

Le jeu pour ta santé sexuelle

Santé sexuelle et accès aux soins / Public migrant

Description

Le parcours d'accès aux soins et à la santé sexuelle peut souvent être semé d'embûches. Ce jeu de cartes permet d'aborder ces sujets avec un public éloigné de la prévention et du système de santé. Les participants seront invités à répondre à des défis leur permettant de trouver des stratégies pour contrer ou contourner certains obstacles du parcours de soins.

Type de support

Jeu de cartes

Profil du public

Public migrant

Âge du public

Adultes

Thématique principale

Santé sexuelle et accès aux soins

Éditeur

Crips Île-de-France

Date

Juin 2021



Difficulté d'utilisation

Connaissances 1 2 3 4 5
Technique d'animation 1 2 3 4 5

Utilisation

Avec animatrice, animateur.
Approche individuelle ou collective.

Objectifs pédagogiques de l'outil

À l'issue de l'animation, les participants et participantes pourront :

- Acquérir et développer leurs connaissances sur la thématique « santé sexuelle et accès aux soins ».
- Développer leur esprit critique par rapport à leurs représentations sur les questions liées à la santé sexuelle et à son accès.
- Élaborer des recherches de solutions face à diverses « problématiques » pouvant être rencontrées dans un parcours de soin.

Thèmes abordés

Thématique autour de la santé sexuelle et de l'accès aux soins : Vie affective et sexuelle, consentement, anatomie, suivi gynécologique et contraception, droits du patient, VIH/sida, lieux ressources, système de santé, hôpital, libéral, couverture maladie, relation soignant/soigné, discrimination.

Compétences psychosociales mobilisées

Savoir communiquer efficacement, savoir résoudre les problèmes, avoir une pensée critique, savoir prendre des décisions.

Matériel

76 cartes : 75 cartes « défi » et 1 carte règles du jeu.
5 catégories de 15 cartes :

- Les devinettes
 - Le vrai du faux
 - Une réponse ou plusieurs
 - Dessiner, c'est gagné !
 - Histoires de santé
- Matériel à ajouter : Paperboard et feutres.

Consigne

L'animateur demande à chaque personne de piocher une carte dans une des cinq catégories, en veillant à ce que toutes les catégories soient représentées au moins une fois. Chaque joueur et joueuse partage le défi pioché avec l'ensemble du groupe pour trouver une réponse commune.

Mise en place

Disposition des cartes en 5 paquets distincts (1 paquet par catégorie, 15 cartes par paquet), de sorte que tous les paquets soient accessibles aux membres du groupe. L'animateur, l'animatrice précise que chaque réponse reflète un avis ou une opinion et que toutes les opinions peuvent être exprimées librement et à égalité.

Consignes de chaque catégorie

Les devinettes: Trouvez la bonne réponse ou celle qui vous semble appropriée!

Le vrai du faux: Identifiez si cette phrase est juste ou si elle donne une fausse information.

Une réponse ou plusieurs: Trouvez la ou les bonnes réponses en fonction des propositions.

Dessiner, c'est gagné!: Essayez de faire deviner le mot en le dessinant ou en le mimant.

Histoires de santé: Imaginez les conseils que vous pourriez donner à ces personnes pour les aider dans leur santé.

Conseils d'utilisation de l'outil

La taille du groupe: 1 à 8 personnes.

Durée/contexte: environ vingt minutes (stand); de une à deux heures (animation-débat).

Le nombre d'animateur, animatrice conseillé: 1.

Avantages et limites de l'outil**Avantages**

- Le jeu est totalement modulable. L'animateur, l'animatrice peut sélectionner une seule ou toutes les catégories de cartes, en fonction du public rencontré ou de l'objectif visé.
- L'outil vise à développer le partage d'expériences et de conseils entre les participants et participantes.
- L'outil vise à rendre les personnes actrices de leur parcours de santé.

Limites

- L'outil nécessite une bonne interaction et relation de confiance avec le groupe.
- L'outil nécessite une bonne connaissance des thématiques de la part de l'animateur, l'animatrice.

Ressources**Guide**

Soins et accompagnement des migrants/étrangers, guide pratique pour les professionnels, COMEDE, 2015 www.comede.org/wp-content/uploads/2018/11/Guide_2015.pdf

Brochures

« Pour ma santé où aller ? » / « Pour ma santé: qui rencontrer ? » (Crips IDF) / « Choisir sa contraception » (Santé publique France) / « IVG, zoom sur les idées reçues » (ANCIC) / « Infections Sexuellement Transmissibles » (Crips IDF) / « PrEP, VIH et prévention diversifiée » (Crips IDF) / Cartes postales « Vous avez des questions ? Des problèmes ? Ces informations peuvent vous aider » (Réponses pour elles (Crips IDF/Ikambere)) / Livre de santé bilingue (Santé publique France).

**Sites Internet et numéros de téléphone
Sexualité, contraception, avortement**

0 800 08 11 11

www.planning-familial.org/fr

<https://ivg.gouv.fr>

www.choisirsacontraception.fr

Violences sexuelles et violences conjugales

3919 (gratuit, anonyme, 7j/7 de 9h à 22h)

17 si vous êtes en danger immédiat / 114 pour les SMS

Bien-être et santé mentale

Comité médical pour les exilés (Comede)

www.comede.org / 01 45 21 38 40

VIH et infections sexuellement transmissibles

www.sida-info-service.org / 0 800 840 800

L'accès aux soins et aux droits

www.aphp.fr/permanences-dacces-aux-soins-de-sante-lap-hp

www.soliguide.fr

www.comede.org / 01 45 21 63 12, du lundi au vendredi, de 9h30 à 12h30

Excision et autres mutilations sexuelles féminines

www.excisionparlonsen.org

<https://federatongams.org> / 01 43 48 10 87

Discriminations**(homophobie, sérophobie, accès aux soins)**

Ligne Azur 0 810 20 30 40

SOS homophobie 01 48 06 42 41

www.defenseurdesdroits.fr

Orientation sexuelle et identité de genre

Centre LGBT Paris

www.centrelgbtparis.org / 01 43 57 21 47

Hygiène, alimentation, logement

www.soliguide.fr

Aide à l'animation

Il est important de prendre en compte le fait que chaque culture véhicule et transmet des normes liées au corps, à la sexualité ou à la santé sexuelle. Ces normes correspondent à des codes et valeurs qui peuvent varier d'une culture à une autre. Au fil du jeu, les participants et participantes vont pouvoir s'exprimer sur ces sujets. Il est important de les prendre en considération en travaillant sur l'expression et l'échange. L'animation-débat autour de ces sujets va permettre aux personnes d'engager une réflexion qui leur fera prendre conscience que certaines croyances peuvent être fluctuantes et attachées à des cultures et contextes spécifiques.

