

CHOISIR SA CONTRACEPTION



Kit de mobilisation

**QUELLE SERA
VOTRE POSITION ?**

2014 / 2015



Sommaire

Introduction : Qu'est ce que la FAGE	4
1. L'enjeu de la prévention auprès des jeunes	5
1.1. Des questions d'actualité	
1.2. Une norme contraceptive française mais une diversité de moyens de contraception	
1.3. Les solutions d'urgence en cas de problème	
1.4. Un rôle à jouer pour les associations étudiantes	
2. Passer à l'action	11
2.1. Quand se mobiliser ?	
2.2. Comment se mobiliser ?	
2.3. Les outils de la FAGE	
3. Réussir son action	17
3.1. Rédiger sa fiche projet	
3.2. Etablir un rétroplanning	
3.3. Savoir s'entourer : bénévoles, partenaires et experts – les acteurs incontournables	
3.4. Communiquer efficacement	
3.5. Gérer la logistique	
3.6. Animer un groupe	
3.7. Dresser un bilan : en termes de visibilité, de sensibilisation et de satisfaction	
4. Des fiches pratiques pour vous aider	24
4.1. La fiche projet à compléter	
4.2. Le lien vers les sites « experts »	
4.3. La procédure à suivre pour recevoir le jeu Dialogue en tête-à-tête	
4.4. La fiche bilan de l'action	
5. Lexique	29
6. Documentations pour en savoir plus	31
7. Notes utiles	33
8. En partenariat avec	35

Introduction



Qu'est-ce que la FAGE ?

La Fédération des associations générales étudiantes – FAGE – est la plus importante organisation de jeunes en France. Fondée en 1989, elle assure son fonctionnement sur la démocratie participative et regroupe près de 2000 associations et syndicats, soit environ 300 000 étudiants.

Un réseau national

29 fédérations de ville

19 fédérations nationales de filière

2 000 associations étudiantes

300 000 étudiants

adhérents à une association membre de la FAGE

La FAGE a pour but de garantir l'égalité des chances de réussite dans le système éducatif. C'est pourquoi elle agit pour l'amélioration constante des conditions de vie et d'études des jeunes en déployant des activités dans le champ de la représentation et de la défense des droits. En gérant des services et des œuvres répondant aux besoins sociaux, elle est également actrice de l'innovation sociale.

La FAGE est reconnue organisation étudiante représentative par le ministère en charge de l'enseignement supérieur. Indépendante des partis, des syndicats de salariés et des mutuelles étudiantes, elle base ses actions sur une démarche militante, humaniste et pragmatique. Partie prenante de l'économie sociale et solidaire, elle est par ailleurs agréée jeunesse et éducation populaire par le ministère en charge de la jeunesse.

A travers la FAGE, les jeunes trouvent un formidable outil citoyen pour débattre, entreprendre des projets et prendre des responsabilités dans la société.

1. L'enjeu de la prévention auprès des jeunes

« Donner la liberté paraît simple. Or celle-ci n'est qu'une illusion si l'on n'assure pas en même temps les conditions de son exercice pour tous, à commencer par les plus humbles, sans pour autant risquer d'apporter des troubles tant pour la société dans laquelle nous vivons que pour ceux qui la composent. C'est un pas considérable vers une nécessaire amélioration des conditions d'existence de la femme, laquelle a supporté seule, jusqu'à présent, tout le poids de la fécondité. »

Extrait du discours du député Lucien NEUWIRTH, le 1^{er} juillet 1967, pendant les débats à l'Assemblée Nationale autour de la légalisation des moyens de contraception.

1.1. Des questions d'actualité¹

Quelques chiffres clés pour expliquer la situation actuelle :

- **Plus de 91 % des Françaises sexuellement actives âgées de 15 à 24 ans déclarent employer une méthode contraceptive.**
- **2 / 3 des grossesses non prévues ont lieu sous contraception.**
- **Près d'1/5 femmes déclare avoir changé de méthode contraceptive depuis le débat médiatique de 2013 sur les pilules de 3^{ème} et 4^{ème} génération.**
- **Le recours aux méthodes naturelles** (comme les rapports sexuels hors périodes de fécondabilité) **a augmenté** de 3,4 points entre 2010 et 2013. Ce chiffre s'élève à 4 points chez les 20 – 24 ans.
- Les pilules de 3^{ème} et 4^{ème} génération ont vu leur utilisation baisser de 9 points entre 2010 et 2013. Cette baisse atteint 21 points chez les 25 / 29 ans et 16 points chez les 20 / 24 ans.
- Le recours au DIU (Dispositif Intra Utérin ou stérilet) a augmenté de 3 points chez les femmes de 20 à 24 ans et de 8 points chez celles âgées de 25 à 29 ans, entre 2010 et 2013.
- **La couverture contraceptive est moins efficace chez les personnes en situation de précarité.**
- Seules 46 % des jeunes utilisatrices de pilule en situation financière difficile sont totalement remboursées pour leur contraception.

1.2. Une norme contraceptive française mais une diversité de moyens de contraception

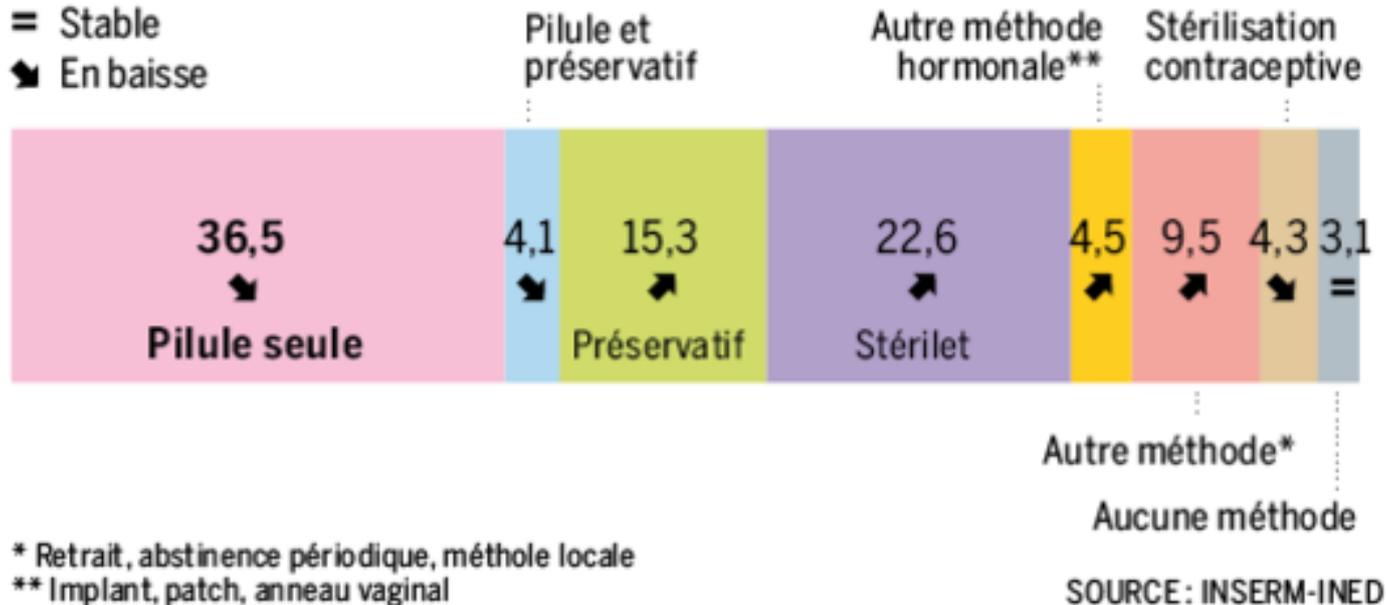
En France, la norme contraceptive se traduit par un **recours important au préservatif en début de vie sexuelle**, **l'utilisation de la pilule dès que la vie sexuelle se régularise** et le **recours au Dispositif Intra Utérin quand les couples hétérosexuels ont eu le nombre d'enfants qu'ils désiraient.**

¹ Sources des chiffres : Population et Société, La crise de la pilule en France : vers un nouveau modèle contraceptif ?, n°511, mai 2014.

