

"J'en parle au Planning Familial !"

Vous avez un doute, vous vous posez des questions, vous voulez être informé-e-s ? Nos équipes sont là pour vous rencontrer, vous écouter et vous accompagner dans vos choix.

Violences

"J'en ai marre de me faire insulter !"

Les injures à autrui fondées sur l'apparence physique, sur une origine géographique, une religion, un sexe, une orientation sexuelle (ex. : l'homosexualité) sont punies par la loi. Le Planning Familial lutte contre toutes formes de discriminations et de violences, notamment sexuelles.



"Je ne voulais pas faire l'amour, on m'a forcé-e !"

Votre corps vous appartient et personne n'a le droit de vous imposer un acte contre votre gré. Le viol (tout acte de pénétration sexuelle de quelque nature qu'il soit commis par violence, contrainte, menace ou surprise) est considéré comme un crime et puni de 15 ans de prison.

"Je suis témoin de violences verbales, physiques, psychologiques dans ma famille, est-ce que je peux en parler au Planning ?"

Vous serez accueilli-e et écouté-e au Planning Familial par une équipe de professionnel-le-s.

"Et le mariage ?"

Vous avez le droit de choisir librement avec qui vous voulez vous marier et personne n'a le droit de forcer votre choix.

Sexualités

Sexualités



"La taille du pénis a-t-elle une influence sur le plaisir partagé pendant l'amour ?"

La taille du pénis n'a rien à voir avec la capacité de chacun à aimer, ni le plaisir que l'on peut donner ou prendre.

"Quel est l'âge moyen des premiers rapports sexuels ?"

Il n'y a pas de « bon âge ». Chacun-e doit pouvoir ressentir quand il ou elle est prêt-e. A titre indicatif, la moitié des filles et des garçons de 17 ans ont déjà eu un rapport sexuel. Mais cela peut arriver plus tôt ou plus tard.

"C'est quoi le clitoris ?"

C'est un organe féminin situé au sommet des petites lèvres et recouvert d'un capuchon de peau. Il est extrêmement sensible et érectile sous l'effet de l'excitation et des caresses. Le clitoris n'est là que pour procurer du plaisir.

"C'est quoi le plaisir sexuel ?"

C'est prendre et donner du plaisir avec son corps, ses zones érogènes, ses organes génitaux, par des caresses, des baisers, des frottements, des pénétrations...



"J'ai un retard de règles, que faire ?"

Vous pouvez venir en parler au Planning Familial et y faire un test de grossesse.

"Je suis attiré-e par quelqu'un du même sexe que moi ?"

Vous pouvez avoir de l'attraction sexuelle pour les femmes, pour les hommes ou pour les deux, ne vous laissez pas enfermer par ce que les autres disent. Votre corps est à vous.

"Je veux pouvoir prendre une contraception sans que mes parents le sachent. A qui dois-je m'adresser ?"

Au Planning Familial et dans les centres de planification, la délivrance de la contraception est confidentielle et gratuite pour les mineur-e-s et les non assuré-e-s sociaux. Par ailleurs, tout médecin généraliste ou gynécologue est autorisé à prescrire une contraception à une mineure sans autorisation parentale, mais dans ce cadre il n'y a pas de gratuité.

Le savez-vous ?

"C'est quoi le féminisme ?"

C'est une lutte pour promouvoir l'égalité des droits entre les hommes et les femmes. Le Planning Familial est un mouvement féministe.

"Je suis en conflit avec mes parents, à qui puis-je en parler ?"

Le Planning Familial est un espace de paroles où les jeunes peuvent exprimer leurs difficultés, poser des questions à une équipe de professionnel-le-s (conseillères conjugales et familiales, assistantes sociales, infirmières, médecins...).



Un doute, une difficulté, des questions

Le Planning Familial vous informe

"Est-ce qu'on peut adhérer au Planning Familial ?"

