



# PLAN-B AVAILABLE

## YOUTH PRIDE HAS PLAN-B FOR FREE!

The pill is Levonorgestrel based from the brand 'Julie'. It is an emergency contraception or also known as 'the morning after pill'. There are many brands of morning after pills but they all work the same way. If you are in need of some, please ask a staff member and we will help you!



### HOW TO TAKE THE PILL

You should take the morning after pill as soon as possible after unprotected sex. It is recommended to take them within 3 days. The pill is effective 5 days after but loses efficacy every day you wait.



### IMPORTANT INFORMATION

The pill may not work for you if you weigh more than 165 pounds. If that's the case you can consider the emergency contraception named Ella, Ella requires a prescription from a provider. If you throw up within 2 hours of taking the pill it will not work and you should consider asking a doctor about taking another.



### SIDE EFFECTS

It is normal for your next period to be abnormal, come early or late, or have a different amount of blood flow than usual. You may feel dizzy or lightheaded. You may experience a headache, an upset stomach or tender breasts. Morning after pills are very safe to use and are not known to have any serious longterm effects.

The morning after pills are usually available to buy over the counter. It does not matter how old you are, no identification documents should be needed. This medicine can range from \$40-\$50 and sometimes will be kept behind the counter. If you have any question don't hesitate to ask Youth Pride staff.



# PLAN-B DISPONIBLE

## YOUTH PRIDE TIENE PLAN-B ¡GRATIS!

La pastilla es a base de levonorgestrel de la marca "Julie". Es un anticonceptivo de emergencia o también conocido como "la pastilla del día después". Hay muchas marcas de 'pastillas del día después', pero todas funcionan igual. Si necesita una, pregunte al algún empleado de Youth Pride.



### CÓMO TOMAR LA PASTILLA

Debes tomar la 'pastilla del día después' lo antes posible después de haber tenido relaciones sexuales sin protección. Se recomienda tomarlas en un periodo de 3 días. La pastilla es efectiva 5 días después, pero pierde eficacia cada día que esperas.



### INFORMACIÓN IMPORTANTE

La pastilla puede no funcionar si pesas más de 165 libras. Si ese es el caso puedes considerar la anticoncepción de emergencia llamada Ella, Ella necesita receta de un médico. Si vomitas dentro de las 2 horas de haber tomado la pastilla, no funcionará y considera tomar otra.



### EFECTOS SECUNDARIOS

Es normal que su próxima menstruación sea anormal, que llegue antes o después de lo normal y que tenga flujo sanguíneo impredecible. Puede sentirse mareada o aturdida. Puedes experimentar dolor de cabeza, dolor de estómago o sensibilidad en los senos. Las 'pastillas del día después' son muy seguras y no se conocen efectos graves a largo término.

La mayoría de las 'pastillas del día después' se pueden comprar sin receta. No importa la edad, y no se necesita ningún tipo de identificación. Pueden costar entre 40 y 50 dólares y a veces se guardan detrás del contador. Si tienes alguna pregunta no dudes en preguntar a los empleados de Youth Pride.



# HAS THE MORNING AFTER PILL

Youth Pride is now offering Julie, a Levonorgestrel based 'morning after pill' similar to Plan-b. This emergency contraception is available to anyone who needs one for free!

## **Who do I have to ask?**

Just ask a YPI staff member during drop-in hours or email [info@youthprideri.org](mailto:info@youthprideri.org)

## **Important information about Julie**

Julie, the morning after pill is not the same thing as an 'abortion pill'. It is most effective taken as soon as possible after unprotected sex- within 3 days, but can be taken up to 5 days after. Julie loses efficacy everyday you wait to take it. Julie becomes less effective over 165 lbs.

YPI staff is available to discuss other options.



# TIENE LA PASTILLA DEL DÍA DESPUÉS

Youth Pride ofrece ahora Julie, una " pastilla del día después " a base de Levonorgestrel, similar al Plan-b. Este anticonceptivo de emergencia es gratis para quien lo necesite.

## **¿A quién tengo que preguntar?**

Sólo tienes que preguntar a un empleado de YPI durante las horas de visita o enviar un correo electrónico a [info@youthprideri.org](mailto:info@youthprideri.org).

## **Información importante sobre Julie**

Julie, la pastilla del día después no es lo mismo que una "píldora abortiva". Es más eficaz si se toma lo más pronto posible después de mantener relaciones sexuales sin protección, en un plazo de 3 días, pero puede tomarse hasta 5 días después.

Julie pierde eficacia cada día que esperas para tomarla. Julie se vuelve menos eficaz con más de 165 libras.

El empleados de YPI está disponible para discutir otras opciones.