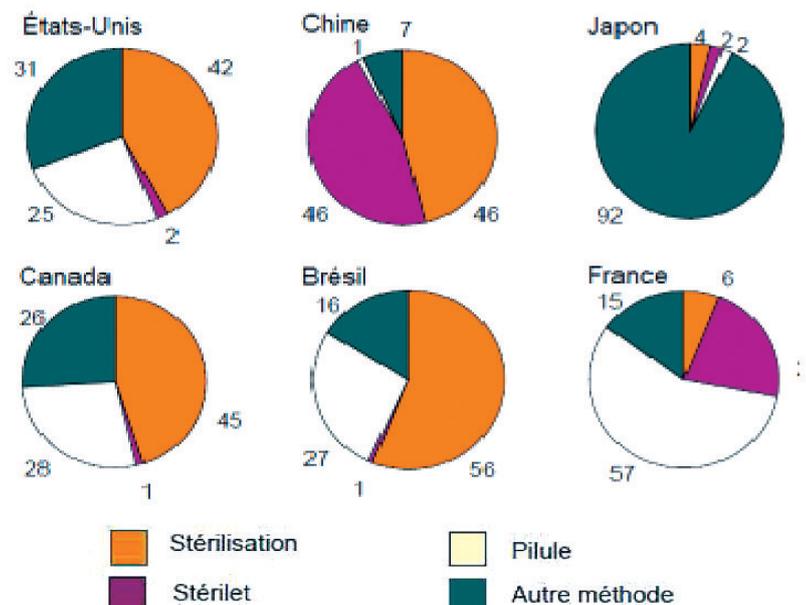
MÉTHODES DE CONTRACEPTION UTILISÉES EN FRANCE en 2013, en % des femmes

Evolution depuis 2010

- ↗ En hausse
- = Stable
- ↘ En baisse



Toutefois le débat de 2013 sur les pilules de 3^{ème} et 4^{ème} génération a contribué à une diversification des pratiques contraceptives, même si aujourd'hui encore la pilule reste la méthode la plus prépondérante contrairement à d'autres pays (cf. encadré ci-contre). La Haute Autorité de Santé (HAS) a souhaité souligner en mai 2013 l'importance du libre choix de la personne concernée afin que soit prise **avec le prescripteur (médecin, gynécologue ou sage-femme)** la décision la plus adaptée à son profil.

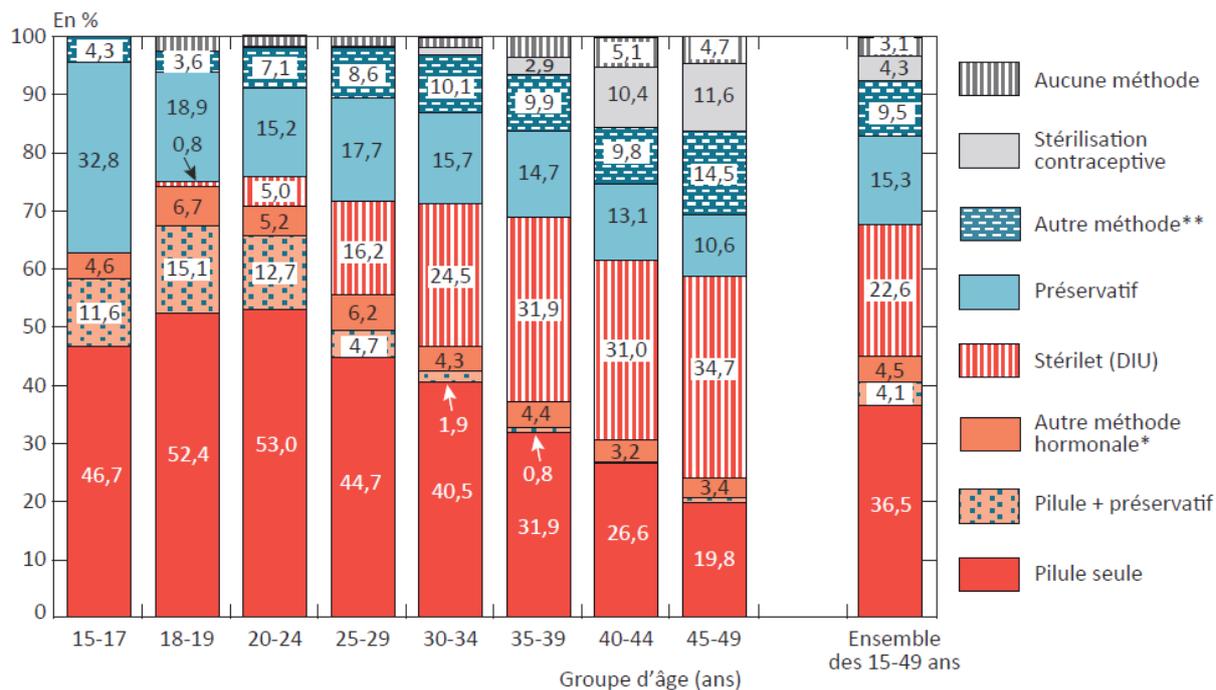


Source INED (2010), d'après ONU (2009)

En 2013, parmi la tranche d'âge des 20 – 24 ans :

- 15,2 % des femmes utilisaient le préservatif (masculin ou féminin)
- 7,1 % avaient recours aux méthodes naturelles (retrait, abstinence périodique, méthode locale)
- 5,2 % recouraient à une autre méthode contraceptive hormonale (implant, patch, anneau vaginal)
- 5 % s'étaient fait poser un DIU

Méthodes de contraception utilisées en France en 2013 selon l'âge des femmes



* Implant, patch, anneau vaginal

**Retrait, abstinence périodique, méthode locale

(N. Bajos et al., *Population & Sociétés*, n° 511, Ined, mai 2014)

Source : Enquête *Fécond* (2013), Inserm-Ined.

Champ : femmes de 15-49 ans vivant en France métropolitaine, ni stériles, ni enceintes, ayant des rapports hétérosexuels et ne voulant pas d'enfant (soit 75 % de l'ensemble des femmes de 15-49 ans).