Déroulement du jeu

Le but est d'aborder au moins un défi/challenge de chaque catégorie pour réussir son parcours en santé sexuelle! Le jeu est totalement modulable, l'animateur ou l'animatrice peut sélectionner une seule ou toutes les catégories de cartes. Au fil des échanges, l'animatrice, l'animateur régule le débat, travaille sur les représentations des participants et participantes, corrige les fausses idées et complète les informations justes si nécessaire.

Catégorie « les Devinettes », « Le vrai du faux » et « Une réponse ou plusieurs »

Lorsqu'une réponse à une carte de ces trois catégories est apportée par le groupe, les questions suivantes peuvent alors être posées pour lancer le débat:

« Est-ce que quelqu'un a envie de réagir sur ce qui vient de se dire ? Qu'en pensez-vous ? Avez-vous envie de partager votre avis ? Avez-vous quelque chose à rajouter ? Voulez-vous donner un exemple ? »

En complément, des questions spécifiques peuvent permettre de creuser le sujet et ouvrir sur d'autres aspects qui en découlent. Le but est de toujours pouvoir faire un lien entre la thématique de la santé sexuelle et celle de l'accès aux soins.

Voici un exemple pour chaque catégorie.

Carte « Les devinettes »

QU'EST-CE QUE LA CONTRACEPTION ?

« Où peut-on se procurer une contraception ? Est-ce payant ? Est-ce que la contraception ne concerne que les femmes ? Est-ce que la contraception protège des infections sexuellement transmissibles ? Quel professionnel de santé peut prescrire une contraception ? Pouvez-vous me citer deux ou trois moyens de contraception différents ? »

Carte « Le vrai du faux »

EN FRANCE, IL EST POSSIBLE DE SE FAIRE SOIGNER GRATUITEMENT MÊME SANS PAPIER OU SANS ARGENT.

« "Se faire soigner", qu'est-ce que ça veut dire ? Qu'est-ce que la santé ? Où sont les endroits où l'on peut se faire soigner gratuitement ? Est-ce qu'il existe une protection maladie pour les personnes qui n'ont pas de papiers ? Qui peut nous aider dans les démarches de santé ? »

Carte « Une réponse ou plusieurs »

L'HÔPITAL EST UN ENDROIT QUI PEUT :

- APPORTER DE LA PEUR ET DE L'ANGOISSE.
- APPORTER DE LA JOIE ET DU BONHEUR.
- NE RIEN APPORTER DE PARTICULIER.

« Qu'est-ce qu'un hôpital ? Quelles sont les raisons d'y aller ? Quels sont les professionnels que je peux rencontrer dans un hôpital ? Comment est-ce que je vais payer les soins que l'on va me faire ? En quoi l'hôpital peut-il apporter de la peur ? Est-ce que la venue dans un hôpital peut engendrer de la joie ? Avez-vous envie de donner un exemple ? »

Catégorie « Dessiner, c'est gagné ! »

Pour cette catégorie, la personne tente de faire deviner le mot pioché en le dessinant ou en le mimant. L'animateur, l'animatrice propose donc à une personne du groupe de venir dessiner le mot sur un paperboard ou sur une feuille. En fonction de la difficulté perçue, l'animateur, l'animatrice et la personne qui a dessiné aident le groupe en formulant des questions ou des indices. Une fois que le mot a été trouvé par le groupe, les personnes débattent sur le thème de la carte.

Voici un exemple :

CARTE « CLITORIS »

« D'après vous, qu'est-ce que cette personne a voulu dessiner ? Avez-vous une idée ? Qu'est-ce que cela pourrait représenter ? »

Indice : « C'est un organe qui est présent seulement pour le plaisir des femmes »

Une fois le mot trouvé, nous pouvons lancer le débat « À quoi sert le clitoris ? Où est-il situé ?

Qu'est-ce que le plaisir ? Est-ce que chaque femme a un clitoris ? Combien de centimètres mesure-t-il ? À quoi ressemble-t-il ? »

Astuces en plus : Par exemple, vous pouvez apporter un clitoris imprimé en 3D pour accompagner votre animation-débat et le présenter lorsque le mot a été trouvé.

Catégorie « Histoires de santé »

Pour cette catégorie, les questions suivantes peuvent alors être posées au groupe pour lancer le débat : « Quels conseils pourriez-vous donner à cette personne pour l'aider dans sa santé ? Où peut-elle se rendre ? Que peut-elle faire ? Comment l'aider ? Quelles sont vos idées ? »

L'animateur, l'animatrice précise que chaque réponse reflète un avis ou une opinion et que toutes les opinions peuvent être exprimées librement et à égalité. Il n'y a pas de réponse toute faite et parfaite pour chaque question. Ce sera un temps d'échanges entre participants et participantes pour discuter des solutions possibles et partager des conseils en termes d'accès aux soins. L'animateur, l'animatrice est là pour animer le débat, fluidifier la parole, rectifier les informations et donner certaines informations.

Voici quelques pistes de réflexion ou de travail, carte après carte.

UNE PERSONNE SOUHAITE PRENDRE UN RENDEZ-VOUS AVEC UN MÉDECIN DE VILLE MAIS NE SAIT PAS COMMENT FAIRE. QUE LUI CONSEILLEZ-VOUS ?

Les participants et participantes peuvent rechercher une solution rapide de rendez-vous médical. Il existe différents lieux ressources (centre de santé, cabinet libéral, PASS) ou plateformes (doctolib.fr ou soliguide.fr) à identifier. Le public cible peut ainsi identifier le lieu de soin le plus proche de son lieu de vie. L'animateur ou l'animatrice de prévention complète, au besoin. Le partage de certaines astuces est encouragé, comme celle d'aller demander à la pharmacie du quartier la liste des médecins généralistes. La protection maladie peut également être abordée pour distinguer les lieux qui nécessitent cette protection et les lieux qui ne la demandent pas ! Par exemple, si une animation-débat a lieu dans un centre d'hébergement social, le relais d'informations entre pairs est précieux sur la présence d'un médecin généraliste exerçant tout près de la structure.

UNE FEMME SOUHAITE AVORTER.

ELLE N'A PAS DE PAPIERS ET PAS D'ARGENT. OÙ PEUT-ELLE SE RENDRE ?

Cette carte permet de travailler sur les représentations de l'interruption volontaire de grossesse et d'aborder le cadre légal en France. Les lieux ressources dans ce cas précis peuvent être le CPEF et/ou l'hôpital.

UNE PERSONNE SORT DES URGENCES DE L'HÔPITAL. ELLE DOIT ALLER RÉCUPÉRER DES MÉDICAMENTS À LA PHARMACIE MAIS ELLE N'A PAS DE PAPIERS. QUE PEUT-ELLE FAIRE ?

