

**ANNEXE de la Fiche pratique CNPSF Contraception - COVID19 :**  
**OUTILS pour la téléconsultation concernant la contraception et la santé sexuelle**  
*Mise à jour le 19 avril 2020*

**Quelques outils pour faciliter l'information, le choix, l'utilisation des moyens de contraception 1**

AIDE AU CHOIX CONTRACEPTIF	1
TABLEAU COMPARATIF DES MOYENS DE CONTRACEPTION :	2
LE PDF RÉCAPITULATIF DE TOUTES LES MÉTHODES CONTRACEPTIVES :	2
LES PILULES, FORMAGYN, 2020/01	3
FICHE D'INFORMATION DES PATIENTES DIU, CNGOF, 2017	3
OUBLI DE PILULE :	3
VOUS ET...VOS CONTRACEPTIFS ŒSTROPROGESTATIFS, ANSM ET HAS, 2014	3
CHOISIR SA CONTRACEPTION, BROCHURE VERSION 2019 :	4
AIDE À LA DÉCISION MÉDICALE PARTAGÉE, JUILLET 2014	4
TÉMOIGNAGES	4
MODE D'EMPLOI DU PRÉSERVATIF MASCULIN, INPES :	5
MODE D'EMPLOI DU PRÉSERVATIF FÉMININ :	5

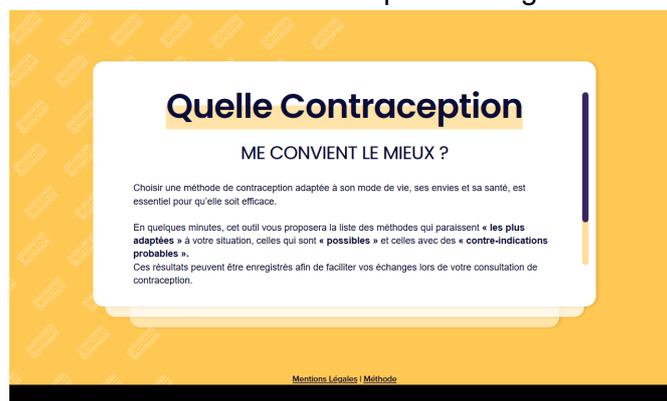
**Quelques outils pour faciliter la prise en charge des migrant.e.s et des femmes non francophones en santé sexuelle 5**

DIALOGUER DANS TOUTES LES LANGUES	5
SANTÉ	6
SANTÉ SEXUELLE	6
EDUCATION A LA SEXUALITE	6
AVORTEMENT	7
VIOLENCES	8
DROITS	9

**Quelques outils pour faciliter l'information, le choix, l'utilisation des moyens de contraception**

● **AIDE AU CHOIX CONTRACEPTIF**

En cas de changement de contraception : une aide au choix contraceptif est désormais accessible au grand public. La femme peut imprimer en PDF son questionnaire rempli et le fournir à la sage-femme ou au médecin lors de la consultation ou en amont par messagerie sécurisée :



*“Quelle Contraception ME CONVIENT LE MIEUX ? Choisir une méthode de contraception adaptée à son mode de vie, ses envies et sa santé, est essentiel pour qu'elle soit efficace. En quelques minutes, cet outil vous proposera la liste des méthodes qui paraissent « les plus adaptées » à votre situation, celles qui sont « possibles » et celles avec des « contre-indications probables ». Ces résultats peuvent être enregistrés afin de faciliter vos échanges lors de votre consultation de contraception. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, juste des réponses qui vous correspondent.”*

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

● **TABLEAU COMPARATIF DES MOYENS DE CONTRACEPTION :**

[https://www.choisirsacontraception.fr/contraception\\_tableau\\_comparatif.htm](https://www.choisirsacontraception.fr/contraception_tableau_comparatif.htm)