Zoom : les méthodes contraceptives avant et / ou pendant un rapport sexuel

	Dispositif Intra Utérin (DIU)	Il en existe deux types : au cuivre ou au lévonorgestrel. Le DIU (auparavant appelé « stérilet ») est placé dans l'utérus par un médecin ou une sage-femme. La pose dure quelques minutes. Il peut être enlevé par le médecin ou la sage-femme dès que la femme le désire. Il est efficace de 4 à 10 ans, selon le modèle. Il a une longue durée d'action et permet d'avoir l'esprit tranquille.
	Pilule contraceptive	Un comprimé à prendre quotidiennement et à heure régulière pendant 21 jours ou 28 jours, selon le type de pilule. Il en existe deux types : les pilules combinées oestroprogestatives qui contiennent deux hormones et les pilules progestatives qui n'en contiennent qu'une. Les pilules oestroprogestatives sont classées selon la génération du progestatif. Le type de génération privilégié sera envisagé avec le professionnel de santé consulté.
	Patch contraceptif	Un patch à coller soi-même sur la peau une fois par semaine et à renouveler chaque semaine, pendant 3 semaines. Durant la 4 ^{ème} semaine, on ne met pas de patch, mais on est tout de même protégé. L'arrêt provoque l'apparition des règles. Le patch est une méthode oestroprogestative car il contient deux types d'hormones : un oestroprogestatif et un progestatif. Son opportunité sera envisagée avec le professionnel de santé consulté.
	Implant contraceptif	Un bâtonnet cylindrique de 4 cm de long et de 2 mm de large inséré sous la peau du bras, sous anesthésie locale. La pose dure quelques minutes. Il peut être retiré par un médecin ou une sage-femme dès que la femme le désire. L'implant peut être laissé en place pendant 3 ans. L'implant est une méthode contraceptive hormonale.
	Anneau vaginal	Un anneau souple à placer soi-même dans le vagin, simplement, comme un tampon. On le laisse en place pendant 3 semaines. Au début de la 4 ^{ème} semaine, on enlève l'anneau soi-même, ce qui provoque l'apparition des règles. On est protégé même pendant la période d'arrêt. Il permet de bénéficier d'une contraception efficace sans y penser pendant 3 semaines. L'anneau vaginal est une méthode oestroprogestative car il contient deux types d'hormones : un oestroprogestatif et un progestatif. Son opportunité sera envisagée avec le professionnel de santé consulté.
	Diaphragme et Spermicide	Le diaphragme est une coupelle en silicone ou en latex que l'on place soi-même dans le vagin. Cela empêche le passage des spermatozoïdes. Un diaphragme peut être posé au moment du rapport sexuel, mais aussi quelques heures avant. Il est important de le garder pendant 8 heures après le rapport. Il est réutilisable. Le diaphragme s'utilise associé à un spermicide qui se présente sous forme de gel ou d'ovule. Le spermicide se place également dans le vagin quelques minutes avant chaque rapport et détruit les spermatozoïdes.
	Préservatif masculin	En latex ou en polyuréthane, il se déroule sur le pénis en érection et retient le sperme. Après l'éjaculation et avant la fin de l'érection, il faut enlever le préservatif, s'assurer que le liquide reste à l'intérieur, puis faire un noeud et le jeter à la poubelle. Le préservatif doit être changé à chaque rapport sexuel. Un gel lubrifiant peut être associé à son utilisation. Avec le préservatif féminin, c'est le seul moyen de contraception qui protège également du VIH et de la plupart des autres Infections Sexuellement Transmissibles (IST).
	Préservatif féminin	Gaine en nitrile ou en polyuréthane munie d'un anneau souple aux deux extrémités qui se place dans le vagin. Il peut être mis en place plusieurs heures avant le rapport sexuel. Le préservatif doit être changé à chaque rapport sexuel. Avec le préservatif masculin, c'est le seul moyen de contraception qui protège du VIH et de la plupart des autres Infections Sexuellement Transmissibles (IST).
	Retrait	L'homme se retire du vagin de sa partenaire avant d'avoir éjaculé. Si l'éjaculation n'a pas lieu dans le vagin (ni juste à l'entrée du vagin), il ne peut pas y avoir de grossesse, car les spermatozoïdes ne peuvent pas entrer dans l'utérus.
	Les autres méthodes naturelles	On qualifie de « naturelles » toutes les méthodes qui visent à identifier la période de l'ovulation de manière à éviter d'avoir des rapports sexuels féconds à ce moment-là. Il s'agit aussi bien d'identifier les jours fertiles qui précèdent et suivent l'ovulation à l'aide d'un calendrier, que les jours d'ovulation où la température du corps de la femme est légèrement plus élevée, ou la modification des glaires cervicales à l'approche de l'ovulation. Il est aussi possible d'estimer la période d'ovulation à l'aide d'appareil électronique.
	Progestatif injectable	Un progestatif de synthèse (médroxyprogestérone) est injecté par piqûre intramusculaire tous les trois mois. Pendant 12 semaines, le produit assure une contraception constante. Les injections doivent être faites à intervalles réguliers par un médecin, une infirmière ou une sage-femme. Le progestatif injectable est une méthode contraceptive hormonale.
	Contraception définitive	Cette méthode peut être envisagée chez des personnes majeures, hommes ou femmes. Elle provoque une stérilité considérée comme définitive. L'intervention doit résulter d'une décision personnelle et se déroule dans un établissement de santé.

Point info : l'efficacité théorique et l'efficacité en vie réelle

Il existe un écart entre l'efficacité théorique d'une méthode contraceptive (utilisation parfaite d'un moyen de contraception) et son efficacité en vie réelle (utilisation en prenant en compte les problèmes divers d'utilisation qui peuvent diminuer l'efficacité d'un moyen de contraception).

En effet la méthode utilisée par la personne n'est pas toujours la plus adaptée à sa situation personnelle.

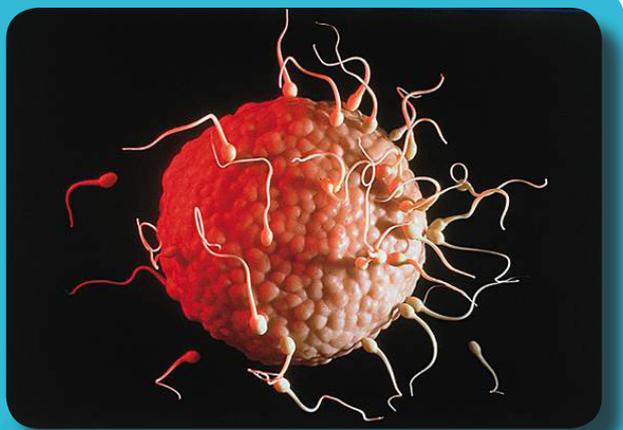


Illustration Pénélope BAGIEU

Point info : la place des hommes

La contraception n'est pas que l'affaire des femmes, c'est bien une question de couple (hétérosexuel ou bisexuel).

Il est important d'impliquer les partenaires dans le choix et la prise en charge des moyens de contraception.

1.3. Les solutions d'urgence en cas de problème

Avant ou au cours d'un rapport sexuel, il peut y avoir des « erreurs » de contraception (préservatifs déchirés, mauvais calculs de dates) ou des « oublis » de contraception (le plus souvent de la pilule). Il existe pour cela des méthodes dites d'urgence :

	NOM	MÉTHODE	DÉLAIS APRÈS LE RAPPORT
!	Contraception d'urgence hormonale Au levonorgestrel	Comprimé à prendre le plus tôt possible après le rapport sexuel non ou mal protégé. Il est délivré de manière anonyme et gratuite aux étudiantes dans les services universitaires et interuniversitaires de médecine préventive.	Au plus tard dans les 72 heures (3 jours) après le rapport sexuel non ou mal protégé.
!	Contraception d'urgence hormonale A l'ulipristal acétate	Comprimé à prendre le plus tôt possible après le rapport sexuel non ou mal protégé. Il est délivré en pharmacie sur ordonnance uniquement.	Au plus tard dans les 120 heures (5 jours) après le rapport sexuel non ou mal protégé.
!	Contraception d'urgence : DIU au cuivre	Le DIU au cuivre peut être prescrit et posé par un médecin ou une sage-femme. Cette méthode a l'avantage de constituer par la suite une contraception régulière.	Au plus tard dans les 120 heures (5 jours) après le rapport sexuel non ou mal protégé.

La contraception d'urgence au levonorgestrel est également disponible en pharmacie, sans ordonnance et gratuite pour les mineures.

POUR ALLER PLUS LOIN :

Au-delà de ce délai de 5 jours, il existe toujours la possibilité d'avoir recours à une Intervention Volontaire de Grossesse (IVG) jusqu'à la 12^{ème} semaine de grossesse, soit 14 semaines après le premier jour des dernières règles. Des professionnels de santé ou des structures médicales sont spécialisées pour informer les femmes, répondre à leurs questions et les accompagner dans leurs démarches.

Pour en savoir plus : www.ivg.gouv.fr

Au-delà du délai de 5 jours pour recourir à la contraception d'urgence, **la jeune femme a la possibilité de procéder à une Intervention Volontaire de Grossesse (IVG)** si elle ne souhaite pas poursuivre sa grossesse.

L'IVG s'adresse à toutes les femmes enceintes, qu'elles soient majeures ou mineures. Pour ces dernières, elles ont le droit d'avorter, avec ou sans le consentement du père, de la mère (ou du représentant légal). Toutefois, elles devront être accompagnée dans leur démarche par une personne majeure de leur choix. Pour ces situations, l'IVG est prise en charge à 100% sans avance de frais.

Des mesures de confidentialité sont mises en place dans tous les établissements où l'IVG est pratiquée.

1.4. Un rôle à jouer pour les associations étudiantes

La sexualité des jeunes est un enjeu majeur des politiques publiques. Il s'agit notamment de prévenir des grossesses non prévues et des Infections Sexuellement Transmissibles (IST), mais aussi de favoriser l'épanouissement et le bien-être.

Les campagnes de sensibilisation visent aujourd'hui à :

- lutter contre les obstacles à un libre exercice du droit à la contraception ;
- mettre l'accent sur la diversité des méthodes contraceptives afin de permettre la bonne adaptation aux modes de vie, aux âges, ainsi qu'aux projets des individus.

A travers son communiqué de presse du 15 mai 2013, Marisol TOURAINE, Ministre des affaires sociales et de la santé, a affirmé que « toutes les pistes doivent être poursuivies pour mener une politique complète et cohérente en matière de contraception, qu'il s'agisse d'une plus grande mobilisation des professionnels et des associations, d'une information des couples ou du développement de l'éducation à la sexualité ».