Cette carte permet de travailler sur l'accès aux médicaments et le suivi médical à la suite d'une consultation. Si une personne détient une ordonnance pour un médicament mais qu'elle n'a pas de

protection maladie pour se rendre dans une pharmacie récupérer son traitement, il est possible de se rendre à la permanence d'accès aux soins de santé (PASS) la plus proche de son lieu d'hébergement. Après examen par le soignant ou la soignante de l'hôpital, la personne pourra se rendre à la PASS de cet hôpital avec l'ordonnance reçue. Selon le fonctionnement de certains hôpitaux, un bon lui sera alors remis pour aller récupérer son traitement gratuitement à la pharmacie de l'hôpital. Sans couverture maladie et au sein des pharmacies de ville, il n'est pas possible de récupérer gratuitement un traitement prescrit et remboursable.

UNE PERSONNE EST SÉROPOSITIVE. ELLE DOIT ALLER RÉCUPÉRER SON TRAITEMENT À L'HÔPITAL MAIS SON HÉBERGEMENT EST TROP LOIN.

COMMENT PEUT-ON AIDER LA PERSONNE ?

Grâce à cette question, plusieurs solutions pourront être apportées par les participants et participantes. L'animateur ou l'animatrice pourra rajouter des informations et fluidifier la parole entre les personnes pour permettre la recherche de solutions collectives. Les solutions peuvent être diverses : demander un changement d'hôpital pour son suivi médical, discuter avec la travailleuse sociale de l'hôpital, demander une prescription « longue durée » au vu de l'hébergement éloigné, se rendre aux urgences de l'hôpital le plus proche de son lieu d'hébergement pour déclencher un nouveau suivi et avoir son traitement en urgence, consulter dans le CeGIDD de proximité, téléphoner à Sida Info Service.

UNE PERSONNE VOUS EXPLIQUE QU'ELLE A PEUR D'ALLER CONSULTER. QUE PEUT-ON LUI DIRE ?

L'abord de cette question en groupe permettra d'échanger sur plusieurs points qui peuvent engendrer une peur d'aller consulter. Amener une réflexion sur les représentations face au système de santé sera un enjeu pour l'animateur ou l'animatrice de prévention. Cet enjeu sera de parler de la peur du médecin, de la peur du jugement, de l'inquiétude d'une facture ou encore l'incompréhension du fonctionnement d'un hôpital qui peut « impressionner ». Les solutions seront également amenées par le public et seront multiples et diverses : rassurance, écoute, partage d'expériences, partage de lieux de soins et de professionnels bienveillants.

UNE PERSONNE N'A PAS PU ARRIVER À L'HEURE À UN RENDEZ-VOUS MÉDICAL.

QUE VA-T-IL SE PASSER SELON VOUS ?

Cette mise en situation permet de mettre en évidence les avantages et les inconvénients du système de santé en France et de pouvoir y réfléchir ensemble. Il est effectivement possible de pouvoir avoir un rendez-vous médical et celui-ci sera donné à une heure précise. Certains médecins peuvent être tolérants, d'autres le seront moins et pourraient annuler le rendez-vous si le retard est trop important. Il est important que la personne puisse choisir la date et l'heure du rendez-vous afin qu'elle réserve le créneau qui lui convient le mieux en fonction de ses responsabilités ou contraintes personnelles ou professionnelles. Si un rendez-vous est raté à cause d'un retard, il est important que la personne demande un nouveau rendez-vous pour ne pas impacter son parcours de soin.

VOUS AVEZ UNE CONSULTATION AVEC UN MÉDECIN QUI NE PARLE PAS VOTRE LANGUE.

QUE POUVEZ-VOUS FAIRE ?

Cette carte permet d'échanger sur les possibilités diverses qui peuvent se présenter pour permettre de comprendre le médecin et/ou de se faire comprendre lors d'une consultation : trouver un médecin qui parle votre langue grâce à l'aide de la communauté et/ou de l'équipe éducative qui accompagne la personne ; demander au médecin de répéter ou d'avoir recours à un interprète ; utiliser une application de traduction ou encore des images pour se faire comprendre. La venue d'un proche qui traduit peut-être envisagée, même si ce n'est pas l'option qui est privilégiée. Le recours à un interprétariat professionnel sera toujours à favoriser quand cela est possible.

UNE PERSONNE NE VEUT PAS VOIR DE MÉDECIN CAR ELLE NE CROIT PAS AUX MÉDICAMENTS. DANS SON PAYS, ON NE SE GUÉRIT PAS COMME CELA. QU'EN PENSEZ-VOUS ?

Cette mise en situation permettra de laisser les personnes qui le souhaitent prendre la parole sur ce sujet. L'animateur, l'animatrice pourra déconstruire certaines représentations liées au monde médical et aux médicaments, tout en prenant en compte l'aspect transculturel de la santé et les lieux ressources disponibles comme les consultations transculturelles.

UN MÉDECIN A REFUSÉ DE DONNER UN RENDEZ-VOUS À UNE PERSONNE QUI A L'AMÉ. QU'EN PENSEZ-VOUS ?

Cette carte permet d'aborder la question des discriminations et du refus de soin. Pouvoir échanger sur ces sujets, émettre une réflexion critique, savoir que ce n'est pas le cadre légal permettront de faire bénéficier aux personnes qui le souhaitent d'un accompagnement et d'une orientation vers des lieux ressources pour parler de ces discriminations.

UNE PERSONNE VOUS DIT QU'ELLE EST EN COUPLE ET DONC QU'ELLE EST OBLIGÉE D'AVOIR DES RELATIONS SEXUELLES AVEC SON/SA PARTENAIRE. QU'EN PENSEZ-VOUS ?

Pouvoir aborder la question du consentement au détour de cette phrase est primordial. La définition du viol peut également être posée. De nombreux débats et échanges peuvent être suscités grâce à cette carte.

UNE PERSONNE A VÉCU DES VIOLENCES MAIS NE SAIT PAS VERS QUI SE TOURNER POUR EN PARLER. QUE POUVONS-NOUS LUI DIRE ?

Les lieux ressources pourront être abordés par les participants et participantes. De plus, favoriser les échanges entre pairs permettra de créer du lien entre les personnes si elles souhaitent par la suite s'aider dans leurs parcours de santé. Au détour de cette question, nous pouvons aborder les CPEF, les accueils de jours spécialisés, les maisons des femmes, le tissu associatif local en fonction du lieu de l'animation, les numéros d'écoutes comme le 3919, ou encore la police.

UNE PERSONNE A ENTENDU PARLER DE LA PREP, UN MÉDICAMENT QUI PERMET DE NE PAS CONTRACTER LE VIH. MAIS ELLE NE SAIT PAS OÙ SE RENDRE. QUE LUI CONSEILLEZ-VOUS ?

UNE PERSONNE A PRIS UN RISQUE POUR LE VIH. ELLE VOUS DIT QU'IL EXISTE UN MÉDICAMENT À PRENDRE DANS LES HEURES QUI SUIVENT LE RAPPORT SEXUEL À RISQUE, MAIS ELLE NE SAIT PAS OÙ ALLER. AVEZ-VOUS UNE IDÉE ?