	EFFICACITÉ PRATIQUE %	EFFICACITÉ THÉORIQUE %	PROTÈGE CONTRE LES IST	PAS DE POSE OU PAS DE PROLÈS DOMMAGE DE SANTÉ	PAS DE MANTENEN LE RAPPORT	SANS HORMONES	A UTILISER...	PRIX (euros)
DIAPHRAGME	99.9	99.9					1 fois tous les 3 ans	105,32
DIAPHRAGME	99.8	99.9					1 seule fois dans la vie	Information non disponible
DIAPHRAGME	99.8	99.8					1 fois tous les 5 ans	101 à 112
DIAPHRAGME	99.5	99.5					1 seule fois dans la vie	Information non disponible
DIAPHRAGME	99.2	99.4					1 fois tous les 4 à 10 ans	30,50

● **LE PDF RÉCAPITULATIF DE TOUTES LES MÉTHODES CONTRACEPTIVES :**

[https://www.choisirsacontraception.fr/pdf/contraception\\_tableau\\_recapitulatif.pdf](https://www.choisirsacontraception.fr/pdf/contraception_tableau_recapitulatif.pdf)

### LES DIFFÉRENTES MÉTHODES CONTRACEPTIVES

LA MÉTHODE	PRIX*	COMMENT L'OBTENIR ?
<p><b>DIU (Dispositif Intra-Utérin)</b>                      Il en existe deux types : au cuivre ou lévonorgestrel. Le DIU (apparemment appelé « stérilet ») est placé dans l'utérus par un médecin ou une sage-femme. La pose dure quelques minutes. Il peut être retiré par le médecin ou la sage-femme dès que la femme le désire.                      Il est efficace de 4 à 10 ans, selon le modèle. Il a une longue durée d'action et permet d'avoir l'esprit tranquille.</p>	<p>DIU au cuivre: 30,50 €.                      DIU lévonorgestrel: entre 101,15 et 112,87 €.                      Remboursé à 65 %.                      Coût:                      • pour les mineures : en pharmacie<sup>1</sup> et sans condition d'âge dans les CPFP<sup>2</sup> ;                      • pour les non-assurées sociales : dans les CPFP<sup>3</sup>.</p>	<p>Prescrit, posé et retiré par un médecin ou une sage-femme. Délivré sur ordonnance en pharmacie.</p>
<p><b>PILULE CONTRACEPTIVE</b>                      Un comprimé à prendre quotidiennement et à heure régulière pendant 21 jours ou 28 jours, selon le type de pilule.                      Il en existe deux types : les pilules combinées œstroprogestatives qui contiennent deux hormones et les pilules progestatives qui n'en contiennent qu'une.                      Les pilules œstroprogestatives sont classées selon la génération du progestatif. Le type de génération privilégié sera envisagé avec le professionnel de santé consulté.</p>	<p>De 1,28 à 1,60 €/mois pour les pilules remboursées à 65 % (c'est-à-dire les pilules de 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> génération). Les autres sont à tarification libre.                      Coût:                      • pour les mineures : en pharmacie<sup>1</sup> et sans condition d'âge dans les CPFP<sup>2</sup> ;                      • pour les non-assurées sociales : dans les CPFP<sup>3</sup>.</p>	<p>Prescrite par un médecin ou une sage-femme. Elle peut être renouvelée par une infirmière pour 6 mois maximum. Délivré sur ordonnance en pharmacie. La pharmacienne peut renouveler la délivrance pour 6 mois maximum.</p>
<p><b>PATCHE CONTRACEPTIVE</b>                      De patch à coller soi-même sur la peau une fois par semaine et à renouveler chaque semaine, pendant 3 semaines.                      Durant la 4<sup>e</sup> semaine, on ne met pas de patch, mais on est tout de même protégé. L'arrêt provoque l'apparition des règles.                      La patch est une méthode œstroprogestative car il contient deux types d'hormones : un œstroprogestatif et un progestatif. Son opportunité sera envisagée avec le professionnel de santé consulté.</p>	<p>Environ 13 €/mois. Non remboursé.</p>	<p>Prescrit par un médecin ou une sage-femme. Délivré sur ordonnance en pharmacie.</p>
<p><b>IMPLANT CONTRACEPTIF</b>                      Un bâtonnet cylindrique de 4 cm de long et de 2 mm de large inséré sous la peau du bras, sous anesthésie locale. La pose dure quelques minutes.                      Il peut être retiré par un médecin ou une sage-femme dès que la femme le désire. L'implant peut être laissé en place pendant 3 ans. L'implant est une méthode contraceptive hormonale.</p>	<p>105,32 €.                      Remboursé à 65 %.                      Coût:                      • pour les mineures : en pharmacie<sup>1</sup> et sans condition d'âge dans les CPFP<sup>2</sup> ;                      • pour les non-assurées sociales : dans les CPFP<sup>3</sup>.</p>	<p>Prescrit, posé et retiré par un médecin ou une sage-femme. Délivré sur ordonnance en pharmacie.</p>