Les associations étudiantes s'inscrivent dans cette politique. Elles ont un rôle à jouer auprès des leurs pairs en les sensibilisant sur les risques encourus lors de rapports sexuels non protégés, sur la diversité des moyens de contraception, sur l'implication des partenaires dans ce choix, tout en tenant compte du contexte environnemental et de l'individu concerné.

En effet, les militants associatifs étudiants sont considérés comme des personnes ressources auprès de leur public car ils sont identifiés et reconnus dans leur environnement universitaire. Vous êtes des experts du milieu étudiant.

Ainsi, la sensibilisation par les pairs permet aux autres jeunes d'échanger en toute liberté, sans avoir l'impression d'être jugés, puisque leurs interlocuteurs sont confrontés aux mêmes problématiques et expériences.

Le rôle des associations étudiantes est donc double :

- **Sensibiliser les étudiants aux différents comportements à risque**

ET

- **Informer et orienter les jeunes vers des professionnels de santé pour répondre à leurs questions et les accompagner dans leurs démarches.**

Mais attention, bien que vous vous soyez renseigné sur la contraception et que vous ayez suivi une formation, vous n'en êtes pas pour autant un expert de cette thématique ! Il est donc important que vous puissiez être accompagné au cours de votre action par un professionnel, qui pourra par exemple répondre à des questions « spécifiques », rétablir des vérités ou nuancer les propos d'un étudiant.

2. Passer à l'action

2.1. Quand se mobiliser

Au cours de l'année, trois événements majeurs sont l'occasion de se mobiliser en faveur de la contraception et de mettre en place des actions de prévention.

Journée mondiale de la contraception : le 26 septembre

La journée mondiale de la contraception s'adresse avant tout aux jeunes. Les 2/3 des grossesses non prévues ont lieu sous contraception. Cela ne remet pas en question l'efficacité des moyens de contraception mais l'adéquation de la méthode contraceptive choisie avec le mode de vie. L'objectif est donc de sensibiliser aux différents moyens contraceptifs existants afin de réduire les grossesses non prévues.



Journée mondiale de mobilisation contre le Sida : le 1^{er} décembre



Depuis 1988, comme en a décidé l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), le 1^{er} décembre est une journée mondiale d'action contre le Sida. Cette occasion doit être un temps particulier de prévention autour des rapports sexuels non protégés et de sensibilisation à l'usage du préservatif ; le préservatif

étant le seul moyen de contraception à protéger des IST et du Sida.

Cet événement permet d'interagir sur ces deux thématiques étroitement liées et d'organiser différentes actions telles que des stands, expositions, happenings, etc.

Saint-Valentin : le 14 février

Cette journée célèbre les amoureux et l'amour. Mais c'est aussi l'occasion pour vous, de rappeler la nécessité de se protéger lors des rapports sexuels.

Plus largement, cette journée est l'occasion de mettre en place une action globale d'éducation à la sexualité à destination des jeunes : la contraception, les IST / Sida, le suivi gynécologique, ...



Mais aussi...

Il y a plein d'autres dates pour se mobiliser : avant les vacances d'été (période propice aux rencontres), lors de vos soirées étudiantes, du Sidaction, etc.

En fonction du calendrier scolaire, vous pouvez aussi choisir des dates de mobilisation comme les veilles de vacances.

2.2. Comment se mobiliser ?

Vos actions doivent être ludiques et attirantes, si vous voulez rencontrer du succès. Adaptées à votre public cible, elles doivent vous permettre de faire participer les personnes qui se rendent sur vos stands.

Le meilleur moyen de sensibiliser quelqu'un et de lui faire passer un message est de l'impliquer en le faisant participer et réfléchir lui-même selon les conditions proposées.

N'hésitez pas à faire parler votre imagination, à vous demander ce qui vous attirerait le plus, et à tester vos actions ! Il suffit parfois d'une simple boîte en carton ou de quelques coups de ciseaux pour faire une bonne action de sensibilisation !

Des consultations gratuites

Principe :

Echanger avec un professionnel de santé pour donner la possibilité aux participants d'obtenir des informations, de poser leurs questions personnelles, d'être orientés vers un acteur du territoire,...

Objectifs :

Donner des informations validées scientifiquement, amener les participants à aller à la rencontre d'un professionnel de santé, créer un espace favorable à l'échange.

Modalité d'action :

Au détour d'une action de sensibilisation, proposer aux participants de s'entretenir avec un professionnel de santé pendant 15 à 30 minutes. Le professionnel de santé sera à l'écoute des participants de façon à répondre à leurs questions et leurs besoins, en créant dès les premières minutes un cadre de confidentialité et de confiance. Le professionnel aura aussi pour rôle d'aborder la question du suivi gynécologique afin de le dédramatiser et de le démocratiser. Elle sera en mesure d'orienter les participants vers différents acteurs du territoire. Ce professionnel de santé peut-être un médecin, une sage-femme ou une gynécologue. Vous pouvez aussi faire appel à un intervenant du Planning Familial, du Centre de Planification et d'Education, etc.

Il faudra mettre à disposition des tables et des chaises pour rendre l'espace plus convivial.

Indicateurs de réussite :

Nombre de consultation, nombre de professionnels de santé mobilisés ...

La magic box

Principe :

Ce jeu ludique et éducatif, avec différentes variantes, vise à sensibiliser les jeunes quant à la façon de mettre correctement un préservatif (masculin et féminin).

De plus, il sert de support pour aborder de nombreux sujets liés à la vie sexuelle et affective dont les Infections Sexuellement Transmissibles. Il permet de briser les tabous et d'ouvrir le dialogue.

Objectifs :

- Créer un automatisme chez les jeunes afin que ceux-ci utilisent le préservatif (masculin et féminin) à chaque rapport.
- S'assurer que ceux-ci utiliseront correctement un préservatif (masculin ou féminin), en toute circonstance
- Montrer l'importance du préservatif pour l'ensemble des maladies sexuellement transmissibles, incluant le VIH.

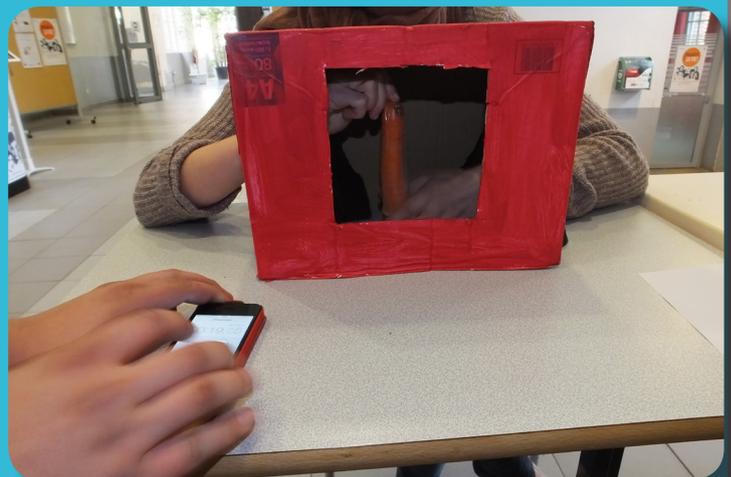
Modalité d'action :

A l'aide de support de démonstration (gode ou vaginette), d'une paire de lunettes d'ébriété et d'une boîte en carton noire (avec deux trous pour les mains et un support de démonstration masculin / féminin à l'intérieur), les jeunes sont amenés à poser un préservatif dans différentes circonstances.

Ce jeu doit être posé sur une table, avec un accès facile de manière à attirer les jeunes.

Indicateurs de réussite :

Nombre de participants, nombre de préservatifs utilisés, nombre de documentation distribués, etc.



La projection débat

Principe :

La diffusion de films sur le thème de la contraception ou de l'éducation à la sexualité est un moyen attractif de sensibiliser les étudiants aux différentes méthodes contraceptives existantes, à l'importance de se protéger d'une grossesse non prévue, à la nécessité d'échanger sur cette thématique au sein d'un couple (que la relation soit d'un soir ou pour la vie). Le film peut amener des interrogations et faire émerger des réactions intéressantes à débattre en groupe.