UNE PERSONNE AIMERAIT SE FAIRE DÉPISTER POUR LE VIH MAIS NE SAIT PAS OÙ ALLER. QUE POUVEZ-VOUS LUI DIRE ?

Ces trois situations permettent d'aborder la question du VIH, de la prévention diversifiée et des lieux ressources existants. Les participants, participantes pourront alors échanger sur les différentes questions autour du VIH grâce à l'accompagnement de l'animateur ou l'animatrice de prévention. Certaines questions de relance peuvent être utilisées après réponse du groupe à la mise en situation : *« Comment se transmet le VIH ? Qu'est-ce que la sérophobie ? Comment se protéger d'une transmission liée au VIH ? Qu'est-ce que la PrEP ? Qu'est-ce que le TPE ? Qu'est-ce que le dépistage ? Où puis-je en faire un ? Quelles sont les différentes méthodes de dépistage ? »*

UNE PERSONNE NE COMPREND PAS BIEN LE MOT « MÉDECIN TRAITANT ». QUE POUVONS-NOUS LUI DIRE ?

Cette carte permet d'éclaircir ce terme si peu connu et pourtant important à comprendre. Certaines personnes du groupe pourront alors discuter de leurs expériences et retours en termes de « médecin traitant », « médecin de famille » et pourront peut-être parler de l'importance d'un suivi auprès d'un médecin connaissant la situation de la personne, avec qui une relation de confiance peut être tissée. De plus, avoir un médecin traitant permet de faciliter le parcours de soin coordonné et le remboursement des frais de santé pour les personnes.

Apports de connaissances et messages clés

Santé et accès aux soins

La santé, ce n'est pas que la santé physique. Elle est aussi sociale, mentale, sexuelle. Ces temps d'échanges entre participants permettront de travailler les représentations sur la santé et déconstruire le fait qu'elle soit souvent reliée à l'absence de maladie. Aborder la santé sexuelle, c'est également aborder la santé sociale, mentale et physique. En effet, les troubles liés à la santé mentale sont les plus fréquents chez les personnes exilées arrivant en France, tout comme certaines maladies chroniques non infectieuses.

La prévention en santé constitue l'ensemble des actions préventives qui sont menées dans le but d'éviter ou de réduire l'apparition, le développement et la gravité des maladies au sein d'une population. Le concept de prévention est difficilement mis en place pour certaines populations éloignées des systèmes de santé comme les populations migrantes en situation de précarité. L'aspect social modifie les priorités. L'abord des dépistages¹, de la vaccination², de la prévention primaire comme la consultation chez un médecin généraliste, permettra à la population cible d'échanger et mener une réflexion sur ce principe, afin de pouvoir augmenter sa capacité d'agir et à prendre soin d'elle-même, en appliquant certains principes de prévention.

Accès à la santé et protection maladie

La République française et ses administrations n'imposent aucune croyance, religion ou idée politique et doivent traiter toute personne de la même façon, quels que soient son origine, son sexe, son apparence, son statut social, ses croyances, sa religion, sa nationalité, ses idées politiques, son orientation sexuelle. Notre système de santé repose sur deux principes fondateurs : le droit de tous à l'accès aux soins et la liberté de recours aux soins. Ce système permet théoriquement de répondre aux besoins de prévention et de soins de la population. Toutefois, l'arrivée dans un nouveau pays et la méconnaissance de son système de santé sont des facteurs qui peuvent rendre difficile l'accès à des soins et rendre complexe le parcours en santé. Il est fondamental de pouvoir échanger sur le système de soins et le fonctionnement de ce dernier avec les participants, afin de leur donner les clés pour s'orienter dans leur parcours de soin.

Toute personne résidant en France, avec ou sans titre de séjour et démunie financièrement, a droit à une protection maladie qui permet la prise en charge des frais de soins et de prévention. (AME³ ou PUMA⁴ et CSS⁵). Certains cas sont particuliers et nécessitent l'expertise d'une travailleuse sociale. Notons que la situation administrative ne doit pas avoir d'impact sur l'accès aux soins. Il est tout à fait possible de rencontrer un ou une professionnel.le de santé quand on n'a pas de couverture maladie ou que l'on n'a pas de titre de séjour (cf. lieux ressources). Avant d'orienter une personne il est donc important de savoir si elle bénéficie d'une assurance maladie, afin de l'orienter au mieux dans son parcours de santé. Afin de s'informer sur leurs droits de manière autonome, les personnes peuvent se rendre sur le site de l'Assurance maladie : www.ameli.fr

Pour déposer une demande de protection maladie ou effectuer un renouvellement de protection maladie (à réaliser entre 2 à 3 mois avant la date d'expiration), les personnes doivent se rendre à la caisse primaire d'Assurance maladie (CPAM) de leur lieu de résidence. La personne de la CPAM aidera la personne dans ses démarches. Les travailleuses sociales accompagnent

1 - Les dépistages permettent de découvrir une maladie même si l'on n'a aucun signe ou symptôme et permettent donc de mieux la soigner

2 - La vaccination permet de se protéger contre certaines maladies graves et de protéger les autres en ne transmettant pas la maladie à son entourage

3 - L'aide médicale de l'État : www.ameli.fr/assure/droits-demarches/situations-particulieres/situation-irreguliere-ame

4 - Protection universelle maladie : www.ameli.fr/assure/droits-demarches/principes/protection-universelle-maladie

5 - Complémentaire santé solidaire : www.ameli.fr/assure/droits-demarches/difficultes-acces-droits-soins/complementaire-sante

généralement les personnes dans l'accès à ce droit et dans la prise de rendez-vous pour l'obtention d'une protection maladie.

Ordonnance

Le fait de travailler sur la compréhension d'une ordonnance peut également être réalisé lors de ce jeu. Dans certains cas, l'ordonnance n'est pas comprise, non traduite et peut poser question à la personne. Si une personne détient une ordonnance pour un médicament et/ou un acte médical/infirmier à faire réaliser, mais qu'elle n'a pas de protection maladie pour se rendre dans une pharmacie récupérer son médicament ou dans un cabinet libéral pour réaliser le soin prescrit, il est possible de se rendre à la permanence d'accès aux soins de santé (PASS) la plus proche de son lieu d'hébergement. Après examen du soignant de l'hôpital et réception de l'ordonnance par celui-ci, la personne pourra se rendre à la PASS de cet hôpital pour récupérer son traitement. Selon le fonctionnement de certains hôpitaux, un bon lui sera alors remis pour aller récupérer son traitement gratuitement à la pharmacie de l'hôpital. Sans couverture maladie et au sein des pharmacies de ville, il n'est pas possible de récupérer gratuitement un traitement prescrit et remboursable.

Droit du patient

Les droits individuels reconnus aux patients se sont multipliés depuis la loi Kouchner en 2002⁶.