\* Prix publics indicatifs pratiqués en métropole en 2016. <sup>1</sup> Pour les mineures d'un mois 15 ans assurées sociales ou ayant droit. <sup>2</sup> Centres de planification et d'éducation familiale.

● **LES PILULES, FORMAGYN, 2020/01**

[https://formagyn.fr/wp-content/uploads/2018/11/LesPilules\\_v2019\\_3.pdf](https://formagyn.fr/wp-content/uploads/2018/11/LesPilules_v2019_3.pdf)



- **VOUS ET...VOS CONTRACEPTIFS ŒSTROPROGESTATIFS, ANSM ET HAS, 2014**

[https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2014-02/24618\\_anism\\_contraceptifs\\_18\\_12\\_2013\\_version\\_college.pdf](https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2014-02/24618_anism_contraceptifs_18_12_2013_version_college.pdf)



Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé

**VOUS et ...**  
Vos contraceptifs œstroprogestatifs

La contraception orale (pilule) est, parmi les moyens de contraception<sup>1</sup>, une méthode efficace et largement répandue. Les pilules œstroprogestatives ou « combinées » contiennent deux types d'hormones : des œstrogènes et des progestatifs. Il en est de même pour l'anneau vaginal et le patch.

- ◆ Ces médicaments sont **prescrits par un médecin ou une sage-femme**.
- ◆ Ces médicaments sont **dispensés par un pharmacien**.
- ◆ Ces médicaments sont **efficaces** lorsqu'ils sont utilisés selon les conditions d'utilisation expliquées dans leur notice, mais nécessitent une explication orale par le médecin, la sage-femme ou le pharmacien.
- ◆ La **qualité** de ces médicaments est strictement contrôlée.

Ce sont des médicaments.

<sup>1</sup> Les autres méthodes contraceptives efficaces sont : les dispositifs intra-utérins (stabilisés, le diaphragme, la cage éponge), l'implant contraceptif, le préservatif féminin, le préservatif masculin, les spermicides, les progestatifs injectables, la stérilisation à visée contraceptive, la contraception d'urgence.

- **CHOISIR SA CONTRACEPTION, BROCHURE VERSION 2019 :**

<http://inpes.santepubliquefrance.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1371.pdf>



La mienne est dans mon bras

La mienne est au cuivre

La mienne est en latex

La mienne est sans ordonnance

La mienne dure 3 ans

La mienne n'est pas contraignante

La mienne est hebdomadaire

La mienne est en comprimés

La mienne est sur ma peau

La mienne est discrète

La mienne est définitive

La mienne est pratique

**→ CHOISIR SA CONTRACEPTION**

Découvrez tous les modes de contraception et trouvez celui qui vous convient le plus.

- **AIDE À LA DÉCISION MÉDICALE PARTAGÉE, JUILLET 2014**

[https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2014-08/aide\\_decision\\_patient.pdf](https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2014-08/aide_decision_patient.pdf)

**Choisir sa contraception avec un professionnel de santé**

**Objectif**  
Cet aide à la décision médicale partagée vise à préparer ou accompagner les décisions avec un professionnel de santé, et non à les remplacer.  
Il s'agit d'aider les femmes et les hommes à choisir un moyen de contraception qui correspond à leurs attentes et préférences, avec l'aide d'un professionnel de santé lorsque cela est souhaité ou nécessaire (par exemple : contraception nécessitant un prescription médicale).

