

Contraception

ÉDUCATION



 PUBLIC	 PARTICIPANTS	 ANIMATEURS	 NIVEAU	 PRÉPARATION	 ACTIVITÉ
--	--	--	--	---	--

Description

La séance a pour objectif d'autonomiser les jeunes sur les différents moyens de contraception, qu'ils et elles soient directement concernés ou pas.

Objectifs

- Identifier les lieux et structures ressources sur la contraception.
- Acquérir des connaissances sur les moyens de contraception.
- Connaître les modes d'utilisation des différents moyens de contraception.
- Réfléchir aux avantages et aux inconvénients des différents moyens de contraception.

Compétences travaillées

Avoir conscience de soi
Exercer son esprit critique
Résoudre les problèmes
Savoir communiquer efficacement

Matériel

Pas de matériel particulier requis pour réaliser cette activité.

Contenus utilisés

« Supports libres » utilisés :
Brochures « Choisir sa contraception », « ma première consultation gynécologique », « Questions d'ados » et « Les premières fois »

« Outil clé en main » utilisé :
La palette contraceptive

Pré-requis

Avoir identifié les structures locales type Centre de Planification et d'Education Familial (CPEF) et/ou PMI du territoire, CeGIDD, centres de Santé avec gynécologues, sage-femmes, etc. Connaître les sites et numéros officiels d'information sur la santé sexuelle (choisirsacontraception.fr, onsexprime.fr, etc.).

Avoir acquis suffisamment de connaissances sur la contraception et la contraception d'urgence.

WORKFLOW

1 Préparation - 15 minutes

- Fixer la silhouette de l'outil et mettez les différents moyens de contraception sur une table. Préparer un coin près de la sortie avec les brochures et suffisamment de préservatifs internes, externes et de gel lubrifiant.

2 Lancement - 10 minutes

- Accueillez les participant.e.s, les faire asseoir en cercle et expliquer les modalités de la séance (jeux pour réfléchir ensemble sur la contraception, temps d'échange). Construire le cadre des échanges et définir rapidement les règles de fonctionnement ensemble (on prend la parole quand la personne précédente a fini de parler, même si on n'est pas concerné•e par la contraception car on n'a pas encore de relations sexuelles ou qu'on est en couple homosexuel on peut participer pour que les échanges remplissent notre boîte à outil pour plus tard ou pour conseiller des personnes de notre entourage, etc.)

3 Déroulé - 40 minutes

- Présentez l'exercice en introduisant son objectif « Quand on ne veut pas être père ou mère et qu'on a des relations sexuelles avec des personnes du sexe opposé, c'est important de réfléchir aux moyens de contraception. ». Utilisez l'outil « la palette contraceptive » comme présenté sur la fiche d'utilisation.
- Abordez progressivement la question du choix du moyen de contraception : quand, comment par qui ? Quand on est un garçon comment on peut être impliqué quand c'est un moyen qui est utilisé par la fille ? (alarme sur son propre réveil quand c'est la pilule, participation financière, etc.)
- Faire un brainstorming en inscrivant sur un support les différents endroits où l'on peut se procurer un moyen de contraception et/ou une contraception d'urgence ainsi que les modalités d'accès à celle-ci : « Où est-ce qu'on peut avoir gratuitement accès à un moyen de contraception ? Et près d'ici ? ».

4 Clôture - 10 minutes

- Faites un tour de table en demandant que des participant.e.s fassent un résumé de ce qui a été dit pendant la séance: « si vous deviez résumer les informations essentielles à une personne qui n'a pas pu participer à la séance, que lui diriez-vous en quelques phrases? ». Présenter les brochures et le matériel de prévention amenés et laisser le à disposition près de la sortie.

Variante :

Sur un temps d'animation plus long, après l'utilisation de la palette contraceptive vous pouvez prendre 30 minutes pour mettre en place une abaque de Régnier (exemples de phrases « c'est aux filles de gérer la contraception », « la contraception d'urgence doit être prise le lendemain du rapport sexuel non protégé », « on doit payer la contraception d'urgence quand on n'a pas 18 ans », etc.) ou une étude de cas où les jeunes devront trouver des solutions (exemple pour des jeunes à partir de 15 ans: "Sam et Nina sont en couple depuis 3 mois, les 2 aimeraient avoir des relations sexuelles, que peuvent faire Sam et Nina avant de passer à l'action? »).