1. Recevoir des soins de qualité, sans discrimination.
 2. Voir ses frais de santé pris en charge.
 3. Choisir son médecin ou son établissement de santé.
 4. Être soigné dans le respect de sa dignité.
 5. Avoir une information claire et complète.
 6. Accéder à son dossier médical.
 7. Exprimer sa volonté et la faire respecter.
 8. Renoncer à des soins.
 9. Voir sa vie privée respectée.
 10. Obtenir réparation en cas d'incident médical.
- Certains droits vont pouvoir être discutés avec les participants, lors de ce jeu, à travers plusieurs thématiques.

Consentement des soins médicaux

Les examens médicaux peuvent souvent paraître comme « obligatoires ». Prenons l'exemple d'un examen gynécologique qui est très souvent réalisé durant une consultation médicale de gynécologie. Cependant, personne n'est obligé de se soumettre à cet examen. Si une personne souhaite dans un premier temps discuter et ne pas se faire examiner, cela est tout à fait possible. Il n'y a aucune obligation. Il est important de se sentir en confiance pour réaliser un examen, intime ou non, car cela peut être vécu de manière négative si on n'est pas « prêt » ou en raison du vécu de chacun.

Compréhension des soins médicaux

Il est vrai que la relation soignant/soigné peut-être complexe : certaines personnes peuvent ne pas oser donner leur avis, questionner le médecin sur tel ou tel soin ou traitement. Émettre des réflexions sur cette problématique en tant qu'animateur ou animatrice

de prévention peut permettre aux participants, participantes de s'approprier leur propre santé et d'en devenir les acteurs principaux. En effet, Il est important que les informations à transmettre lors d'une consultation se communiquent dans de bonnes conditions pour que la relation au soin ne soit pas altérée. Si le médecin ne parle pas la même langue et que la personne ne comprend pas les termes utilisés par le professionnel de santé, il est tout à fait possible de lui demander de répéter ou de réclamer un interprète. Certaines structures peuvent être équipées de services de traduction. Dans d'autres structures, la venue d'un interprète ou l'appel à ce service peut s'avérer compliqué. Cependant, il est tout de même important de faire entendre l'incompréhension, afin que les professionnels de santé trouvent des moyens pour faire passer l'information. Toute information durant une consultation est importante (questionnaire de santé, soins médicaux prodigués, annonce d'un diagnostic, traitement à prendre, ordonnance...). Toutes les questions et interrogations sont les bienvenues. Il n'est pas acceptable de ne pas comprendre les soins médicaux que l'on nous prodigue.

Le patient ou la patiente au cœur de sa prise en charge

Grâce au consentement éclairé lors d'un soin et d'une explication claire, le patient ou la patiente pourra devenir acteur, actrice de sa prise en charge. Il ou elle pourra se sentir plus libre de parler de ses besoins, ses envies et pourra de ce fait avoir un regard sur la prise en charge, le traitement ou le suivi. Si une personne ne se sent pas à l'aise avec son soignant, elle peut tout à fait décider d'en changer sans aucune raison et ne devra pas se justifier.

Refus de soin

Le refus de soin existe, même s'il est contraire à la loi. Il s'agit d'une discrimination et elle est interdite et condamnée par la loi. Certains soignants refusent de s'occuper des personnes en difficulté ou ne suivent pas la législation. Plus d'un bénéficiaire de l'AME sur trois a expérimenté un refus de la part d'un professionnel de santé, le plus souvent un médecin ou pharmacien. En effet, cela se passe plus en médecine générale qu'à l'hôpital, ou lors de la délivrance de médicaments en pharmacie. Certaines personnes peuvent cumuler des facteurs de vulnérabilité dans l'accès aux soins. Par exemple, ces refus sont plus fréquents parmi les personnes vivant avec le VIH (12%) que parmi les répondants non atteints par le VIH (6%)⁷. Il est important d'informer les personnes victimes sur ces discriminations et leur permettre, si elles le souhaitent, de le rapporter soit au Défenseur des droits (par téléphone au 09 69 39 00 00 ou sur Internet www.defenseurdesdroits.fr) soit à la Ligue des droits de l'Homme (par téléphone au 01 56 55 51 00 ou par e-mail à : ldh@ldh-France.org).

Santé sexuelle

Santé sexuelle

Voici une définition de l'OMS permettant d'illustrer notre réponse : « La santé sexuelle fait partie intégrante de la santé, du bien-être et de la qualité de vie dans leur

⁶ - www.dossierfamilial.com/social-sante/droits-des-patients/les-10-droits-fondamentaux-du-patient-346760

⁷ - www.defenseurdesdroits.fr/fr/communiquede-presse/2019/10/refus-de-soins-les-plus-demunis-discrimines

ensemble. La santé sexuelle est un état de bien-être physique, mental et social dans le domaine de la sexualité. Elle requiert une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles qui soient sources de plaisir et sans risque, libres de toute coercition, discrimination ou violence. Pour atteindre la santé sexuelle et la maintenir, il faut protéger les droits sexuels de chacun.»

Orientation sexuelle

L'orientation affective et sexuelle, c'est le désir affectif et sexuel, l'attrance que l'on éprouve pour une personne, peu importe son identité de genre et son sexe biologique (assigné à la naissance). L'orientation sexuelle ne se choisit pas. On ne se déclare pas un matin homosexuel ou hétérosexuel. L'orientation sexuelle se construit et évolue au fil du temps. On n'est pas enfermé toute sa vie dans une case « homo », « hétéro » ou « bi ». En France, les relations sexuelles et/ou affectives entre personnes de même sexe sont autorisées. Le mariage et l'adoption sont également ouverts aux couples de même sexe. Au même titre que le racisme ou le sexisme, l'homophobie est une discrimination. Il est important de savoir que les demandeurs d'asile LGBT+ peuvent obtenir une protection s'ils risquent, dans leurs pays, des persécutions du fait de leur orientation sexuelle. L'Ardhis (association pour la reconnaissance des droits des personnes homosexuelles et trans à l'immigration et au séjour) a pour objet de faire reconnaître les droits au séjour et à l'asile des personnes étrangères homosexuelles et trans. <https://ardhis.org>

