



La contraception il y a peu de risques !

Description : film d'animation sur les risques de la contraception.

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

Les participant.e.s sont également invité.e.s à s'interroger sur la fiabilité des informations.

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

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

Thématique principale : Risques et contraception - vie affective et sexuelle

Editeur : ANCIC

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.

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.rice.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'expliciter, d'interpeller le groupe et de susciter un débat. Leur permettre d'intervenir directement si une séquence les interpelle.

Objectifs pédagogiques de l'outil

- Des éventuelles contre-indications aux méthodes de contraception sont à évaluer avec le professionnel de santé.
- Différencier les risques graves (rarissimes mais qui existent), des effets secondaires et des idées fausses.
- Rassurer les jeunes sur les contraceptions médicalisées.
- Les participant.e.s sont invité.e.s à discuter sur l'utilité de la contraception et les idées fausses.
- Il n'y a pas de bon ou de mauvais moyen contraceptif, mais un contraceptif adapté à chacun.e en fonction de sa santé.

Thèmes abordés par l'outil

- Nécessité d'une contraception efficace si on a une sexualité et pas envie d'avoir d'enfant.
- Risques de tous les médicaments.
- Risques graves, effets secondaires et idées fausses sur la contraception.
- Les effets bénéfiques de la contraception.

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

Réfléchir sur ses choix / Savoir et oser exprimer ses envies / Avoir une pensée critique

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
- Utilisation possible avant ou pendant une consultation de contraception
- Bonne connaissance du sujet par l'intervenant.e et de la spécificité du public
- Accepter parfois de dire que l'on ne sait pas
- Connaître les lieux ressources sur la contraception (CPEF, lieu de vente et distribution des préservatifs gratuits, institutions accueillant des personnes en situation de handicap) 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 sur les risques des contraceptifs.
- Évocation des différentes méthodes de contraception.

Limites :

- Nécessité de connaissances solides de l'animateur-riche 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 ! »
- Sexualité et contraception : « La contraception : c'est plus de liberté ! »

Les sites de références :

Santé Publique France :

<http://www.onsexprime.fr>

<https://www.choisirsacontraception.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.

On ne peut pas imposer une contraception sans le consentement de l'intéressé.e.

Il existe une défiance vis-à-vis de la contraception hormonale, vis-à-vis de tous les médicaments, de l'industrie pharmaceutique et du corps médical.

Les risques de la contraception hormonale sont bien connus des professionnel.le.s mais la population reste mal informée.

Les informations proposées sur les forums et réseaux sociaux mélangent les risques réels, les effets secondaires et les idées fausses sur la contraception.

On ne peut imposer une contraception définitive.

Thèmes pouvant être abordés lors du débat

- Choisir d'avoir ou pas un rapport sexuel, dire non est aussi un choix, notion de consentement.
- Droit au secret et à l'intimité.
- Les risques de la contraception orale.
- Les risques graves mais très rares.
- Les effets secondaires bénins mais gênants.
- Les idées fausses sur la contraception.
- Les risques et effets secondaires des autres moyens de contraception (DIU, implants, injections, préservatifs, ...).
- Les contraceptions définitives féminine et masculine.
- Le lien sur sexualité/contraception : la contraception c'est pour ne pas avoir d'enfant, si on a des rapports hétérosexuels sans désir d'enfant, il faut une contraception.
- Trouver une personne bienveillante pour être accompagné dans ses choix et ses démarches.

Informations clés à faire passer

- La sexualité est un droit fondamental pour toutes et tous, y compris pour les personnes en situation de handicap.
- La contraception a plus d'avantages que d'inconvénients.
- Elle ne doit pas être imposée.
- La fertilité est à son maximum chez les jeunes, une contraception est nécessaire si on a des rapports hétérosexuels et qu'on ne désire pas d'enfants.
- 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”