

LA CONTRACEPTION
2.0

COLLOQUE /
29 SEPTEMBRE 2020 / 09H00-17H00
CITÉ MIROIR / LIÈGE / WEBINAIRE

FLCPF

The poster features a pink background with a white chemical structure of a steroid hormone (likely a progestin) in the center. The structure includes a phenolic A-ring, a four-membered D-ring, and a five-membered E-ring with a hydroxyl group and an ethynyl group. The background is filled with faint, repeating chemical structures. In the bottom right corner, there is a white icon of a hand pointing to a central node in a network diagram.

La contraception 2.0

RESSOURCES DOCUMENTAIRES

Table des matières

Les consultations à distance	2
<i>How our members stood up for access to abortion care during covid-19. IPPF-EN, 2020.</i> ...	2
<i>Réponses rapides dans le cadre du COVID-19 -Téléconsultation et télésoin. Haute Autorité de Santé (HAS), juillet 2020.</i>	3
<i>Santé connectée, télémedecine et télésoin</i>	3
<i>La télémedecine et les applications mobiles Health. INAMI, 2020</i>	3
<i>La télémedecine, un instrument susceptible de corriger les inégalités de santé ? DESBOIS D. Terminal [En ligne], 2018, n°122.</i>	3
<i>Vidéo-consultations dans le suivi des patients atteints de maladies chroniques. Centre Fédéral d'Expertise des Soins de Santé (KCE), 2020, Reports 328B.</i>	3
L'auto-santé : applications web et contraception	4
<i>Choisir sa contraception</i>	4
<i>Contr'appception. GGOLF, SSMG, 2017.</i>	4
<i>Go to Gyneco !</i>	4
<i>Gyn&Co</i>	4
<i>Home testing for male factor infertility : a review of current options. KOBORI Y. Fertility and Sterility, 2019, vol.111, Issue 5, pp.864-870</i>	4
<i>Mon contraceptif</i>	5
<i>Perfect-use and typical-use Pearl Index of a contraceptive mobile app. BERGLUND SCHWERWITZL E., et al. Contraception, 2017, n°96, pp.420-425.</i>	5
L'Education à la Vie Relationnelle, Affective et Sexuelle (EVRAS)	5
<i>L'éducation sexuelle à l'ère du numérique.</i>	5
<i>Education sexuelle.com</i>	6
<i>Evras.be</i>	6
<i>Fil Santé Jeunes</i>	6
<i>InfoAdoJeunes</i>	6
<i>Love Attitude</i>	6
<i>Sex&co</i>	7
<i>Ultra Strips Down</i>	7

Les consultations à distance

Baromètre de l'inclusion numérique 2020. Fondation Roi Baudouin, 2020, 61 p.

Nous vivons dans une société où les rapides évolutions numériques et technologiques ont un impact sur tous les aspects de notre existence. La crise du coronavirus a clairement démontré les opportunités que permettent les technologies numériques. Mais elle a aussi douloureusement révélé que tout le monde ne suivait pas le mouvement, ce qui entrave la participation de certaines personnes à la vie sociale et l'accès à leurs droits. Nous devons éviter que les bénéfices de la numérisation croissante de la société profitent d'abord et surtout aux groupes socialement, culturellement et économiquement avantagés, accroissant ainsi les écarts entre les groupes sociaux. Ce baromètre souhaite identifier le phénomène de l'exclusion numérique et mieux en comprendre les causes et les conséquences.

https://www.kbs-frb.be/fr/Activities/Publications/2020/2020_08_24_CF

Guide pour l'Europe. Protéger les droits des femmes et des filles pendant la pandémie de Covid-19 et dans la période qui suivra. IPPF-EN, Amnesty International, Women's Link Worldwide, 2020.

La pandémie COVID-19 exacerbe les inégalités entre les sexes et augmente les niveaux de discrimination, d'insécurité et de violence pour les femmes à travers l'Europe. Ce document fournit aux gouvernements une feuille de route pour prendre les mesures nécessaires pour protéger les droits des femmes et des filles, qui sont touchées de manière disproportionnée par la pandémie, en particulier ceux qui subissent des formes de discrimination croisées et persistantes.

<https://www.ippfen.org/resource/guide-europe-protecting-rights-women-and-girls-times-covid-19-pandemic-and-its-aftermath>

How our members stood up for access to abortion care during covid-19. IPPF-EN, 2020.

L'IPPF-European Network met en évidence, avec différents exemples, le rôle crucial que ses membres et partenaires ont joué dans les premiers mois de la pandémie, à la fois en tant que prestataires de soins de santé et en tant que défenseurs des droits sexuels et reproductifs.

<https://www.ippfen.org/resource/how-our-members-stood-access-abortion-care-during-covid-19>

Réponses rapides dans le cadre du COVID-19 -Téléconsultation et télésoin. Haute Autorité de Santé (HAS), juillet 2020.