Consentement

On parle de consentement lorsque les deux partenaires sont d'accord et ont envie de cette relation sexuelle, et lorsque les conditions des partenaires sont respectées également. En effet, au cours d'une relation sexuelle, il est important de se poser la question suivante : « Est-ce que j'en ai réellement envie ? ». Avoir envie de faire l'amour, c'est être consentant à avoir un rapport sexuel avec une personne. Il est possible de n'avoir envie que de certains rapports sexuels comme des caresses, des baisers, et de s'apercevoir que l'on n'a pas envie d'aller plus loin. Il est possible de changer d'avis à tout moment. Le consentement ne se devine pas à la tête de la personne. Il ne suffit pas de dire « oui » mais d'en avoir réellement envie, pour soi et pour l'autre. La personne peut refuser un rapport sexuel non protégé et sans préservatif si elle le souhaite. De même, si la personne est mariée, elle n'est pas obligée d'avoir des relations sexuelles et peut dire « non ». Il n'y a aucune obligation morale à « consommer » le mariage, à satisfaire son conjoint ou sa conjointe et à remplir des « obligations conjugales ». Cependant, n'oublions pas de prendre en considération les aspects culturels et sociaux tels que la pression des pairs ou des communautés religieuses, l'influence des médias. Cette thématique peut alors susciter un débat, et plusieurs problématiques peuvent alors être abordées, notamment celle de l'égalité femmes-hommes. Lorsque l'on aborde le consentement et le non-consentement, on peut de ce fait être amené à discuter des violences de manière générale, et également des violences dans un couple. Toutes les

violences conjugales sont interdites par la loi, qu'elles touchent un homme ou une femme, qu'elles soient physiques, psychologiques, sexuelles et économiques. Elles peuvent s'implanter et sont reconnues au sein des couples mariés, pacés ou en union libre. Il est important de pouvoir mettre en avant le fait que la violence conjugale est une atteinte volontaire à l'intégrité de l'autre, une emprise, un conditionnement dont il est difficile de sortir lorsqu'on en est victime. Échanger sur ces sujets en donnant des lieux ressources et des espaces d'écoute pour discuter est primordial. Un outil, le « violentomètre », est disponible ici : www.centre-hubertine-auclert.fr/article/outil-de-prevention-des-violences-le-violentometre. Il permet de mesurer simplement si sa relation amoureuse est basée sur le consentement et si elle ne comporte pas de violences.

Clitoris

Le clitoris représente une des clés du plaisir féminin. Il s'agit d'un organe dédié au plaisir. Extrêmement riche en terminaisons nerveuses, le clitoris est comme le pénis, composé de tissus érectiles. La partie interne du clitoris représente 9/10^e du clitoris, qui mesure une dizaine de centimètres. Certaines femmes ont peut-être subi des « mutilations sexuelles féminines » (MSF) ou « mutilations génitales féminines » (MGF). Ces pratiques recouvrent toutes les interventions incluant l'ablation partielle ou totale des organes sexuels externes de la femme ou autre lésion des organes sexuels féminins. Le terme de mutilation « sexuelle », comparé à celui de mutilation « génitale », est employé plus largement car il reflète mieux l'ensemble des conséquences de l'acte sur la vie sexuelle des femmes. De ce fait, toutes les dimensions de la sphère sexuelle peuvent être abordées, sans se limiter exclusivement à l'atteinte physique. Pour aller un peu plus loin dans l'explication de ces MSF, vous pouvez vous rendre sur les sites Internet www.excisionparlonsen.org ou <https://federatongams.org>. Les classifications de ces pratiques, les causes, les conséquences, les zones du monde les plus touchées, les prises en charge y sont détaillées. Certains outils y sont également disponibles pour faire de la prévention santé. Certains lieux ressources peuvent être importants à relayer pour les femmes ayant vécu ces MSF ou étant en questionnement par rapport à ces pratiques.

Les interrogations peuvent être de dimensions diverses face à cette problématique lors d'une animation-débat : dimension médicale, psychologique, chirurgicale, sociétale, éthique, juridique, etc. Certaines femmes ont pu quitter leur pays de peur de subir l'excision, et cette peur est désormais reportée sur leurs filles restées au pays ou vivant en France. Pouvoir leur donner un lieu ressource, une adresse, un numéro de téléphone est alors important.

– Où trouver de l'aide ?

www.alerte-excision.org/ou-trouver-aide.php

– Unité de soins pour les femmes excisées (prise en charge pluridisciplinaire) :

www.excisionparlonsen.org/wp-content/uploads/2018/05/units-de-soins-aux-femmes-excisees-2018.pdf

– Fiche réflexe : Prévenir les risques d'excision avant les vacances scolaires :

www.excisionparlonsen.org/wp-content/uploads/2018/01/Prevention-vacances-scolaires.-Excision-parlons-en-2.pdf

Plaisir

Les femmes et les hommes ont le droit de prendre du plaisir durant les rapports sexuels. Ils ont les mêmes droits. Nous pouvons parler alors de « droits sexuels » définis par l'OMS. Une forme de plaisir très intense peut être appelé « orgasme ». Il peut être ressenti quand on est très excité sexuellement. Mais l'orgasme n'a rien d'automatique ni d'obligatoire au cours d'une relation sexuelle. Le corps n'est effectivement pas une machine, l'orgasme peut donc mettre du temps à arriver et se faire désirer ! Pour chaque personne, que l'on soit homme, femme ou non-binaire, l'orgasme se traduit de manière différente chez chaque personne.

Suivi gynécologique

Lors d'une consultation gynécologique, avec une sage-femme ou un médecin, la patiente pourra aborder toute question concernant la sexualité, la contraception, les infections sexuellement transmissibles. Le professionnel réalise un examen clinique et procède à des dépistages (frottis du col⁸, examen des seins...).

Ce professionnel permet également de dépister certaines pathologies comme l'endométri⁹. Le premier rendez-vous n'implique pas nécessairement un examen clinique : il s'agit d'abord d'évaluer la situation de la patiente, de détecter les situations à risque et de la mettre en confiance. Bien que le suivi gynécologique systématique des patientes soit fortement recommandé, beaucoup de patientes ne consulteront qu'en cas de problèmes. Il est important d'insister sur le versant « préventif » de cette consultation. En effet, lorsqu'on est actif ou active sexuellement, il est recommandé de se faire dépister régulièrement et de consulter une fois par an un gynécologue, un médecin généraliste ou une sage-femme pour ces questions. Cette thématique permet de discuter des freins à se rendre à une consultation gynécologique, à savoir : la honte, la peur de devoir payer, la peur d'avoir une maladie... Tous ces freins pourront alors être abordés en animations-débat et déconstruits, accompagnés avec l'animatrice ou l'animateur de prévention. Sans couverture sociale, si une personne désire une consultation gynécologique, elle peut se rendre dans un centre de planification et d'éducation familiale (CPEF), un planning familial ou un hôpital pour demander un rendez-vous gynécologique.

Contraception

Plusieurs moyens de contraception existent, l'important étant de choisir celui qui convient : hormones, sans hormones, ceux posés par un professionnel, etc. Hormis la pilule et le préservatif il existe : le DIU (dispositif intra-utérin en cuivre ou hormonal anciennement appelé stérilet), le patch, l'anneau, l'implant, l'injection... Chaque moyen de contraception a ses propres avantages et inconvénients. Il n'existe pas de méthode

contraceptive parfaite, mais plusieurs méthodes correspondant à chaque personne. La femme a bien évidemment le droit de choisir, de questionner ou de changer de contraception quand elle le souhaite. Il est important d'inclure les hommes, car lors de rapports hétérosexuels les deux personnes sont concernées par une grossesse non prévue ; c'est une responsabilité conjointe. Si elles le souhaitent également, les femmes peuvent se procurer une contraception d'urgence (pilule, DIU) et ont le droit de recourir à une interruption volontaire de grossesse (IVG) si besoin. Notons également qu'il existe des méthodes contraceptives masculines (slip chauffant par exemple) et d'autres pouvant être définitives (ligature des trompes et vasectomie). Cette thématique permet d'aborder le sujet avec les participants et participantes.