Objectifs :

Diffuser, par exemple, le documentaire « Histoire d'un choix » ou « La Répét' Amour et comédie », puis animer un débat sur le thème « l'évolution de condition féminine en France », « Histoire des droits acquis par les femmes », « Une approche différente de la sexualité pour les hommes et les femmes », « Parler de sexualité au sein d'un couple », « Les habitudes en matière de contraception aujourd'hui ».

Modalité d'action :

La diffusion de films nécessite un local, un équipement spécifique et une déclaration auprès du CNC (Centre national du cinéma et de l'image animée). Vous devez communiquer en amont sur cette diffusion et prendre les inscriptions des personnes intéressées. Cette animation doit se limiter à une trentaine de spectateurs si vous souhaitez faire suivre cette diffusion d'un débat. Il est conseillé de faire intervenir une personne extérieure (de la médecine préventive, du Planning Familial, un professionnel de santé, ...) pour animer le débat.

Indicateurs de réussite :

Nombre de participants, temps de diffusion du film, temps de débat, nombre d'affiches informant de cette diffusion dans l'établissement, aspect qualitatif des interventions du groupe.

La conférence

Principe :

Il s'agit d'organiser un échange et une réflexion commune sur le thème de la sexualité et de la contraception, en informant selon différents thèmes et sous-thèmes émergents. Par exemple « l'impact du scandale autour des pilules de 3^{ème} et 4^{ème} génération sur le taux de couverture contraceptive en France », « le libre choix du moyen de contraception pour les femmes », « les grossesses non prévues et le recours à l'IVG », « femmes / hommes : tous concernés par la contraception » ...

Objectifs :

La contraception suscite souvent des débats de société animés autour de la pilule, du recours à l'IVG, de l'utilisation des méthodes naturelles... Il faut donc impérativement cadrer la conférence en définissant un axe de discours et de discussion plus précis afin que les échanges ne partent pas dans tous les sens.

Il s'agit de sensibiliser, d'informer et de communiquer sur une thématique en lien avec l'actualité ou les préoccupations / attentes des étudiants afin de répondre à leurs besoins.

Modalité d'action :

Pour une conférence, il est nécessaire de faire appel à un ou plusieurs intervenants extérieurs qui pourront apporter des informations scientifiques, des témoignages, des conseils et corriger certaines idées reçues.

Les organisateurs pourront s'appliquer à s'occuper de l'aspect logistique de l'animation : inscriptions, salles, affichage, animation, etc.

Indicateurs de réussite :

Nombre de participants, nombre de thèmes abordés, temps de l'animation, aspect qualitatif de la participation (retour par des fiches d'évaluation), nombre d'affiches (flyers, ...), nombre d'intervenants.

Tester ses connaissances : questionnaire et démonstration des moyens de contraception

Principe :

Tester les connaissances des jeunes sur les moyens de contraception et leur montrer visuellement les différents moyens de contraception.

Objectifs :

- Vérifier le niveau d'information des étudiants sur le sujet
- Rétablir certaines vérités sur les moyens de contraception, donner de l'information générale ou spécifique selon le niveau de connaissance des participants
- Favoriser le dialogue avec les étudiants et susciter leurs questions

Modalité d'action :

Plusieurs ordinateurs sont mis à disposition des étudiants pour qu'ils puissent accéder au questionnaire en ligne. Il faut donc prévoir un nombre de tables et de chaises adapté, fonction du nombre d'ordinateurs mis à disposition. Des branchements électriques (prévoir donc rallonges et multiprises) et une connexion internet seront aussi nécessaires.

Les outils de démonstration des différents moyens de contraception sont en libre accès sur une autre table avec de la documentation. Cet espace doit être visible afin que les étudiants puissent y accéder.

Des affiches peuvent donc être accrochées, ce qui permettra de délimiter l'espace et de lui donner un attrait visuel.

Enfin, bien que cet espace soit en libre accès, il faut cependant que des associatifs étudiants, mais aussi des professionnels de santé, y soient présents pour favoriser les échanges et répondre aux questions des étudiants.

Indicateurs de réussite :

Nombre de questionnaires remplis, nombre d'outils distribués, nombre d'échanges avec les jeunes, ...



Le Stand « Pass contraception »

Principe :

Certaines régions mettent en place un dispositif de « Pass contraception ». Celui-ci peut se traduire de différentes façons (souvent sous forme de chéquier) et comporte différents « accès à des services » (consultations médicales, prises de sang, délivrance d'un contraceptif, ...)

Objectifs :

- Donner un accès facilité à la contraception, gratuit et anonyme
- Limiter les grossesses non prévues et prévenir des Infections Sexuellement Transmissibles

Modalité d'action :

Pour organiser ce stand, il convient de prendre contact avec le service en charge du « Pass contraception » au sein du Conseil Régional de votre territoire, et de leur proposer de promouvoir ce dispositif lors de votre action. La personne référente peut vous proposer de mettre de la documentation à disposition mais l'idéal étant cependant d'avoir un représentant qui puisse répondre aux questions des jeunes sur ce dispositif.

Au niveau logistique, il faut prévoir 1 à 2 tables, 2 chaises et des grilles d'affichage (entre 2 et 3 selon le besoin du partenaire). Il ne semble pas nécessaire de prime abord de prévoir un branchement électrique et une connexion Wifi mais vérifiez toutefois auprès de votre contact.

Indicateurs de réussite :

Nombre de partenaires mobilisés, nombre d'outils distribués.



Selfie avec Monsieur & Madame Capote

Principe :

Se prendre ou se faire prendre en photo avec des mascottes symbolisant le préservatif masculin et féminin.

Objectifs :

- Attirer de façon ludique et moderne les étudiants pour qu'ils puissent ensuite découvrir l'ensemble de votre opération.
- Promouvoir le préservatif féminin au même titre que le préservatif masculin

Modalité d'action :

Prendre contact avec l'association HF Prévention pour connaître les modalités de prêt ou de location des costumes de Monsieur & Madame Capote. Il faudra ensuite trouver 4 personnes qui acceptent de porter à tour de rôle ces deux costumes. Leur mission sera d'attirer les étudiants sur le lieu de l'action en se promenant d'une part au sein de l'Université et d'autre part en circulant sur le lieu de l'action à proprement parler.

Vous avez la possibilité si vous le souhaitez de mettre en place un espace photo, avec affiches, stratégiquement situé au cœur même de votre opération afin d'accueillir un plus grand nombre d'étudiants ; avec pour mission de les orienter ensuite vers d'autres stands

Indicateurs de réussite :

Nombre de mascottes, nombres de photos prises.



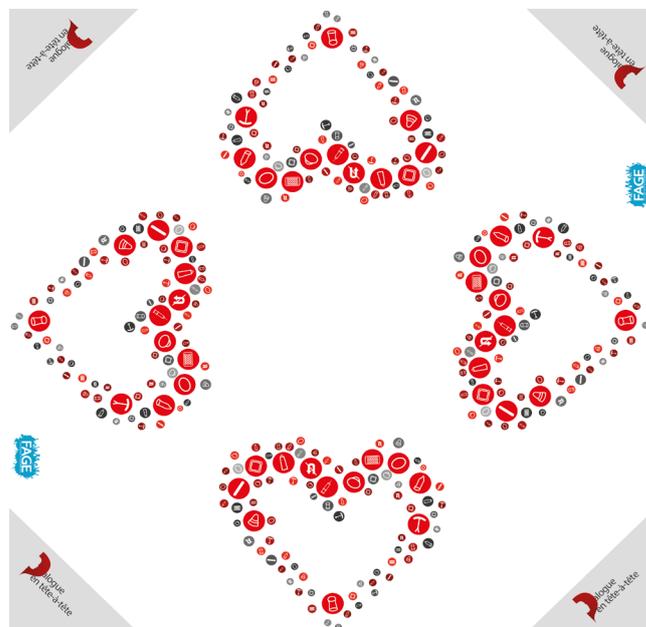
2.3. Les outils de la FAGE

Le jeu « Dialogue en tête-à-tête »

Le jeu se déroule en trois grandes étapes :

- D'abord par petits groupes, les **participants découvrent des témoignages de jeunes illustrant leurs pratiques hétérosexuelles ou bisexuelles**, en lien avec l'usage de leur moyen de contraception. A partir de ces cas pratiques, les joueurs font état, au sein de leur équipe, de leurs questions, remarques et analyses.
- Ils sont ensuite invités à **échanger tous ensemble leur point de vue** afin de questionner les problématiques rencontrées dans les portraits-types.
- **Des questions de connaissance leur permettent enfin de vérifier leurs informations** sur les différents moyens de contraception existants, avant et après un rapport sexuel.