Document régulièrement mis à jour pour tenir compte de l'évolution des textes relatifs à la télésanté paraissant dans le cadre de l'épidémie de COVID-19 (France).

https://www.has-sante.fr/jcms/p_3168867/fr/reponses-rapides-dans-le-cadre-du-covid-19-teleconsultation-et-telesoin

Santé connectée, télémédecine et télésoin

Le site géré par Pierre Simon, se veut être un lieu d'échanges, de conseils et de formation pour les acteurs de la télémédecine et du télésoin.

<http://www.telemedaction.org/> Une page est consacrée spécifiquement à la télémédecine en gynécologie : <http://www.telemedaction.org/446821228>.

La télémédecine et les applications mobiles Health. INAMI, 2020

Cadre de remboursement de la télémédecine et des applications mobiles Health (mHealth).

https://www.inami.fgov.be/fr/themes/cout-remboursement/par-mutualite/Pages/telemedecine-applications-mHealth.aspx#T%C3%A9l%C3%A9consultation%3Aune_acc%C3%A9l%C3%A9ration_considerable_en_raison_du_Covid-19

La télémédecine, un instrument susceptible de corriger les inégalités de santé ? DESBOIS D. *Terminal* [En ligne], 2018, n°122.

Entre disparités régionales et sociales de santé en France, l'auteur examine la situation française des actes de télémédecine, en passant par des exemples internationaux.

<https://doi.org/10.4000/terminal.2232>

Vidéo-consultations dans le suivi des patients atteints de maladies chroniques. Centre Fédéral d'Expertise des Soins de Santé (KCE), 2020, Reports 328B.

À la demande de l'INAMI et du CHU de Namur, le Centre fédéral d'Expertise des Soins de santé (KCE) a étudié l'impact des consultations vidéo sur la santé des patients atteints de maladies (somatiques) chroniques et a analysé la manière dont ce type de consultations est organisé en France et aux Pays-Bas.

<https://www.kce.fgov.be/fr/vid%C3%A9o-consultations-dans-le-suivi-des-patients-atteints-de-maladies-chroniques>

L'auto-santé : applications web et contraception

Choisir sa contraception

Site développé par le Ministère français de la Santé publique reprenant toutes les informations utiles sur les méthodes de contraception. Propose de petits films d'animation sur différentes méthodes ainsi que des vidéos d'experts.

<https://www.choisirsacontraception.fr/>

Contr'apception. GGOLFB, SSMG, 2017.

Le Groupement des Gynécologues Obstétriciens de langue Française de Belgique (GGOLFB) et la Société Scientifique de Médecine Générale (SSMG) mettent gratuitement à disposition des gynécologues et des médecins généralistes, une application interactive, pour tablettes / smartphones sous Android et iPads / iPhones, qui les aide en consultation à prescrire à chaque femme la contraception la plus adéquate.

<https://www.ggolfb.be/article/news-medicale/contrapception-la-premiere-appli-francophone-qui-epaule-les-medecins>

Go to Gyneco !

Site web, développé par O'yes et Tels Quels, dédié aux lesbiennes, bies & co reprenant des informations adaptées sur la santé sexuelle. Un espace est également dédié aux professionnelles pratiquant la gynécologie concernant les spécificités de ces publics pour pouvoir adapter leur pratique.

<https://gotogyneco.be/>

Gyn&Co

Site, développé par la firme pharmaceutique Mithra, consacré à la santé féminine dont la contraception. Propose de nombreuses informations validées par des experts ainsi que des vidéos, des témoignages et un glossaire.

<https://www.gynandco.be/fr/>

Home testing for male factor infertility : a review of current options.

KOBORI Y. Fertility and Sterility, 2019, vol.111, Issue 5, pp.864-870

L'analyse du sperme est la clé du diagnostic du potentiel reproducteur d'un sujet masculin. Dans la pratique actuelle, les hommes doivent se rendre dans une clinique ou un autre établissement hospitalier pour faire analyser leur sperme. Cependant, de nombreux hommes ne sont pas à l'aise avec ce processus, qu'ils trouvent souvent

embarrassant et coûteux. Pour résoudre ces problèmes, de nombreux dispositifs d'analyse à domicile d'échantillons de sperme ont été développés et commercialisés. Cette revue examine la littérature relative aux dispositifs de test de sperme à domicile actuellement disponibles et décrit leurs limites et leurs orientations futures.

[https://www.fertstert.org/article/S0015-0282\(19\)30073-1/fulltext](https://www.fertstert.org/article/S0015-0282(19)30073-1/fulltext)

Mon contraceptif

Site développé conjointement par les 4 fédérations de centres de planning familial et O'yes et reprenant des informations simples et claires sur tous les moyens de contraception disponibles ainsi que des infos clés, des planches anatomiques et une FAQ.

<https://www.mescontraceptifs.be/>

Perfect-use and typical-use Pearl Index of a contraceptive mobile app.