**Les questions à vous poser pour mieux échanger avec le professionnel**

- Quelle décision devez-vous prendre ?
- Est-ce difficile pour vous d'en parler, de faire un choix ?
- Qu'est-ce qui est important pour vous en ce moment ?
- Que savez-vous déjà sur la contraception ?
- Comparez pour vous aider à faire votre choix
- Qu'a-t-il pour vous aide à choisir ?
- Où trouver soutien et information ?

Ces différentes étapes sont détaillées ci-dessous.  
Des témoignages de femmes et d'hommes sont également consultables en ligne.

**Quelles décisions devez-vous prendre ?**

Le professionnel pourra mieux vous conseiller si vous lui précisez pourquoi vous souhaitez **en parler de contraception**.

- Vous avez une **decision rapide** à prendre au sujet de votre contraception :
  - Vous devez décider dans les 3 ou 5 jours si vous avez besoin d'une contraception d'urgence, car vous avez eu un rapport non protégé (ex. oublié ou verrouillé votre préservatif, préservatif au préservatif ou cassé, etc.).
  - Vous souhaitez obtenir rapidement une contraception d'urgence efficace (ex. rencontre prévue très prochainement, etc.).
- Vous devez **changer de contraception** car votre médecin ou sage-femme a détecté une situation nouvelle qui nécessite le moyen de contraception que vous utilisez jusqu'à présent :
  - Vous souhaitez changer de contraception (par exemple, celle que vous prenez ne vous convient plus ou plus, vous souhaitez passer à un autre moyen ne serait-ce que vous adapat, votre partenaire aimerait changer, etc.). En l'absence de signes particuliers, vous pouvez attendre votre prochaine consultation sans changer votre contraception actuelle.
  - Vous avez des **difficultés** à prendre :
    - Vous souhaitez un renouvellement de prescription médicale, votre contraception actuelle vous convient ;
    - Vous souhaitez vous informer sur les différentes options disponibles pour savoir si votre contraception actuelle est la plus adaptée à votre nouvelle situation, à votre mode de vie, à votre couple le cas échéant.
  - Autres **difficultés** à prendre :

● **TÉMOIGNAGES**

[https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2014-08/temoignages\\_femmes\\_hommes.pdf](https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2014-08/temoignages_femmes_hommes.pdf)

HAS HAUTE AUTORITE DE SANTÉ

Juliet 2014

**Témoignages**

**Choisir sa contraception avec un professionnel de santé**

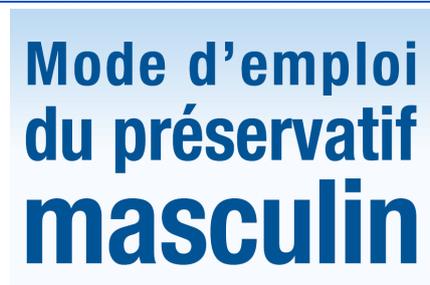
**Se sentir accueillie(e)**  
**Parler de contraception et de sexualité**

**Objectif**  
Ce document fait partie d'une aide à la décision médicale partagée relative au choix d'un moyen de contraception. Il s'agit d'aider les femmes et les hommes à choisir un moyen de contraception qui correspond à leurs attentes et préférences, avec l'aide d'un professionnel de santé lorsque cela est souhaité ou nécessaire.  
Son objectif est d'aider concrètement les femmes et les hommes à choisir un moyen de contraception qui correspond à leurs attentes et préférences, avec l'aide d'un professionnel de santé lorsque cela est souhaité ou nécessaire.  
Une « Choisir sa contraception avec un professionnel de santé » pourra permettre d'éclaircir une contraception.