A l'issue de l'animation, **chaque participant repart avec le livret « Mon Contrat'Ception »**, véritable carnet de bord à la fois informatif et interrogatif. Ce livret permet de réfléchir aux problématiques que chacun peut se poser en matière de contraception, selon les aventures amoureuses et sexuelles vécues.



Zoom : comment mettre en œuvre le jeu « Dialogue en tête-à-tête »

Ce jeu s'anime avec 16 participants maximum, sur une durée d'1H15. Il ne s'agit donc pas d'un jeu de passage. Des inscriptions doivent par conséquent être réalisées quelques jours en amont (feuille papier, tableau Velléda, formulaire en ligne ...).

Ce jeu se déroule dans un espace délimité comme les lieux de vie des AGORAé, des cafétérias, les maisons de l'étudiant, ...

L'ensemble des étapes doivent être respecté afin de permettre la bonne assimilation des objectifs pédagogique par les participants.

POUR SE PROCURER LE JEU : REPORTEZ-VOUS À LA PAGE 27 DE CE KIT.

Des affiches de sensibilisation

- 10 affiches par action

De la documentation

- La brochure « Choisir sa contraception »
- Le livret « La première consultation gynécologique »
- La brochure « Préservatifs : petit manuel »
- Le dépliant « Que faire en cas d'oubli de pilule ? »



3. Réussir son action

3.1. Rédiger sa fiche projet

Le jeu « Dialogue en tête-à-tête » doit faire partie d'une animation plus large sur la prévention des comportements à risques en matière de sexualité.

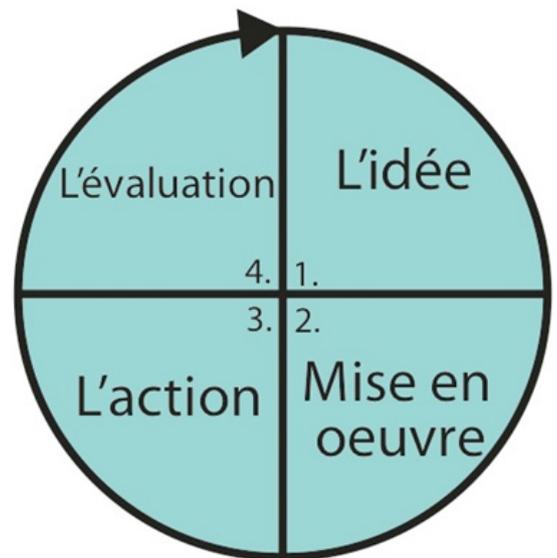
La fiche projet doit permettre de répondre aux questions suivantes :

- QUI ?
- QUOI ?
- OÙ ?
- QUAND ?
- COMMENT ?
- COMBIEN ?
- POURQUOI ?
- POUR QUI ?
- AVEC QUI ?

Mener un projet c'est bien ;
bien le mener, c'est mieux !

Fiche projet

- 1) Responsable du projet
- 2) Objet du projet
- 3) Public cible
- 4) Objectifs
- 5) Date de réalisation souhaitée
- 6) Contenu et délimitation du projet
- 7) Contraintes et limites
- 8) Indicateurs de performance : S.M.A.R.T
- 9) Equipe projet
- 10) Documents associés :
 - Rétroplanning
 - budget prévisionnel
 - plan de comm'
 - ...



Zoom : l'élaboration du budget

Parmi les « dépenses », vous trouverez :

- téléphonie, impression de document, badges (pour les intervenants)
- le matériel nécessaire aux actions si cela ne peut pas être mis à disposition ;
- dans certains cas, la prestation des intervenants (Professionnel de santé, intervenant du Planning Familial) ;
- éventuellement le déplacement et l'hébergement des intervenants.

Les recettes doivent permettre de prendre en charge le / les professionnels de santé ou experts de cette thématique, les frais de communication, les outils nécessaires à la réalisation de cette action. Outre l'apport financier, cela peut se traduire par un avantage en nature : mise à disposition de matériel, prise en charge des supports d'impression, etc.

Vous pouvez faire une demande auprès :

- du FSDIE, il est aussi possible d'inclure cette action dans une demande générale FSDIE.
- de l'ARS (Agence Régionale de Santé) de votre région

(Coût d'une prestation d'un professionnel de santé : entre 200 et 500 € la demi-journée, hors frais de transport)

3.2. Etablir un rétroplanning

Cf. tableau page suivante.

Retroplanning

Tâches	S-8	S-7	S-6	S-5	S-4	S-3	S-2	S-1	S	S+1
Contacter les équipes nationales de la FAGE	█								█	
Contacter les partenaires	█	█							█	
Réserver les locaux	█	█							█	
Définir et préparer les animations	█	█							█	
Se former à l'animation du jeu			█						█	
Dialogue en tête-à-tête									█	
Composer votre équipe de bénévoles	█	█	█						█	
Réaliser des outils de communication (+ impression)					█				█	
Communiquer auprès des étudiants									█	
Organiser une réunion d'information avec les intervenants					█				█	
Installer les actions									█	
Accueillir les intervenants									█	
Prendre des photos									█	
Faire le rabattage									█	
Dresser un bilan									█	
Envoyer des photos aux équipes nationales de la FAGE									█	█

3.3. Savoir s'entourer : bénévoles, partenaires et experts – les acteurs incontournables

- **Les bénévoles étudiants**

Ce type d'action est le fruit d'un travail d'équipe ! Il est donc essentiel de pouvoir mobiliser des bénévoles étudiants, en amont pour la préparation, mais aussi le jour J pour aller à la rencontre des étudiants et les informer sur l'action mise en place.

S'il est indispensable de s'entourer de personnes motivées pour ce genre de projet au sein de votre association ou bien même de votre établissement, il faut également désigner un chef de projet / référent qui sera en contact avec les intervenants et les partenaires, et aura une vision globale de l'action. Ce dernier sera en charge de l'action du début à la fin.

Afin d'être efficace et organisé, vous devez répartir les rôles de chacun. Il est aussi préférable de programmer quelques formations concernant l'action mais aussi les notions basiques à acquérir pour informer sur ce sujet : les différents moyens de contraception, savoir poser un préservatif, ...

- **Les partenaires de l'action : l'Université, le CROUS ...**

Il faut prendre contact avec l'Université / le CROUS pour présenter le projet, les animations choisies, la durée et proposer des dates d'action.

L'espace mis à disposition doit être un lieu de passage à tout moment de la journée et pas seulement aux intercours.

- **Les experts de la contraception**

Les acteurs et partenaires de ce type d'opération répondront présents à vos côtés pour vous apporter informations et outils adéquats.

Le SUMPPS de votre Université (Service Universitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé) ou **Centre de Santé**

Le SUMPPS est un service commun de l'Université ouvert à tous ses étudiants. Son but est de tout mettre en œuvre pour assurer au mieux leur bien-être physique, psychique et social tout au long de leurs études.

Le Planning Familial

Le Planning Familial est un mouvement militant qui prend en compte toutes les sexualités, défend le droit à la contraception, à l'avortement et à l'éducation à la sexualité. Il dénonce et combat toutes les formes de violences, lutte contre le Sida et les IST, contre toutes les formes de discrimination et contre les inégalités sociales.



L'IREPS de votre région

Il s'agit de l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé (IREPS). Elle développe de projets locaux et régionaux en éducation et promotion de la santé. Elle soutient méthodologiquement les acteurs locaux au développement, à la gestion et à l'évaluation de projets.

Des médecins, sages-femmes, gynécologues présents sur votre territoire, soit au sein d'un hôpital, d'une clinique ou en libéral.

Les Conseillères conjugales et familiales, notamment présentes au sein des Centres de Planification et d'Education

Elles assurent des consultations de contraception, des actions individuelles et collectives de prévention portant sur la sexualité et l'éducation familiale, des entretiens préalables à l'interruption volontaire de grossesse ...