Adhérer au Planning Familial, c'est soutenir son action. C'est poursuivre les années de lutte de femmes et d'hommes pour faire reconnaître les droits à la contraception et à l'IVG. C'est rester mobilisé pour la défense de ces droits toujours remis en cause (non remboursement de la plupart des contraceptifs, difficultés d'accès à l'IVG).

"Est-ce que je peux faire un test de dépistage du sida et des Infections Sexuellement Transmissibles au Planning Familial ?"

Le Planning Familial ainsi que les centres de planification effectuent des dépistages et délivrent des traitements (ceux-ci sont gratuits pour les mineur-e-s et les non assuré-e-s sociaux).

Du nouveau en Rhône-Alpes

Le Pass contraception-prévention

Vous avez entre 15 et 25 ans, vous êtes détenteur de la carte "M'ra !" ?

Le Pass contraception-prévention, mis en place par la Région Rhône-Alpes, vous protège. Il est anonyme et gratuit.

Pour en savoir plus :
www.passcontraception.rhonealpes.fr
 0 810 810 714 (Numéro Azur)
 Contraception, IVG, sexualité

Pour en savoir plus...

0 810 810 714
 [numéro Azur]
 contraception, IVG, sexualité

www.leplanning-rhonealpes.org
www.planning-familial.org

Ce que dit la loi...

Violences

Chaque année, des adolescent-e-s subissent des violences de la part d'adultes ou d'autres jeunes. Ces violences peuvent être physiques, mais aussi morales. Les femmes sont les plus touchées.

Toute atteinte à la dignité et à l'intégrité d'une personne est une violence.

L'agression sexuelle est une atteinte sexuelle commise avec violence, contrainte, menace ou surprise. C'est un délit qui est puni de prison. Les attouchements font partie des agressions sexuelles.

Le viol est un acte sexuel avec pénétration, vaginale, anale ou orale, en groupe ou non, imposé par autrui avec violence,

menace, contrainte ou surprise. Le viol est un crime puni de 15 ans de prison, dont la peine peut être aggravée si la victime a moins de 15 ans.

L'inceste est considéré comme un viol exercé entre proches parents (parents, beaux-parents, enfants, grands-parents, petits-enfants, frères, sœurs, oncles, tantes, neveux, nièces...).

Le mariage forcé : l'enlèvement ou la séquestration d'une jeune fille en vue de son mariage est passible de prison. Si la jeune fille est victime d'un mariage forcé, sans enlèvement ou séquestration, elle peut porter plainte.

Depuis avril 2006, l'âge légal du mariage est de 18 ans pour les filles comme les garçons.

L'excision : c'est une mutilation sexuelle (ablation totale ou partielle du clitoris et des petites lèvres) qui est punie par la loi française.

Les violences conjugales ou familiales : désignent des comportements agressifs ou violents, d'une personne à l'encontre d'une ou plusieurs autres, dans le cadre d'une relation de couple ou dans une famille. Ces violences, bien que s'exerçant dans le cadre d'une relation privée, sont punies par la loi.



Un doute, une difficulté, des questions...
Le Planning Familial vous informe

Réserve Carte Z
44 x 17 !!!

Sexualités

CONTRACEPTION

Depuis 1974, les jeunes peuvent accéder librement aux prescriptions et soins concernant la contraception sans autorisation parentale, au Planning Familial et dans les centres de planification.

Vous avez le choix entre plusieurs méthodes :

CONTRACEPTION HORMONALE

La pilule : il existe plusieurs compositions et dosages hormonaux.

Le patch : il se présente sous la forme d'un timbre de 4 cm par 3 cm, qui se colle sur la peau et qui libère des hormones en continu pendant une semaine.

L'implant : est un petit bâtonnet placé sous la peau du bras, efficace pendant 3 ans.

L'anneau vaginal : il se place dans le vagin pendant 3 semaines, puis il est retiré pendant 1 semaine.