**Je me suis sentie accueillie(e) dans un premier contact avec un professionnel de santé, c'était en urgence.**  
Un professionnel de santé a demandé d'un air de curiosité et sans jugement une gynécologue pour avoir un autre moyen de contraception. Avec la pilule du lendemain, ça va mieux à tout le monde. Je suis arrivée, les règles me gênaient, je me suis fait prescrire car elle n'a pas pu m'aider. Ce premier contact, c'est un très mauvais souvenir.  
Je suis allée en consultation avec mon amie. Son médecin était surpris de l'avis de l'avis à la demande de la pilule. Il a dit que dans un cas comme le mien, on connaît les autres moyens disponibles. Or, au lycée, l'information est trop basique, le personnel pour les gens, la pilule ou les films. Après, l'info disponible, c'est des plaquettes avec le logo d'un labo.  
Les femmes qui ont le VPH, on imagine qu'elles ont plus de rapports ou qu'elles n'ont pas d'ailleurs un préservatif. Alors, quand le personnel s'inquiète c'est l'urgence. On pourrait au moins nous parler de la contraception d'urgence, personne nous dit si c'est possible avec nos autres traitements.

● **MODE D'EMPLOI DU PRÉSERVATIF MASCULIN, INPES :**

<https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/244270/2568558>



● **MODE D'EMPLOI DU PRÉSERVATIF FÉMININ :**

FRANCAIS : <https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/244266/2568546>

ANGLAIS : <https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/244336/2568756>



## Quelques outils pour faciliter la prise en charge des migrant.e.s et des femmes non francophones en santé sexuelle

### DIALOGUER DANS TOUTES LES LANGUES

- **TRADUCMED** <http://www.traducmed.fr/> Il s'agit d'un site Internet créé pour permettre au personnel médical d'estimer une situation en l'absence de traducteur et d'évaluer les urgences médicales, sociales ou administratives. Ce site permet aussi d'expliquer au patient le déroulement de l'examen médical. Il propose des traductions sonores d'un interrogatoire médical en Français et des phrases d'explication de la prise en charge médicale.
- **MEDIGLOTTE** <http://mediglotte.e-monsite.com> est un projet étudiant, créé en février 2014, à Nîmes. C'est un projet indépendant, à but non lucratif, basé sur le partage gratuit des connaissances. Il ne dépend d'aucun organisme, ni public, ni privé. L'idée de base est d'apporter une solution à un problème quotidien dans le système de soins français et francophone : la barrière de la langue.
- **Google traduction** : <https://translate.google.com/?hl=fr> traduction possible de mots / phrases (les plus simples possibles ;-)) **écrits ou parlés** (si votre appareil est équipé d'un micro) en Afrikaans, Albanais, Allemand, Amharique, Anglais, Arabe, Arménien, Azéri, Basque, Bengali, Biélorusse, Birman, Bosniaque, Bulgare, Catalan, Cebuano, Chichewa, Chinois (simplifié), Chinois (traditionnel), Cingalais, Coréen, Corse, Créole haïtien, Croate, Danois, Espagnol, Espéranto, Estonien, Finnois, Français, Frison, Gaélique (Écosse), Galicien, Gallois, Géorgien, Grec, Gujarati, Haoussa, Hawaïen, Hébreu, Hindi, Hmong, Hongrois, Igbo, Indonésien, Irlandais, Islandais, Italien, Japonais, Javanais, Kannada, Kazakh, Khmer, Kirghiz, Kurde, Laotien, Latin, Letton, Lituanien, Luxembourgeois, Macédonien, Malaisien, Malayalam, Malgache, Maltais, Maori, Marathi, Mongol, Néerlandais, Népalais, Norvégien, Ouzbek, Pachtô, Panjabi, Persan, Polonais, Portugais, Roumain, Russe, Samoan, Serbe, Sesotho, Shona, Sindhî, Slovaque, Slovène, Somali, Soundanais, Suédois, Swahili, Tadjik, Tagalog, Tamoul, Tchèque, Telugu, Thaï, Turc, Ukrainien, Urdu, Vietnamien, Xhosa, Yiddish, Yorouba, Zoulou

### SANTÉ

**Livret de santé bilingue**, COMEDE, DGS et INPES, édition 2018, disponible en **15 langues** : anglais, albanais, arabe, bengali, chinois mandarin, créole haïtien, dari, espagnol, géorgien, ourdou, portugais, roumain, russe, tamoul, turc.