Les établissements d'information, de consultation et de conseil familial (EICCF)

Ces centres ont parmi leurs missions d'écouter, d'informer et d'orienter les personnes sur leurs interrogations liées à l'interruption volontaire de grossesse et les méthodes contraceptives. Ils réalisent des entretiens préalables à l'IVG.

Zoom : quelques conseils pour les mobiliser

- Organiser au préalable, si cela est possible, une réunion d'informations avec les différents partenaires locaux afin de coordonner les actions et de les informer de cette journée, et de ce fait impliquer davantage les structures participantes.
- Identifier le matériel nécessaire à chaque intervenant.
- Informer régulièrement les intervenants des avancées de l'opération.
- Mettre en relation vos partenaires avec les professionnels de santé par exemple, pour les associer à l'action.
- Communiquer en amont le plan des lieux aux intervenants.
- Envoyer les informations pratiques sur le déroulement de l'opération aux différents intervenants.
- Prévoir un endroit où les accueillir (accueil à la gare, collation, transport, occupation pendant les temps off, etc.).



3.4. Communiquer efficacement

Avant l'événement

Il est essentiel d'**annoncer à l'avance l'action que vous vous apprêtez à mettre en place.**

- Envoyer des mails à votre réseau.
- Effectuer des affichages attractifs (affiche contraception de la FAGE par exemple) aux alentours du lieu que vous allez occuper afin qu'un maximum de personnes soient prévenues de votre événement.
- Penser aussi à relayer l'action sur les mailings de l'Université et sur les réseaux sociaux !

Pendant l'événement

- Assurer une bonne signalétique.
- Mobiliser les bénévoles associatifs pour qu'ils aillent à la rencontre des étudiants pour leur expliquer l'action de prévention et les inciter à y participer ! Ils doivent être présents à la sortie des amphis, dans les lieux de passage, à la sortie du resto U et de la cafétéria, etc. Des interventions en amphi le jour J sont aussi un excellent moyen de toucher les étudiants.
- Filmer, photographier, écrire... Il est très important de garder une trace de vos actions de sensibilisation et d'information !

Après l'événement

- Penser à remercier vos intervenants et partenaires en leur envoyant un bilan de votre action, illustré par des photos et des vidéos.
- Ne pas hésiter à solliciter l'avis des différents partenaires sur ce qu'ils ont pensé de l'opération par le biais d'un questionnaire.

Vous pouvez fournir à la FAGE les fiches projets, les enregistrements vidéos, des photos de la préparation et du déroulement de vos animations afin de témoigner encore plus de votre engagement et de celui des étudiants, mais aussi pour donner de futures idées d'animations au réseau.

3.5. Gérer la logistique

Qui s'occupe de quoi ?

- **Les équipes nationales de la FAGE**

Les outils de sensibilisation : documentation de partenaires (Inpes, Le Planning Familial) ;

Les outils ludiques : jeu Dialogue en tête-à-tête

- **L'université, les SUMPPS, CROUS, etc.**

L'emplacement et l'installation : lieu, tables et chaises, électricité et multiprises ;

La mise en oeuvre des actions : matériel spécifique, mis à disposition (grilles, tonnelles, ...) ;

L'impression des outils de communication.

- **L'association / fédération**

Le petit matériel : stylos, feuilles, vidéoprojecteurs, ordinateurs ... ;

L'impression des outils de communication ;

L'accueil des intervenants et des participants : gâteaux, boissons, café et thé, repas des intervenants ;

Le matériel manquant, qui ne peut pas être mis à disposition par d'autres partenaires.

- **Les partenaires et intervenants**

Les outils de sensibilisation : ceux nécessaires à l'action qu'ils déploieront auprès des étudiants.

3.6. Animer une action / un stand



Voici quelques conseils pour vous positionner en tant qu'animateur d'une action, qu'il s'agisse d'un jeu, d'une conférence, d'une projection - débat ou tout simplement d'échanger avec un groupe d'étudiants sur la sexualité.

Un(e) bon(ne) animateur(trice) :

- utilise des outils de présentation visuelle (documentation, panneau d'affichage, ...)
- veille à l'atteinte de l'objectif
- aide le groupe à échanger des points de vue sur le sujet
- confronte les idées en évitant les jugements sur les personnes et les critiques inutiles
- empêche l'affrontement entre les personnes

- essaie de donner à tout le monde l'occasion de participer à la discussion
- ne met pas les personnes fragiles en insécurité
- dynamise le groupe
- favorise la tolérance et le respect
- suggère des retours de la part des participants : « *vous pouvez vous exprimer* », « *est-ce que d'autres personnes ont une expérience à partager, ou ont vécu des émotions semblables* », « *comment réagissez-vous à cela* », ...
- relativise les propos des participants
- permet la détente par l'humour, par l'écoute active « *j'ai l'impression que tu te sens ...* »
- sanctionne le non respect des règles
- coupe la parole si nécessaire (pour éviter les monopolisation de la parole) : « *merci, Camille qu'en penses-tu ?* »
- ne répond pas aux attaques
- fait un travail en amont sur ses propres représentations



La FAGE met en oeuvre des formations dédiées à l'animation de jeu ludo-pédagogique. N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'information.

3.7. Dresser un bilan : en termes de visibilité, de sensibilisation et de satisfaction

Le bilan doit permettre de :

- mesurer l'intérêt porté à l'action par les étudiants ;
- illustrer l'action menée grâce à des photos ;
- évaluer le nombre de documentations distribuées pendant ou après l'action ;
- estimer le nombre approximatif de personnes sensibilisées ;
- faire un bilan financier de l'action.

Pour faire le bilan d'une opération, il est nécessaire de définir en amont des indicateurs d'évaluation en fonction des objectifs fixés (cf. « rédiger sa fiche projet », page 17). Voici quelques exemples d'indicateurs :

- nombre de documents distribués ;
- nombre approximatif d'étudiants sensibilisés ayant participé au jeu ;
- nombre d'intervenants extérieurs ;
- nombre de retombées médiatiques s'il y en a eu ;
- retours qualitatifs des étudiants, des intervenants et des organisateurs par le biais d'un questionnaire ;
- etc.

Vous trouverez à la fin de ce kit (page 28) une fiche bilan pour vous aider dans la réalisation de cette évaluation.

4.2. Le lien vers les sites « experts »

Ministère de la santé : www.sante.gouv.fr -> Rubrique « Contraception »

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) :

- www.inpes.fr
- www.choisirsacontraception.fr
- www.onsexprime.fr

Mouvement français pour Le planning familial : www.planning-familial.org

Fil Santé Jeunes : 0800 235 236 depuis un poste fixe ou 01 44 93 30 74 depuis un portable (appels anonymes et gratuits depuis un poste fixe. 7 jours / 7, de 8h à minuit); www.filsantejeunes.com

Centres de planification ou d'éducation familiale : www.sante.gouv.fr/les-centres-de-planification-ou-deducation-familiale

Association française pour la contraception : www.contractions.org

Assurance maladie : www.ameli-sante.fr/contraception

4.3. La procédure à suivre pour recevoir le jeu « Dialogue en tête-à-tête »

Afin de recevoir les outils de sensibilisation et d'animation de la FAGE pour votre action de prévention en faveur des moyens de contraception, quelques règles sont à suivre :

Vous devez compléter depuis le site internet de la FAGE, le formulaire en ligne, deux mois avant la date de votre action.

Vous devez ensuite retourner par courrier et par mail les documents suivants **3 semaines avant le début de votre action** :

- La **fiche projet** complétée (Fiche pratique 4.1.) ;
- La **convention signée**, transmise par mail
- Un **chèque de caution de 300 €** à l'ordre de la FAGE.

Pour bénéficier d'une aide dans la rédaction de la fiche projet, contactez :

Aurélié GAONAC'H, *Coordinatrice des projets de la FAGE*, au 01 40 33 70 70 ou par e-mail à [prevention\[at\]fage.org](mailto:prevention[at]fage.org)

Victor BYGODT, *Vice-président en charge de l'innovation sociale*, au 07 77 94 23 29 ou par e-mail à [prevention\[at\]fage.org](mailto:prevention[at]fage.org)

Une formation sur la mise en place du jeu « Dialogue en tête-à-tête » et son animation sera organisée au minimum 15 jours avant la date de l'action, à destination des futurs animateurs.