BERGLUND SCHWERWITZL E., et al. Contraception, 2017, n°96, pp.420-425.

L'application Natural Cycles (<https://www.naturalcycles.com/>)* est une méthode contraceptive basée sur la connaissance de la fertilité qui utilise les dates de menstruation et la température basale du corps pour informer la femme sur la période de fertilité de son cycle menstruel. Cette étude présente les résultats d'enquêtes sur l'efficacité contraceptive de l'application mobile en évaluant l'indice de Pearl à usage parfait et typique.

*D'autres applications sur la méthode symptothermique existent comme Moonly, Sympto Plus, etc.

[https://www.contraceptionjournal.org/article/S0010-7824\(17\)304298/pdf](https://www.contraceptionjournal.org/article/S0010-7824(17)304298/pdf)

L'Éducation à la Vie Relationnelle, Affective et Sexuelle (EVRAS)

L'éducation sexuelle à l'ère du numérique. ROTHAM E. Internet Health Report [En ligne], 2019.

Si la pornographie existait bien avant Internet, chacun sait que les contenus pour adultes sont plus accessibles que jamais, y compris pour le jeune public. La façon dont les parents et les enseignants abordent ce sujet, qui représente un tabou pour beaucoup, s'avère essentielle pour adapter l'éducation sexuelle à l'ère numérique.

<https://internethealthreport.org/2019/leducation-sexuelle-a-lere-numerique/?lang=fr>

Education sexuelle.com

Association française qui a créé deux sites sur la sexualité des adolescents, l'un à destination des parents et l'autre à destination des jeunes : <https://www.educationsexuelle.com/> et <https://www.educationsensuelle.com/>. Le premier ambitionne d'aider les parents à mieux comprendre et aborder la sexualité avec leurs enfants. Le second propose une éducation à la sensualité, notamment par le biais de plusieurs petits films. Les deux sont construits avec de nombreux experts qui témoignent dans une série de vidéos thématiques.

Evras.be

Site développé par la FLCPPF, la FCPPF et O'yes avec le soutien de la COCOF, et reprenant l'ensemble des informations disponibles sur l'Education à la Vie Relationnelle, Affective et Sexuelle : textes de référence sur la généralisation de l'EVRAS en milieu scolaire, formations, documentation, outils et actualités.

<https://www.evras.be/>

Fil Santé Jeunes

Site de l'Ecole des Parents et des Educateurs de l'Île de France. Propose une large information santé y compris sexuelle, pour les jeunes de 12 à 25 ans. Outre des dossiers et actualités thématiques, un numéro de téléphone anonyme et gratuit et un chat sont accessibles tous les jours, de 9h à 22h.

<https://www.filsantejeunes.com/>

InfoAdoJeunes

Application mobile développée par l'Association Togolaise pour le Bien-Être Familial (ATBEF), membre de l'IPPF. L'objectif est d'aider les adolescents et les jeunes à accéder à des informations crédibles sur la santé sexuelle et reproductive pendant la période de COVID.

<https://www.ippfar.org/blogs/la-nouvelle-application-mobile-qui-contribue-ameliorer-la-sante-sexuelle-et-reproductive-des>

Love Attitude

Portail des centres de planning familial agréés en Régions wallonne et bruxelloise. Le site à destination des jeunes propose différentes rubriques thématiques : contraceptions, grossesse et avortement, IST-VIH, sexualités, LGBTQI+ et violences.

Il permet également la recherche d'un centre de planning familial en fonction de l'endroit où l'on se trouve.

<http://www.loveattitude.be/>

Sex&co

Programme d'Education à la Vie Relationnelle Affective et Sexuelle en milieu festif : organisation de stands avec des professionnel.les de centres de planning familial (prévention, animation, distribution de préservatifs, accessibilité à la contraception d'urgence, etc.). En l'absence de festivals durant cet été 2020, le projet s'est réinventé en mode virtuel sur Instagram : points info, recommandations cul'turelles, quiz, questions-réponses, vidéos, etc.

@sex8co (<https://www.instagram.com/sex8co/>)

Ultra Strips Down

Emission diffusée par la chaîne danoise à la demande Ultra. Après que le présentateur leur indique que le moment est venu, cinq adultes alignés en peignoir face à un public composé d'enfants âgés de 11 à 13 ans se mettent totalement à nu. Puis les enfants sont invités à leur poser toutes les questions qui leur passent par la tête. L'émission qui fait polémique sur les réseaux sociaux, a reçu le prix de la meilleure émission pour enfants au Danemark en 2019.

Des adultes se déshabillent devant des enfants : l'émission danoise «Ultra Strips Down» fait polémique :
<https://www.cnews.fr/divertissement/2020-09-22/des-adultes-se-deshabillent-devant-des-enfants-lemission-danoise-ultra>

Retrouvez le **CEDIF** sur

<https://documentation-planningfamilial.net>