

La contraception c'est la liberté

Description : film d'animation sur la sexualité et la contraception.

Les participant.e.s sont invité.e.s à discuter sur l'utilité de la contraception et les fausses idées.

Type de support : film d'animation de 1 minute 30

Public : adolescent.e ou jeune adulte en situation de handicap

Thématique principale : sexualités et contraception - vie affective et sexuelle

Editeur : ANCIC

Date : 2021

FICHE DESCRIPTIVE

Pré requis

L'animateur doit s'adapter au niveau de compréhension du groupe ou de la personne.

Expliquer ce qu'est un rapport sexuel.

Expliciter les situations à risque de grossesse.

Comprendre la nécessité d'une contraception si désir de rapport sexuel sans volonté de grossesse.

Être au clair avec ses propres représentations sur « la meilleure contraception » pour les personnes en situation de handicap, passer du « c'est le meilleur pour toi » à « je t'informe et tu choisis la meilleure contraception pour toi ».

Utilisation

En groupe avec animateur.trice.s ou en individuel.

Professionnel.le.s intervenant dans le champ de la sexualité et de la contraception : personnels de santé, infirmier.ères scolaires et professeur.e.s des collèges et lycées, animateur.trice.s ou éducateur.rice.s, moniteur.rice.s, aides-médicaux psychologiques (AMP), étudiant.e.s en santé dans le cadre du service sanitaire.

Inciter les personnes qui regardent la vidéo à dire stop quand ils ont l'impression de pas bien comprendre, cela permettra à l'intervenant d'explicitier, d'interpeller le groupe et de susciter un débat. Leur permettre d'intervenir directement si une séquence les interpelle.

Objectifs pédagogiques de l'outil

- La sexualité participe à l'épanouissement de l'individu.
- La sexualité est un droit pour toutes et tous.
- La contraception contribue à l'épanouissement de la sexualité.
- Ne pas être stigmatisé ni par sa contraception ni par sa sexualité.
- A partir des idées reçues faire réfléchir les jeunes et les rendre plus autonomes sur la contraception.
- On ne peut pas toujours tout contrôler dans la sexualité.
- Égalité et respect dans la relation, prendre soin de soi et de l'autre.

Thèmes abordés par l'outil

- La rencontre, les premières fois (rencontres, émois, sms, restaurants, baisers, rencontre sexuelle...).
- Contraception et sexualité.
- La contraception libère la sexualité du risque de grossesse.
- Avoir une contraception ce n'est pas forcément avoir une sexualité débridée mais c'est être responsable.
- Différentes contraceptions disponibles.
- Égalité et respect dans la relation.
- Education au plaisir et à la rencontre de l'autre.

Compétences psychosociales à mobiliser chez les jeunes/ adultes en situation de handicap

S'autoriser à penser à la sexualité et à en discuter.

Matériel

Pour le film :

- Clé USB/Ordinateur
- Projecteur/écran

Pour le débat :

- Des échantillons des différents modes de contraception
- Un support pour pose de préservatifs masculins et féminins
- Et des préservatifs à disposition
- Schémas anatomiques des corps féminin et masculin (planches sagittales, supports en 3D ou pictogrammes à adapter en fonction du public)

Consignes

- Préparation de l'intervention en amont avec la structure d'accueil.
- Film à utiliser en début ou en cours d'intervention en fonction de la dynamique du groupe.
- Bonne connaissance du sujet par l'intervenant.e. et de la spécificité du public.
- Savoir dire parfois que l'on ne sait pas.
- Connaître les lieux ressources (CPEF, lieu de vente et distribution des préservatifs gratuits ...) et les sites internet à conseiller aux participant.e.s.
- Connaître les lieux ressources spécifiques (centre de ressources handicap sexualité et parentalité, maisons départementales du handicap ...).

Avantages et limites de l'outil

Avantages :

- Présentation ludique des thèmes du débat.
 - Libération de la parole.
- Travail sur les représentations et les idées reçues.
- Évocation des différentes méthodes de contraception.

Limites :

- Nécessité de connaissances solides de l'animateur.trice sur la contraception ses avantages et ses inconvénients.
 - Prise en compte des spécificités des publics en situation de handicap.
- Capacité à animer en questionnant les représentations et les stéréotypes.
- Savoir gérer un groupe (conflits, excitation, mutisme, violence, agitation...).

Outils complémentaires

Les 5 autres films ANCIC de la série, adaptés à un public en situation de handicap :

- Film d'introduction : « La contraception c'est utile ! »
- Homme et contraception : « La contraception c'est pour les filles et les garçons ! »
- Choix et contraception : « Ma contraception je la choisis ! »
- Efficacité et contraception : « La contraception ça marche ! »
- Risques et contraception : « La contraception il y a peu de risque ! »

Les sites de références :

Santé Publique France :

<http://www.onsexprime.fr>

<https://www.choisirscontraception.fr>

<https://www.santepubliquefrance.fr/docs/handicap-mental-et-vie-affective-et-sexuelle>

<https://www.santepubliquefrance.fr/l-info-accessible-a-tous/vie-affective-et-sexuelle>

