l'utilisation de la méthode du collier donne de bons résultats chez beaucoup de couples. L'efficacité de 95% a été prouvée.

### Facile à apprendre

La Méthode des Jours Fixes est facile à apprendre; 20 minutes suffisent pour en discuter de la méthode avec les amis

n'importe où vous êtes (centre de santé, maison, bar et cabaret, champs, ferme, lieu public).