<http://www.comede.org/livret-de-sante/>

### SANTÉ SEXUELLE

Les guides de santé sexuelle multilingues du CPEF Colliard sont disponibles. Source : [Fondation Santé des Etudiants de France](#). Vous les trouverez ci dessous en Anglais, Arabe, Coréen, Espagnol Italien, Mandarin et Russe ! D'autres traductions sont à venir en Japonais et Wolof. Si vous avez une traduction à proposer n'hésitez pas à contacter le CPEF Colliard [cpef.colliard@fsef.net](mailto:cpef.colliard@fsef.net)

[Le guide de santé sexuelle Français Anglais](#)

[Le guide de santé sexuelle Français Arabe](#)

[Le guide de santé sexuelle Français Coréen](#)

[Le guide de santé sexuelle Français Espagnol](#)

[Le guide de santé sexuelle Français Italien](#)

[Le guide de santé sexuelle Français Mandarin](#)

[Le guide de santé sexuelle Français Russe](#)

## EDUCATION A LA SEXUALITE

- **Sex-i - SANTE SEXUELLE Suisse** : Site d'informations sur l'anatomie, la contraception, la grossesse, l'avortement, les IST.
  - Fiches dans 11 langues différentes : Allemand, Français, Italien, anglais, Espagnol, Portugais, Serbe bosniaque croate, Turc, Albanais, tigrinya (Éthiopie et l'Érythrée), Somali
  - Thématiques : anatomie, contraception, avortement, grossesse, IST
  - <https://www.sex-i.ch/fr/sante-sexuelle-suisse/>
  - <http://www.sex-i.ch/fr/home/>
- **Zanzu, mon corps en mots et en images.**
  - Education à la sexualité
  - Site belge (Sensoa). Informations en allemand, français, anglais, espagnol, roumain, hollandais, polonais, turc, arabe, bulgare, russe, albanais
  - Corps, planification familiale, infections, sexualité, relations et sentiments, les droits et la loi
  - <http://www.zanzu.de/de/Wahl-der-Sprache>
  - <http://www.zanzu.de/fr>
- **Le sexe et moi.** Site canadien (La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada - SOGC)
  - Corps, activité sexuelle, LGBTTTQ+, IST, contraception, grossesse, consentement. En français et en anglais.
  - <http://www.sexandu.ca/fr/>
- **Semaine de sensibilisation à la santé sexuelle et génésique.** Site canadien (action pour la santé et les droits sexuels)
  - Prendre soin de soi ; sexualité saine - relations saines ; santé sexuelle. En français et en anglais.
  - <http://www.srhweek.ca/fr/>
- **The Emergency Contraception Website**
  - Contraception d'urgence
  - Anglais, espagnol, arabe
  - <http://www.not-2-late.com>
- **ARCAT**
  - Contraception, IST/sida, termes médicaux, prise en charge médicale, liste des CDAG et DAV à Paris, prévention du cancer du col de l'utérus
  - En mandarin et espagnol principalement, mais quelques documents en arabe, français et portugais
  - <https://www.arcat-sante.org/>
- **Tampep (European network for HIV/STI prevention and health promotion among migrant sex workers)**
  - Documents dans de nombreuses langues étrangères (19). Public cible : travailleur.r.se sexuel.le
  - Thèmes : préservatifs, IST/Sida, contraception et grossesse.
  - <https://tampep.eu/resources/>
- **Cabiria** Action de santé communautaire avec les personnes prostituées à Lyon
  - Doc en français, bulgare, roumain, anglais sur les IST, la prévention, la contraception
  - <http://www.cabiria.asso.fr/nos-publications>
- **L'Aide Suisse contre le Sida**
  - Allemand, français, anglais, italien
  - <https://shop.aids.ch/de/fuer-hiv-positive>
- **The Reproductive Health Access Project**
  - <http://www.reproductiveaccess.org>
  - Avortement : <http://www.reproductiveaccess.org/resource/early-abortion-options/>
  - Anglais, espagnol chinois
  - Contraception : [http://www.reproductiveaccess.org/resources/?rsearch=&rtopic\[\]=44](http://www.reproductiveaccess.org/resources/?rsearch=&rtopic[]=44)
  - Anglais, espagnol, chinois, tagalog (Philippines), vietnamien, russe
- **Suisse – santé sexuelle**
  - Publications sur les méthodes contraceptives et les IST principalement en français, allemand, italien mais aussi certaines publications en espagnol, anglais, portugais, serbe, turque, albanais, somalien, tigrinya (Éthiopie et l'Érythrée), arabe, farsi (Afghanistan, Iran)
  - <https://www.sante-sexuelle.ch/shop/fr/droits-sexuels>
- **Planification familiale : Un manuel à l'intention des prestataires de services du monde entier**