Fiche HAS « Contraception chez la femme adulte et l'adolescente en âge de procréer »

https://www.has-sante.fr/jcms/c_1752542/fr/contraception-chez-la-femme-adulte-en-age-de-procreer-hors-post-partum-et-post-ivg

L'éducation à la sexualité dans les écoles, les collèges et les lycées / circulaire n°2003-027 du 17 février 2013 http://circulaires.legifrance.gouv.fr/pdf/2009/04/cir_1837.pdf

Assurance Maladie « Contraception : dispositifs de remboursement »

<https://www.ameli.fr/assure/remboursements/rembourse/contraception-ivg/contraception>

Fil santé jeunes :

<https://www.filsantejeunes.com>

Le CRIPS :

<https://www.lecrips-idf.net>

Planning Familial :

<https://www.planning-familial.org/fr>

Programme Handicap-et-alors :

<https://www.planning-familial.org/fr/handicap-et-alors-257>

Parlons sexualité sans être jugée : site, chat, mail, numéro vert

<https://www.parlons-sexualites.fr/>

Centre ressources handicaps et Sexualités (CERHES) :

<https://cerhes.org>

VAS

<https://vas-handicap.fr/le-programme-vie-affective-et-sexuelle-handicap/boite-a-outils>

Vie affective et sexuelle et handicap (VAS) :

<https://vas-handicap.fr/>

Stratégie nationale santé sexuelle 2017 2030 :

https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/strategie_nationale_sante_sexuelle.pdf

Secrétariat au Handicap conférence Nationale du handicap

<https://handicap.gouv.fr/le-secretariat-d-etat/acteurs/comite-interministeriel-du-handicap-cih/la-conference-nationale-du-handicap/article/les-propositions-de-la-cnh-le-11-fevrier-2>

Page de l'ANCIC (Association Nationale des Centres d'IVG et de Contraception) :

<https://www.ancic.asso.fr>

Sclera: pictogrammes

<https://www.sclera.be/fr/vzw/home>

CONSEILS D'UTILISATION

Contexte

La sexualité est un droit fondamental inaliénable qui n'a pas à être autorisé ou interdit.

La sexualité des personnes en situation de handicap est difficile à penser et à accepter par les familles, les institutions et les professionnels.

Beaucoup d'idées reçues sont véhiculées sur la sexualité des jeunes en situation de handicap (cachée, inexistante, interdite, débridée ou risquée).

Il existe une diversité des pratiques sexuelles.

Les violences et les abus sexuels sont plus fréquentes envers les personnes en situation de handicap

les contenus pornographiques, facilement accessibles sur internet véhiculent des stéréotypes sur la sexualité, montrent des images fictives des pratiques sexuelles, abordent très rarement la question de la contraception.

Selon les spécificités du handicap l'accès à l'information sur la sexualité et la contraception peut être moins facile.

On ne peut imposer une contraception définitive.

Thèmes pouvant être abordés lors du débat

- La rencontre, la séduction, la relation affective, amoureuse, la relation sexuelle.
- La sexualité recherche réciproque du plaisir – les diverses pratiques sexuelles.
- Tout acte sexuel doit être consenti par les différents partenaires.
- Les orientations sexuelles, il n’y a pas de norme dans la sexualité sauf le respect de soi et de l’autre et le consentement, dans le cadre de la loi.
- La virginité.
- La pornographie est une fiction, une construction basée sur des rapports de domination ne reflétant pas la sexualité dans la vraie vie.
- On peut avoir une sexualité pleine de fantaisies avec une diversité des pratiques sexuelles mais dans le respect de soi et de l’autre.
- Les violences sexuelles.
- La contraception est liée à la sexualité, à la relation, la sexualité fait partie de la vie.
- La contraception ce n’est pas qu’une histoire de filles.
- Se protéger d’une grossesse et des IST c’est se respecter et respecter ses partenaires.

Informations clés à faire passer

- La sexualité est un droit fondamental pour toutes et tous, y compris pour les personnes en situation de handicap.
- Savoir dire non et savoir dire ce que l’on veut.
- La sexualité c’est le respect de soi et de l’autre.
- Avoir une contraception, c’est faire preuve de responsabilité.
- Faire le point sur ses connaissances en matière de contraception et les réactualiser en se référant à des sources fiables ou savoir trouver une personne ressource bienveillante.

- Choisir sa contraception en fonction de sa sexualité et de ses préférences : une contraception adaptée, acceptée et bien utilisée est plus efficace.
- Tout contact hétérosexuel non protégé expose à une grossesse, quel que soit le jour du cycle, y compris sans pénétration et pendant les règles.

Documents à mettre à disposition des jeunes

- Plaquettes d'information sur la contraception et sur la sexualité, adaptées selon le handicap.

Vous pouvez vous les procurer à Santé publique France, au Planning Familial, au CRIPS, dans les PMI et les CPEF...

- Liste des CPEF (Centre de Planification et d'Education Familiale) de proximité (sur internet).

“Réalisé avec le soutien financier de la Direction Générale de la Santé, de Santé Publique France et du Ministère en charge de l'égalité entre les femmes et les hommes, de la diversité et de l'égalité des chances”