Les injections : il s'agit d'une contraception injectable intramusculaire, efficace pendant trois mois.

AUTRES MOYENS

Le Dispositif Intra Utérin (stérilet) : c'est un petit objet (entre 3 et 4 cm) qui est placé à l'intérieur de l'utérus, pour une durée de 3 à 5 ans.

Le diaphragme : c'est une coupelle en latex, très fine et de taille variable, qui se place au fond du vagin.

La cape cervicale : c'est une petite coupelle en silicone, plus souple que le diaphragme, qui se place au fond du vagin.



Les spermicides : ce sont des produits qui ont le pouvoir de tuer les spermatozoïdes. Ils se placent dans le vagin quelques minutes avant la relation sexuelle.

La stérilisation volontaire, masculine ou féminine : c'est une intervention chirurgicale, définitive, relativement simple et rapide. Elle n'est autorisée que pour les majeur-e-s.

Les Moyens qui protègent du risque de grossesse non désirée et du risque d'IST (dont le Sida)

Le préservatif masculin : c'est une gaine en latex que l'on pose sur le sexe en érection. Il est à usage unique.

Le préservatif féminin : c'est une gaine en nitrile ou en polyuréthane qui s'insère dans le vagin. Solide et non allergisant, il a l'avantage de pouvoir se poser bien avant l'acte sexuel. Comme le préservatif masculin, il est nécessaire de l'expérimenter plusieurs fois pour bien se l'approprier. Il est aussi à usage unique.

La plupart de ces contraceptifs sont disponibles au Planning Familial et dans les centres de planification. Les préservatifs et les spermicides sont en vente libre en pharmacie sans ordonnance.

CONTRACEPTION D'URGENCE

Si vous avez eu un rapport sexuel non protégé, la **contraception d'urgence** ou "**pilule du lendemain**" vous permet de réduire le risque d'une grossesse non désirée. Vous pouvez la prendre dans les 72 heures qui suivent mais le plus tôt est le mieux.

Vous pouvez vous procurer la contraception d'urgence dans les pharmacies (sans ordonnance et gratuitement pour les mineures), au Planning Familial, dans les centres de planification et dans les infirmeries des établissements scolaires.

Il existe une autre contraception d'urgence efficace pendant 5 jours délivrée uniquement sur ordonnance.

L'IVG ou Interruption Volontaire de Grossesse est un recours pour une femme enceinte désirant interrompre sa grossesse. Elle est possible jusqu'à 12 semaines de grossesse (14 semaines sans règles).

Une mineure peut choisir de ne pas en parler à ses parents et, dans ce cas, l'autorisation parentale n'est pas indispensable. Mais elle doit se faire accompagner par une personne majeure de son choix.

L'IVG médicamenteuse hors hôpital : elle peut être pratiquée jusqu'à la fin de la 5^{ème} semaine de grossesse (7 semaines sans règles) au-près d'un médecin conventionné et dans certains Centres de Planification.

EDUCATION SEXUELLE

La loi prévoit 3 séances d'information et d'éducation sexuelle par an dans les établissements scolaires. Elles sont dispensées par le Planning Familial, les centres de planification, l'Education Nationale, les infirmières scolaires, et certaines associations agréées.

Le Planning Familial c'est quoi ?

Le mouvement français pour le Planning Familial est une association qui a pour objectif d'être un lieu de parole concernant la sexualité et les relations amoureuses, afin que chacun-e, hommes et femmes, jeunes ou adultes, les vivent dans le partage, le respect et le plaisir. Le Planning Familial, c'est aussi un mouvement d'éducation populaire qui agit pour le droit à l'information et à la connaissance pour toutes et tous. Par son action, il fait évoluer la loi. Il est aussi un organisme de formation et dispose, en Rhône-Alpes, de deux centres de documentations à Grenoble et Villeurbanne.

Où nous trouver en Rhône-Alpes ?



www.leplanning-rhonealpes.org
0 810 810 714