



DOSSIER DE PRESSE

www.macontraceptiondurgence.be



ÉVITER UNE GROSSESSE APRÈS UN RAPPORT SEXUEL NON OU MAL PROTÉGÉ ? LE RÔLE DE LA CONTRACEPTION D'URGENCE

La sexualité n'est pas toujours un long fleuve tranquille, encore moins une science exacte. Des rapports sexuels non ou mal protégés ne sont pas exceptionnels tout au long d'une vie sexuelle.

Pour réduire le risque de grossesse non prévue et non souhaitée, **la contraception d'urgence** joue un rôle essentiel. **Pilules contraceptives d'urgence ou placement d'un dispositif intra-utérin au cuivre**, ces méthodes doivent être utilisées le plus rapidement possible après un rapport sexuel non ou mal protégé pour être efficaces.

EN PRATIQUE :



LES PILULES CONTRACEPTIVES D'URGENCE

Les pilules contraceptives d'urgence (parfois appelées pilules du lendemain) se présentent sous la forme d'un comprimé :

soit : → à prendre jusqu'à 3 jours (72h) après un rapport sexuel non ou mal protégé
→ à 5 jours (120h) après un rapport sexuel non ou mal protégé

Les pilules d'urgence retardent l'ovulation et diminuent seulement le risque de grossesse. Elles ne sont pas efficaces à 100 %. Elles ne peuvent pas interrompre une grossesse en cours et **ne protègent pas pour les rapports sexuels suivants**. Pour une efficacité maximale, **le comprimé doit être avalé le plus rapidement possible, idéalement dans les 24h, après le rapport sexuel non ou mal protégé.**

La pilule contraceptive d'urgence au **lévonorgestrel** à prendre **jusqu'à 3 jours** est commercialisée sous les noms : Justine®, Levodonna®, Norlevo®, Postinor®.

La pilule contraceptive d'urgence à **l'acétate d'ulipristal**, à prendre **jusqu'à 5 jours**, est commercialisée sous le nom EllaOne®.



LE DISPOSITIF INTRA-UTÉRIN AU CUIVRE (DIU)

Le dispositif intra-utérin (DIU), aussi appelé stérilet, est une petite tige, le plus souvent en plastique souple et en forme de T, munie d'un fil. Le DIU au cuivre est porteur d'une petite quantité de cuivre qui rend les spermatozoïdes inactifs, modifie la paroi de l'utérus et, s'il est placé comme contraception d'urgence, empêche l'implantation de l'ovule.

Le DIU est placé par un médecin **jusqu'à 5 jours après le rapport sexuel non ou mal protégé**. **C'est la contraception d'urgence la plus efficace**. Contrairement à certaines idées reçues, le DIU ne rend pas stérile, peut être placé chez une femme n'ayant pas encore eu d'enfant. Il ne perturbe pas le cycle menstruel et ne réduit pas la fertilité.



INFORMER ET SENSIBILISER À L'UTILISATION DE LA CONTRACEPTION D'URGENCE

UN NOUVEL OUTIL SUR MESURE À DISPOSITION DU PUBLIC

La **Fédération Laïque de Centres de Planning Familial (FLCPF)** a développé, avec le soutien de la COCOF et de Fédération Wallonie-Bruxelles, **un nouvel outil en ligne. Il s'agit d'une première en Belgique !**

Mieux informer les femmes* et personnes concernées et accroître leur capacité à maîtriser leur fertilité sont les objectifs principaux du site www.macontraceptionurgence.be

Disponible partout et à toute heure, www.macontraceptionurgence.be propose un questionnaire anonyme qui, en 7 étapes et moins de 5 minutes, offre des **solutions personnalisées aux personnes qui risquent une grossesse et souhaitent l'éviter**. Il informe également sur l'utilisation, le coût et la délivrance de la contraception d'urgence.

Les différentes étapes abordent une série de questions concernant la date du rapport sexuel non ou mal protégé, la taille et le poids de la femme, la prise d'une contraception régulière ou non. Sur base des réponses collectées, une information individuelle est proposée sur les possibilités de recours à une contraception d'urgence. Une explication sur l'utilisation de la contraception d'urgence, son coût éventuel et les lieux où elle peut être délivrée complètent le récapitulatif.

Cliquez ici pour consulter la vidéo de présentation de l'outil



* Par souci de facilité pour le grand public auquel ils s'adressent, nous avons choisi d'utiliser le terme « femmes » dans ces nouveaux outils mais ils s'adressent à toutes personnes exposées à un risque de grossesse.

UNE CAMPAGNE DE SENSIBILISATION : « TU VAS PEUT-ÊTRE AVOIR DE LA CHANCE...OU PAS! »

A l'occasion de la mise en ligne de ce nouvel outil, la FLCPF lance **une campagne de promotion et de sensibilisation à la contraception d'urgence**.