Interruption volontaire de grossesse

La procédure d'avortement en France est remboursée à 100 % par l'Assurance maladie. Même si la personne n'a pas encore de couverture sociale ou si elle n'a pas de papiers, la procédure sera bien évidemment gratuite et réalisée.

Pour les mineures, il est nécessaire qu'elles soient accompagnées par l'un des parents ou un adulte de leur choix. L'IVG peut être réalisée à l'hôpital, dans des centres de planification et d'éducation familiale, ainsi qu'en médecine de ville pour la méthode médicamenteuse.

Aucun motif n'est nécessaire, aucun jugement ne sera émis, la femme est libre de choisir seule.

Elle se déroule de la manière suivante :

1. Entretien avec un professionnel de santé (médecin, sage-femme).
2. Entretien psychosocial (obligatoire pour les mineures, proposé aux majeures).
3. Entretien avec un professionnel de santé (médecin, sage-femme).
4. Pratique de l'IVG.

On peut y avoir recours de deux manières différentes :

– Méthode médicamenteuse : possible jusqu'à la 7^e semaine voire 9^e semaine d'aménorrhée*. Il s'agit de prendre deux comprimés à un ou deux jours d'intervalle (à domicile si les conditions le permettent ou à l'hôpital). C'est le deuxième comprimé qui va déclencher les contractions et les saignements, donc l'arrêt de la grossesse. Vérifier ensuite que la grossesse a bien été interrompue lors d'une visite de contrôle, environ quinze jours après.

– Méthode chirurgicale : possible jusqu'à la 14^e semaine d'aménorrhée*. Il s'agit d'un geste chirurgical simple, rapide, sûr et extrêmement efficace, qui se déroule sous anesthésie (locale ou générale). Vérifier ensuite que la grossesse a bien été interrompue lors d'une visite de contrôle, environ quinze jours après. Beaucoup pensent que l'IVG rend stérile mais c'est faux. Lorsqu'une IVG est pratiquée légalement, les

⁸ - Le frottis cervico-utérin permet de dépister la présence de HPV. Les papillomavirus (HPV) sont des IST qui se transmettent lors des rapports sexuels, mais également par simple contact rapproché. Cette IST n'est évitable qu'à 50% avec le port du préservatif. Il existe 3 vaccins qui protègent au minimum des HPV-16 et 18, les deux plus dangereux à l'origine de cancers. Le frottis cervico-utérin est un examen gynécologique qui consiste à prélever des cellules du col de l'utérus et à les observer au microscope afin d'en analyser l'aspect. Le dépistage par frottis est recommandé tous les trois ans de 25 à 65 ans, même en l'absence de rapports sexuels ou après la ménopause. Il est donc important de discuter de ce « suivi gynécologique » avec les participantes.

⁹ - L'endométri⁹, maladie longtemps ignorée, parfois très difficile à vivre au quotidien, se définit comme la présence en dehors de la cavité utérine de tissu semblable à la muqueuse utérine qui subira, lors de chacun des cycles menstruels ultérieurs, l'influence des modifications hormonales. Elle est à l'origine de douleurs et il est important de ne pas « normaliser » les douleurs des règles et de pouvoir aborder ce sujet avec les femmes. www.endofrance.org

complications sont très rares. À l'inverse, dans les pays où elle est interdite, les risques d'infection, de stérilité voire de décès sont élevés.

* Semaines d'aménorrhées (expression employée par le milieu médical) = le nombre de semaines depuis le 1^{er} jour des dernières règles.

Infections sexuellement transmissibles

Les infections sexuellement transmissibles (IST) se transmettent par contact de muqueuses et de liquides corporels (sperme, cyprine, liquide préséminal, sang). Tout le monde est susceptible d'attraper une IST au cours de sa vie. On ne sait pas toujours si l'on a une IST, car il n'y a pas forcément de symptômes (ce qui fait la différence avec le terme « maladie sexuellement transmissible » ou « MST »). Les symptômes peuvent apparaître au bout de plusieurs jours, mois ou même années. Même sans symptômes, l'infection peut se transmettre à un ou une autre partenaire. Plus une IST est dépistée tôt, plus il sera facile de la traiter. D'une manière générale, si ça brûle, ça gratte, ça pique, ça fait mal et/ou ça fait des boutons, il est recommandé de consulter. Cependant, malgré une absence de symptômes, un dépistage régulier en fonction de ses pratiques sexuelles est recommandé. La plupart du temps, pour se faire dépister, une simple prise de sang suffit. Mais pour certaines IST, un prélèvement au niveau des parties génitales ou dans les urines peut être nécessaire. Il est important de ne pas confondre ces prélèvements avec le frottis cervico-utérin qui ne dépiste, lui, que les papillomavirus. À noter : la question des transmissions d'IST n'est pas une question d'hygiène. En revanche, il est important d'avoir une bonne hygiène intime pour éviter d'autres infections. Au détour de cette question, il est primordial de faire réfléchir à ce que veut dire « bien nettoyer son sexe » ou « avoir une bonne hygiène intime ». Nettoyer sa vulve ? Son vagin ? Pour qui ? Pourquoi ? Comment ? Certaines pratiques culturelles/ religieuses/ éducationnelles de toilette intime, d'assèchement ou de rétrécissement du vagin peuvent être toxiques pour la flore vaginale et entraîner une augmentation du risque de contracter une IST, contrairement à ce que l'on pourrait penser. Rappelons-le, le vagin est un organe autonettoyant, il n'est pas nécessaire de le nettoyer.

VIH et prévention diversifiée

Le VIH est une IST particulière. C'est le virus responsable de la maladie appelée sida. Une personne porteuse du VIH, dite « séropositive », est une personne contaminée par le virus. Une personne qui ne prend pas de traitement développera le sida. À l'inverse, une personne séronégative est une personne qui n'est pas contaminée par le VIH. Une personne séropositive sous traitement, et dont le traitement a une telle efficacité que sa charge virale devient indétectable (virus présent mais en très petite quantité), ne transmet pas le virus responsable du sida.

Le plus important est de se dépister, quelle que soit la méthode. Si on est dépisté, on peut être rapidement mis sous traitement et avoir une charge virale indétectable, et donc on ne transmet plus le virus ! On prend soin de soi et des autres.

Voici les différents moyens de dépistage du VIH :
L'autotest (vendu en pharmacie) : à réaliser soi-même / résultat disponible juste après le test / 25€ environ ou diffusé gracieusement par certaines associations. Pour l'autotest, une simple goutte de sang prélevée au bout du doigt suffit.