- Français, roumain, swahili, arabe, russe, portugais, anglais, espagnol, hindi, macédonien, chichewa (Afrique centrale et australe), tadjik (Tadjikistan), farsi, albanais
- <http://www.fphandbook.org/translations>
- <http://www.fphandbook.org/wall-chart>
- **Info sexualité site de l'APF d'Autriche**
  - Matériel pédagogique – allemand
  - <https://oegf.at/shop/>
- **Orientation Sexuelle, Identité de Genre et Expression de Genre : Terminologie de base à l'attention des Professionnel.le.s du Secteur Humanitaire**
  - Anglais, Français, Turc, Persan, Arabe
  - <http://oramrefugee.org/wp-content/uploads/2016/04/Glossary-PDF.pdf>
- **Puberté**
  - Série de 8 vidéos en norvégien, sous-titrée en français, anglais, chinois, danois, espagnol, portugais, russe
  - <https://www.youtube.com/watch?v=HyWRalwqg24&list=PLJX8EALqb4Pz mhYdnK6AxcAhm45FyCCK-&index=1>

## AVORTEMENT

- **Women help women**
  - Accès à l'avortement médicamenteux en ligne
  - Français, anglais, espagnol, italien, polonais, portugais, thaï, bahasa (Indonésie)
  - <https://womenhelp.org/>
- **Women on web**
  - Accès à l'avortement médicamenteux en ligne
  - Persan, anglais, espagnol, français, portugais, turc, polonais, magyar (hongrois), bahasa (Indonésie), tagalog (Philippines), néerlandais, thaï, japonais, coréen, arabe
  - <https://www.womenonweb.org/>
  - Manuel de formation de base de Women on Waves qui couvre les questions de santé sexuelle, d'avortement en toute sécurité, de formation des formateurs, et de plaidoyer. Les manuels sont disponibles en arabe, bahasa (Indonésie), bengali, anglais, farsi, français, kurde, swahili, ourdou (Pakistan) et bangla (Bangladesh)
  - <http://www.womenonwaves.org/en/page/2591>
  - Santé sexuelle et services d'avortements dans le monde (législation, contacts téléphoniques et adresse)
  - <http://www.womenonwaves.org/en/page/4741/sexual-health-and-abortion-services-worldwide>
- **HowToUse**
  - HTU est une organisation mondiale qui donne les informations et les ressources aux femmes à travers le monde entier sur la pilule abortive en 22 langues.
  - <http://www.howtouseabortionpill.org/fr/aboutus/>
- **Gynuity Health Projects**
  - <https://gynuity.org/resources>