Afin de toucher le plus grand nombre, la FLCPF lance une campagne d'affichage avec trois visuels différents et une campagne sur les réseaux sociaux

LA CAMPAGNE D’AFFICHAGE

1. Une affiche pour les jeunes dans le cadre scolaire

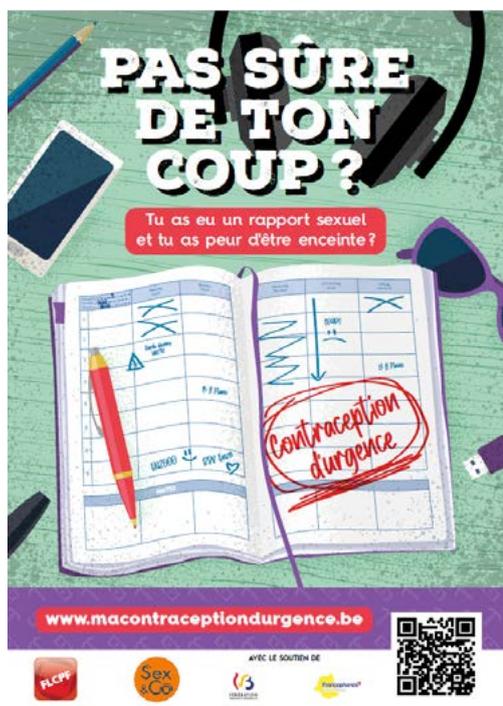
Diffusée dans les centres PMS-PSE des écoles et services d'aide à la jeunesse.

2. Un roll-up pour les jeunes en milieux festifs

Présent dans les divers festivals et événements Sex and Co. Sex&Co est un projet de Promotion de la Santé affective et sexuelle en milieux festifs. Les stands du projets Sex and Co sont présents sur une dizaine de festivals belges. Ils sont mis en place en collaboration avec des centres de planning familial et sont destinés aux jeunes. Du matériel d'information et de réduction des risques y sont distribués et des interactions directes avec des professionnel-les sont possibles via des jeux et des discussions.

3. Une affiche grand public pour les lieux de santé

Diffusée dans les centres de planning familial, les maisons médicales, les associations de médecins généralistes et de pharmaciens.



Si vous souhaitez vous procurer des affiches, n'hésitez pas à nous contacter via cedif@planningfamilial.net

LES RÉSEAUX SOCIAUX

Différents posts seront diffusés sur Facebook, Instagram, Facebook, LinkedIn. Ils présenteront le questionnaire www.macontraceptiondurgence.be, déconstruiront les idées reçues sur le sujet, proposeront des témoignages, des chiffres clés, etc. Ils ont tous en commun de sensibiliser à la prise d'une contraception d'urgence comme solution à une grossesse non désirée et renverront vers le questionnaire et/ou notre site web www.planningfamilial.net pour plus d'informations.

Périodes de diffusion principales sur les réseaux

- Du 11 avril au 5 mai 2023
- Du 3 juillet au 28 juillet 2023
- Du 25 septembre au 6 octobre 2023

Suivez nous sur les réseaux sociaux : likez, commentez et partagez les posts de la campagne en nous taguant !

Facebook : <https://www.facebook.com/flcpf>

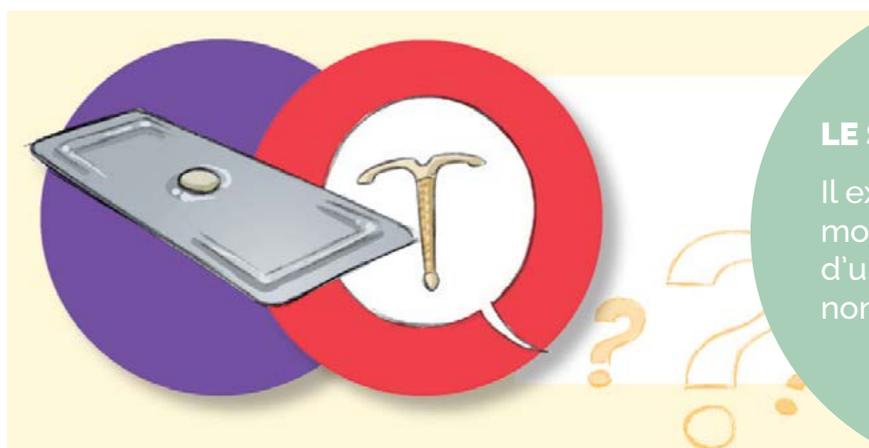
Instagram : <https://www.instagram.com/flcpf.asbl/>

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/company/federation-laique-de-centres-de-planning-familial/>



Pour compléter ces campagnes, une brochure gratuite d'information *La contraception d'urgence* est également disponible en cliquant [ici](#).

Pouvoir faire des choix éclairés sur base d'une information personnalisée afin de disposer au mieux de son corps, voilà ce que la FLCPF souhaite en mettant à disposition : www.macontraceptiondurgence.be



LE SAVIEZ-VOUS ?