Après avoir réalisé votre projet, n'oubliez pas de compléter **la fiche bilan** (fiche pratique 4.4.) et de l'envoyer par mail à la FAGE.

4.4. La fiche bilan de l'action

Nom de l'association :

Responsable du projet :

Intitulé du projet :

	Ce qui était prévu	Ce qui a été réalisé
Objectif 1 :		
Population(s) ciblée(s) (chiffrer)		
Lieu		
Types et moyens mis en œuvre		
Partenariat		
Calendrier		
Budget		
Objectif 2 :		
Population(s) ciblée(s) (chiffrer)		
Lieu		
Types et moyens mis en œuvre		
Partenariat		
Calendrier		
Budget		
Objectif 3 :		
Population(s) ciblée(s) (chiffrer)		
Lieu		
Types et moyens mis en œuvre		
Partenariat		
Calendrier		
Budget		

5. Lexique

Aménorrhée : absence de règles en dehors de l'état de grossesse, chez une femme en période d'activité génitale.

Anti-nidation : empêcher la fixation de l'oeuf dans la muqueuse utérine.

Contraception : emploi de moyen visant à empêcher qu'un rapport sexuel entraîne une grossesse. Elle est définie par l'Organisation Mondiale de la Santé comme étant « l'utilisation d'agents, de dispositifs, de méthodes ou de procédures pour diminuer la probabilité de conception ou l'éviter ».

Efficacité réelle : rend en compte les problèmes divers d'utilisation qui peuvent diminuer l'efficacité du moyen de contraception au cours de la première année d'utilisation.

Efficacité théorique : utilisation parfaite d'un moyen de contraception qui rend quasi nul le risque d'une grossesse au cours de sa première année d'utilisation.

Frottis : examen indolore qui permet de surveiller la sécrétion ovarienne. C'est une recherche de cellules HPV au niveau du col utérin pour dépister des lésions cancéreuses ou précancéreuses du col de l'utérus. Il est recommandé à partir de 25 ans.

La Haute Autorité de Santé (HAS) recommande de réaliser un frottis cervical tous les 3 ans chez les femmes de 25 à 65 ans, après deux frottis consécutifs normaux faits à un an d'intervalle.

Glaire cervicale : sécrétion blanchâtre et gluante du col de l'utérus qui atteint son maximum en période d'ovulation. La glaire cervicale est indispensable à l'ascension des spermatozoïdes dans la cavité utérine et donc à la fécondation.

Hormone : produit sécrété par une glande. Chez la femme, les ovaires secrètent deux hormones : les oestrogènes et la progestérone. Chez l'homme, le testicule produit la testostérone.

IVG / Avortement : Interruption Volontaire de Grossesse. L'IVG est légale en France depuis 1975 sous certaines conditions. Deux méthodes : l'aspiration sous anesthésie locale ou générale et la méthode médicamenteuse.

Ménopause : arrêt définitif du fonctionnement des ovaires, c'est-à-dire l'arrêt de production des ovules et l'arrêt de la sécrétion des hormones oestrogènes et de la progestérone.

Nidation : fixation de l'oeuf dans la muqueuse utérine, qui se déroule vers le sixième jour après la fécondation.

OEstrogène (ou estrogène) : c'est l'une des deux hormones sexuelles de la femme. Du premier jour des règles à l'ovulation, les ovaires ne secrètent que ce seul type d'hormone. Un oestrogène de synthèse est utilisé dans la fabrication des pilules oestroprogestatives.

Ovaire : les deux ovaires sont des glandes situées dans le petit bassin, et ont un diamètre de 3 cm. Elles produisent tous les mois un ovule, et secrètent les deux hormones sexuelles, oestrogène et progestérone.

Pénis : Il constitue, avec les testicules, l'appareil génital externe de l'homme.

Prélèvement vaginal : il vise à rechercher et dépister le cas échéant des infections vaginales, des germes, etc.

Progestérone : c'est l'un des deux types d'hormones sexuelles de la femme. De l'ovulation aux règles, les ovaires produisent en même temps les oestrogènes et la progestérone (hormone progestative). Un progestatif de synthèse est utilisé dans la fabrication des pilules.

Sperme : liquide nutritif, qui sert à transporter et à assurer la survie des spermatozoïdes.

Test de grossesse : il peut-être urinaire ou sanguin. Il est basé sur l'apparition ou non de l'hormone béta-hCG.

Utérus : ce muscle creux se trouve dans le bas-ventre. Cet organe permet de contenir pendant 9 mois le fœtus, ses membranes et le placenta au cours de la grossesse.

Vagin : ce conduit élastique et souple mesure entre 7 et 10 cm de long. Avant le premier rapport sexuel, l'hymen, fine membrane, en ferme partiellement l'entrée. Il a entre autres propriétés de se lubrifier lors du rapport par un phénomène involontaire né du désir. Il se termine par un cul-de-sac où seul apparaît le col de l'utérus qui marque le début de l'utérus.

Vulve : elle se compose de l'ensemble des formations situées sous le pubis, soient les deux grandes lèvres, les deux petites lèvres, le clitoris, l'orifice urinaire et l'entrée du vagin.

6. Documentation pour en savoir plus

Articles / rapports

- Inpes, dossier de presse « Contraception : que savent les Français – connaissances et opinions sur les moyens de contraception : état des lieux », 5 juin 2007
- Inserm – Ined Unité 822, « Synthèse de l'enquête COCON (2000 – 2004) », mars 2008
- Arnaud GAUTIER, Delphine KERSAUDY – RAHIB et Nathalie LYDIE, « Pratiques contraceptives des jeunes femmes de moins de 30 ans », Analyses du Baromètre santé, 2010
- Hélène CHEVALIER (Pharmacien, Directrice du Département Santé de CSA), « La santé des étudiants en 2011 – La contraception et les IST », 2011
- Centre d'Analyse Stratégique, « Comment améliorer l'accès des jeunes à la contraception ? Une comparaison internationale », juin 2011, n°226
- Population & Sociétés, « La contraception en France : nouveau contexte, nouvelles pratiques ? », septembre 2012, n°492
- Académie Nationale de Médecine, rapport « Contraception orale et risque vasculaire », février 2013
- Ministère de la santé, dossier de presse « Mise en œuvre de la politique sur la contraception – Lancement de la campagne de communication », mai 2013
- Population & Sociétés, « La crise de la pilule en France : vers un nouveau modèle contraceptif ? », mai 2014, n°511

Livres / Brochures

- La brochure « **Choisir sa contraception** » ;
- La brochure « **La première consultation gynécologique** ».
- La brochure « **Préservatifs : petit manuel** »
- Le dépliant « **Que faire en cas d'oubli de pilule ?** »



Films à voir

- « La Répèt' Amour & Comédie », de Inpes, sortie en 2008
- « Histoire d'un choix », de Pour mémoire, sortie 2009



7. Notes utiles



A series of horizontal dotted lines for writing, starting from the top right and extending across the page.



8. En partenariat avec :



Macif-Mutualité est la mutuelle du groupe Macif en charge des activités d'assurance et de gestion des contrats Santé et Prévoyance, à titre individuel ou collectif.

Régie par le livre II du Code de la mutualité et adhérente à la Mutualité Française, Macif-Mutualité est une mutuelle qui s'inscrit dans la défense des principes de solidarité et de justice sociale. Au sein du pôle Santé/Prévoyance du groupe Macif, elle mène une politique de partenariat durable et performante avec d'autres organismes assureurs. Ces entités rejoignent le pôle Santé/Prévoyance, en vue d'améliorer le service aux adhérents et d'en mutualiser les moyens nécessaires.

Le groupe Macif met en place des actions de prévention santé grand public, tant au niveau régional que national. Les thèmes abordés concernent notamment la nutrition, la prévention de la perte d'autonomie, la prévention des troubles du sommeil, les dépistages des cancers, la santé visuelle et auditive...

MACIF propose actuellement une offre de service prévention en ligne "Accès Santé Prévention" sur www.macif.fr/ASP. Modulable en fonction de l'âge, du sexe et des moments de vie (jeune actif, parent, retraité...), des conseils et réponses d'experts y sont proposés pour être en bonne santé et le rester.



jeunesse
fédéralisme
représentation
innovation sociale
formation
international



Nous contacter
01 40 33 70 70
prevention@fage.org
www.fage.org