## VIOLENCES

- **Bureau de l'égalité entre les femmes et les hommes (Canton de Vaud -Suisse)**
  - Dépliant sur les violences :
  - Français, anglais, espagnol, turc, arabe, portugais, albanais, serbo-croate...
  - [http://www.vd.ch/fileadmin/user\\_upload/organisation/dec/befh/fichiers\\_pdf/Publications/Violence\\_domestique/comment\\_va\\_2012.pdf](http://www.vd.ch/fileadmin/user_upload/organisation/dec/befh/fichiers_pdf/Publications/Violence_domestique/comment_va_2012.pdf)
- **L'association Libre Terre des Femmes**
  - 8 films d'animation d'environ 3 minutes, en dix langues (français, arabe, anglais, bambara, lingala, mandarin, portugais, soninké, tamoul, wolof) pour informer les femmes sur leurs droits et sur les démarches à engager.
  - Thèmes : Les violences conjugales, la grossesse et les enfants; Le viol conjugal; Les violences psychologiques; Reprendre confiance en soi ; L'ordonnance de protection ; Le dépôt de plainte ; Retrouver son autonomie ; Comment divorcer

- <http://www.ltdf.fr/l-association/nos-films-et-tous-nos-outils/>  
<https://www.youtube.com/channel/UCFIPVEBOGPNxmdeRyBCmJfw>
- **Chayn - Le kit de la débutante - la sécurité en ligne**
  - Chayn, une plateforme féministe pakistanaise pour informer et soutenir les femmes victime de violences conjugales, a créé et mis en ligne (entre autres projets) un excellent guide pour apprendre se défendre dans l'univers numérique contre le harcèlement et le contrôlé via les technologies modernes (téléphone; internet, réseau sociaux, etc...)
  - En anglais, arabe, espagnol, français, farsi, pashto (Afghanistan, Pakistan), urdu (Pakistan), russe et italien.
  - <http://chayn.co/safety/>
- **Le projet européen ACCESS** veut faciliter l'accès à la prévention, à la protection et au soutien des femmes migrantes en Europe confrontées aux violences de genre.
  - Traduit en 5 langues pour les textes et davantage pour les vidéos et le chat, la carte qui répertorie les lieux d'accueil et de ressources, par contre, ne concerne que 3 pays (Royaume Uni, Espagne et Belgique)
  - <https://www.we-access.eu/fr>

## DROITS

- **COMEDE Comité pour la santé des exilés**
  - **Permanence téléphonique socio-juridique nationale** : 01 45 21 63 12, du lundi au vendredi, 9h30-12h30. Soutien et expertise pour l'accès aux soins, aux procédures d'obtention d'une protection maladie, aux dispositifs du droit au séjour pour raisons médicales, et aux autres prestations liées à l'état de santé des étrangers.
  - **Permanence téléphonique médicale nationale** : 01 45 21 38 93, du lundi au jeudi, 14h30-17h30. Soutien et expertise relatifs aux soins médicaux, à la prévention, aux bilans de santé, et aux aspects médico-juridiques pour le droit des étrangers.
  - **Permanence téléphonique santé mentale nationale** : 01 45 21 39 31, mardi et jeudi, 14h30-17h30. Soutien et expertise pour l'orientation et l'accès aux soins en santé mentale. Information et partage d'expérience sur les questions relatives à la clinique de l'exil et au droit au séjour pour raison médicale.
  - <http://www.comede.org/>
  - Migrants/étrangers en situation précaire. Soins et accompagnement - édition 2015, Guide pratique pour les professionnels. Comede <http://www.comede.org/guide-comede/>
- **Droits sexuels IPPF**
  - Traduit à 22 langues
  - <http://www.ippf.org/resource/sexual-rights-ippf-declaration>
- **Brochures sur les droits**
  - Vos droits en France - français, bulgare, roumain
  - Mon enfant est resté au pays - français, anglais, bulgare, roumain, russe
  - <http://www.acse-alc.org/fr/publications/les-publications>
- **"Body & Rights" – Tutoriel en ligne sur la santé et les droits sexuels et reproductifs (SDSR)**
  - Introduction SDSR ; VIH/SIDA ; planning familial et accouchements dans des conditions de sécurité ; violence sexuelle et basée sur le genre ; les groupes vulnérables ; la politique ; que pouvez-vous faire ?
  - En néerlandais, anglais et français  
<https://www.bodyandrights.be/login>