Il existe différents moyens de contraception d'urgence après un rapport non ou mal protégé



PRENDRE EN CHARGE LES DEMANDES DE CONTRACEPTION D'URGENCE : UNE MISSION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL

Permettre l'accessibilité à une contraception et prévenir les grossesses non désirées font partie des missions des centres de planning familial¹. Depuis de nombreuses années, les centres de planning familial répondent aux demandes de contraception d'urgence des femmes et des couples. Cela s'inscrit aussi dans leur mission d'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle. Les derniers rapports de la *Commission nationale d'évaluation de la loi sur l'interruption volontaire de grossesse* expose une série de recommandations concernant la contraception et l'IVG dont celle de **renforcer l'information sur l'utilisation de la contraception d'urgence et sa délivrance dans les centres de planning familial**².

La prise en charge des demandes de contraception d'urgence en centres de planning familial offre :

→ Une prise en charge médicale de qualité par des professionnel.les formé.es :

La prise en charge de la contraception d'urgence est assez complexe (IMC, type de contraception utilisée au moment du rapport non protégé, cycle de la femme, contre-indications, etc.) et nécessite des professionnel.les formé.es à la santé reproductive et sexuelle, telles que ceux des équipes pluridisciplinaires des centres de planning familial. La FLCPF soutient la pratique des équipes de centres de planning familial en organisant des formations de base et continues notamment sur la contraception, y compris la contraception d'urgence. Elle publie également des outils pour les professionnel.les comme le *Vade-mecum pour la prise en charge des demandes de contraception d'urgence*, qui formalise la longue expérience des centres de planning familial et consolide leur expertise par une analyse actualisée de la littérature scientifique et des dernières recommandations internationales.

→ Un accueil anonyme et confidentiel :

Propres aux centres, cet anonymat et cette confidentialité permettent de lever des barrières psychologiques à l'accès à la contraception d'urgence.

→ Une accessibilité renforcée :

Dans le cadre de l'accueil, la délivrance des pilules d'urgence en centres de planning familial permet une meilleure accessibilité financière puisque celles-ci y sont proposées gratuitement. Ce dispositif est complémentaire aux pharmacies qui peuvent délivrer sans ordonnance, et qui sont accessibles 24h/24h grâce aux services de garde.

→ Une prise en charge holistique :

La délivrance de la contraception d'urgence en centres de planning permet une prise en charge pluridisciplinaire. Ainsi, les professionnel.les vont pouvoir :

- Discuter de contraception et envisager par la suite une contraception régulière ;
- Détecter de potentiels abus sexuels et violences ;
- Aborder la question des infections sexuellement transmissibles et proposer des dépistages ;
- Répondre aux questions liées à la vie relationnelle, affective et sexuelle des personnes concernées ;
- Informer quant à l'interruption volontaire de grossesse si le délai pour prendre une contraception d'urgence est dépassé.



LE SAVIEZ-VOUS ?

La pilule contraceptive d'urgence est délivrée gratuitement et sans ordonnance en centre de planning familial, quel que soit l'âge.

¹ Pour en savoir plus sur les CPF, rendez-vous sur : <http://www.loveattitude.be/centres-de-planning/>

² <https://organesdeconcertation.sante.belgique.be/fr/organe-d%27avis-et-de-concertation/commission-nationale-devaluation-interruption-de-grossesse>



Pour rappel, la FLCPF plaide pour :

- Une information claire et régulière sur la diversité des moyens de contraception en ce compris la contraception d'urgence
- La gratuité de tous les moyens contraceptifs à tous les âges
- La légalisation de la dispensation de la pilule d'urgence par du personnel psycho-social en centre de planning familial.

LA FÉDÉRATION LAÏQUE DE CENTRES DE PLANNING FAMILIAL

Elle promeut les droits sexuels et reproductifs comme faisant partie intégrante des droits humains afin de renforcer la liberté, l'égalité et la dignité de la population. La FLCPF est également une structure d'appui aux centres de planning familial.

A cet effet, elle prête notamment son concours à ses 42 centres affiliés dont 22 pratiquent des interruptions de grossesse.

La FLCPF, c'est également :

- **Un catalogue de plus de 20 formations par an** pour les professionnel.les sur des thématiques de Santé Sexuelle et Reproductive
- **Des nombreux projets en promotion de santé ou éducation permanente** dont des cellules EVRAS.
- **Un Centre de Ressources Sexualités & Handicaps**
- **Un centre de documentation et d'information** spécialisé sur la vie affective et sexuelle (le CEDIF)
- **Des évènements publics**
- **Des outils pédagogiques et des brochures d'informations** à destination du grand public et des professionnel.les

RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS SUR LA CONTRACEPTON D'URGENCE (OUTILS, CAMPAGNE, ETC) SUR NOTRE SITE WEB www.planningfamilial.net

CONTACT

Fédération Laïque de Centres de Planning Familial

Chargée de projet : Claudine CUEPPENS - ccueppens@planningfamilial.net 02/502 68 00

Chargée de communication : Olivia HAIRSON - ohairson@planningfamilial.net 02/505 60 66

Avec le soutien de :

