

LA PALETTE CONTRACEPTIVE



ET SI ON PARLAIT
DE VOTRE
SANTÉ
SEXUELLE ?

DESCRIPTION

Ce jeu propose aux joueurs et joueuses de positionner sur une silhouette les différents moyens de contraception.

TYPE DE SUPPORT

Cartes à positionner et une silhouette agrandie.

PROFIL DU PUBLIC

13-15 ans et 16-20 ans

THÉMATIQUE PRINCIPALE

Éducation à la sexualité.

UTILISATION

En individuel / en groupe.
Avec animateur.

TYPES DE SAVOIRS DÉVELOPPÉS PAR LE SUPPORT

L'acquisition de savoirs.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE L'OUTIL

Au cours de l'animation, les participants et participantes :

- Acquièrent des connaissances sur les moyens de contraception.
- Connaissent les modes d'utilisation des différents moyens de contraception.
- Réfléchissent aux avantages et aux inconvénients des différents moyens de contraception.

THÈMES ABORDÉS

VIH/IST et stratégies de prévention.
Grossesse, contraception et parentalité.

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES MOBILISÉES

Savoir résoudre des problèmes /savoir prendre des décisions.

MATÉRIEL

Le support se présente sous la forme d'une silhouette. Une carte de chaque moyen de contraception est à placer au bon endroit sur la silhouette :

- La pilule contraceptive.
- L'implant.
- Le DIU (dispositif intra utérin).
- Le patch.
- L'anneau vaginal.

- L'injection.
- Les préservatifs internes et externes.
- La cape cervicale.
- Le diaphragme.

CONSIGNE

« Replacez les différents moyens de contraception aux endroits appropriés ».

CONSEILS D'UTILISATION DE L'OUTIL

Chaque moyen de contraception a une place déterminée sur la silhouette :

- La pilule contraceptive : au niveau de la bouche.
- L'implant : au niveau du bras.
- Le DIU : au niveau du bas du ventre (utérus).
- Le patch : à tous les niveaux excepté sur les seins.
- L'anneau vaginal : au niveau du bas du ventre (vagin).
- L'injection : au niveau du bras.
- Les préservatifs : au niveau du bas du ventre (organes génitaux masculins et féminins).
- La cape cervicale : au niveau du bas ventre (vagin).
- Le diaphragme : au niveau du bas ventre (vagin).

La contraception d'urgence est présentée à part, afin de ne pas engendrer de confusion avec les autres modes de contraception régulière.

Le rôle de l'animateur ou animatrice est de délivrer, en complément de ce qui peut être dit, une information sur chaque moyen de contraception concernant : son mode de fonctionnement, son mode d'utilisation, sa durée d'efficacité, son accessibilité, son coût, etc. Il est important de changer les idées reçues sur la contraception, par exemple : « la contraception ne concerne que les femmes ».

L'outil est adapté pour un grand et un petit groupe.

QUELQUES EXEMPLES DE QUESTIONS DE RELANCE (LISTE NON EXHAUSTIVE)

➤ *Qu'est-ce qu'un moyen de contraception ?*

➤ *Quels moyens de contraception protègent des IST dont le VIH ?*

➤ *Quels sont les points communs et les différences de chaque moyen de contraception ?*

➤ *Quel effet peut avoir la pilule sur le corps ?*



- › *Est-ce que la pilule fait grossir ?*
- › *Peut-on se procurer des moyens de contraception gratuitement ?*
- › *Suis-je obligée de passer un examen gynécologique pour prendre un moyen de contraception ?*
- › *Que faire si on a un rapport sexuel non protégé ?*
- › *Si je suis mineure, est-ce que je peux obtenir la contraception d'urgence ?*

Les réponses aux questions de relance sont dans la brochure « Choisir sa contraception »

AVANTAGES ET LIMITES DE L'OUTIL

AVANTAGES

- L'outil suscite la curiosité et permet d'initier un échange.
- Il permet aux jeunes d'identifier la forme réelle des moyens de contraception.

LIMITES

- L'outil nécessite une très bonne connaissance des moyens de contraception par l'animateur ou animatrice.
- Le jeu peut être trop facile et infantilisant pour certaines personnes.

PISTES D'UTILISATION ET OUTILS COMPLÉMENTAIRES

Mettre les noms des différentes méthodes contraceptives au tableau. Les participants et participantes devront venir et placer les images agrandies sous la bonne méthode.