Le dépistage en CeGIDD (centre gratuit d'information, de dépistage et de diagnostic) : réalisé par des professionnels de santé / résultat disponible entre 2 à 5 jours / anonyme / gratuit.

Le TROD (test rapide d'orientation diagnostique) : principalement réalisé par des associations / résultat disponible juste après le test / anonyme / gratuit. Pour le TROD, une simple goutte de sang prélevée au bout du doigt suffit.

Le dépistage en laboratoire d'analyses médicales : réalisé par des professionnels de santé / résultat disponible entre 2 et 5 jours / confidentiel / remboursé sur ordonnance d'un médecin, d'un gynécologue ou d'une sage-femme.

Pour résumer, il y a plein de façons de se dépister de manière très simple ! À chacun de trouver la ou les siennes !

Il existe également deux méthodes médicamenteuses qui permettent aux personnes séronégatives de le rester, malgré une prise de risque. Nous parlons de la PrEP et du TPE.

La prophylaxie préexposition (PrEP) est un traitement qui peut être proposé aux personnes séronégatives qui sont très exposées au risque de contracter le VIH. La PrEP ne remplace pas le préservatif, notamment parce qu'elle ne protège pas des autres infections sexuellement transmissibles (IST). Pour pouvoir bénéficier de la PrEP, il ne faut pas hésiter à aller consulter dans un centre d'information, gratuit de dépistage et de diagnostic (CeGIDD). Depuis le 1^{er} janvier 2016, les missions des CeGIDD ont été élargies. En plus du dépistage du VIH, des hépatites virales et des infections sexuellement transmissibles (IST), les CeGIDD offrent une approche globale de la santé sexuelle afin de mieux cibler les publics les plus éloignés du soin. La PrEP est remboursable à 100% par l'Assurance maladie. Un suivi médical régulier est alors nécessaire.

Le Traitement post-exposition (TPE), est un « traitement d'urgence » qui doit être pris au plus tard dans les 48 heures après un risque de transmission, puis tous les jours pendant un mois. Il s'agit donc d'un médicament supplémentaire pour se protéger du VIH, après un risque de contamination. Pour se le procurer, il faut se rendre aux urgences dans les plus brefs délais.

Préservatif

Le préservatif interne (féminin) ou externe (masculin) peut se trouver gratuitement dans les centres de planification et d'éducation familiale (CPEF) et dans certaines associations. C'est le seul moyen de contraception qui permet de prévenir la transmission des IST. Il peut également se trouver au niveau de l'accueil ou auprès du personnel éducatif de certaines structures recevant des personnes en situation de précarité (accueil de jour, foyer pour jeunes travailleurs, CADA...). Il est aussi possible de se faire prescrire des préservatifs externes si on a une assurance maladie. Le remboursement par la Sécurité sociale sera à hauteur de 60%.

Suivi de grossesse

Le suivi de grossesse nécessite des rendez-vous réguliers de consultation, prise de sang ou d'échographie durant toute la grossesse. Ce suivi peut être réalisé par une sage-femme, un médecin généraliste ou un gynécologue. En France, même sans couverture sociale, il est possible de consulter un médecin ou une sage-femme. Sans couverture sociale, si vous désirez un suivi de grossesse, plusieurs possibilités s'offrent à vous :

1. Veillez à vous inscrire à la maternité publique la plus proche de votre lieu d'hébergement et/ou de domiciliation si vous êtes en situation de rue. Un rendez-vous avec une sage-femme ou un médecin vous sera alors donné.
2. Demandez un rendez-vous dans la protection maternelle infantile (PMI) la plus proche de votre lieu de vie. Pour connaître l'adresse de la PMI la plus proche, vous pouvez contacter la mairie ou le site : <https://annuaire.service-public.fr/navigation/ile-de-france/pmi>. Dans les PMI, le suivi de grossesse est réalisé jusqu'au 6^e mois de grossesse par une sage-femme ou un médecin, avant de vous inscrire à l'hôpital pour les derniers mois de grossesse. Si toutefois vous avez une grossesse avec complication, l'inscription à l'hôpital se fera au plus tôt. Notons que pour Paris intra-muros, les consultations de sage-femme de PMI se trouvent à l'intérieur des hôpitaux de l'AP-HP.
3. L'association Solidarité Paris Maman (Solipam) met à disposition un numéro vert gratuit pour toute femme enceinte en situation de précarité en Île-de-France : 0 801 801 081 / <https://solipam.fr>

Professionnels du secteur médicosocial

Tous les professionnels de santé sont tenus au secret médical et travaillent dans l'intérêt de la santé des personnes.

Médecin généraliste / Médecin traitant / Médecin spécialiste

En France, une personne qui souhaite consulter pour sa santé doit se rapprocher d'un « médecin généraliste ». Il peut alors prescrire des médicaments, une prise de sang, une radio ou un autre examen complémentaire. En parallèle, le « médecin traitant » est le médecin que l'on « choisit », qui nous « connaît » médicalement et que l'on va voir régulièrement. En ayant un « médecin traitant », les personnes bénéficient d'une meilleure qualité de suivi et de soins. Elles devront simplement signer un formulaire et l'Assurance maladie sera mise au courant. Ce médecin peut également être le médecin de toute une famille. Le médecin généraliste adressera alors le patient vers un « médecin spécialiste » au besoin. (Ex : un psychiatre pour la psychiatrie) Cependant, il n'est pas nécessaire de passer par le médecin traitant ou généraliste pour consulter certains médecins spécialistes comme un gynécologue, un ophtalmologue ou un dentiste.

Sage-femme

La sage-femme est une professionnelle de santé qui assure la surveillance et le suivi médical de la grossesse,

du travail, de l'accouchement ; elle propose des séances de préparation à la naissance et à la parentalité. Elle assure également le suivi gynécologique et la prescription de la contraception.

La sage-femme dispense les soins à la mère et à l'enfant après l'accouchement, et peut être sollicitée pour des consultations d'allaitement, de rééducation périnéale et, dans certains cas, de sexologie. Elle peut être rencontrée à l'hôpital, dans un cabinet libéral, en PMI ou en CPEF.

Infirmière

L'infirmière réalise des soins destinés à maintenir ou restaurer la santé de la personne malade. Son activité principale est de surveiller l'état de santé des patients et de coordonner les soins pendant leur hospitalisation et lors de leur sortie. Elle pratique également des soins spécifiques comme la prise de sang, de température, de tension artérielle... Elle peut être rencontrée à l'hôpital, dans un cabinet libéral, en PMI ou en CPEF.

Psychologue

La psychologue est une experte du comportement, des émotions et de la santé mentale. Elle permet d'offrir un espace de parole auprès des personnes qui éprouvent de la détresse ou des difficultés psychologiques. Elle travaille conjointement avec un psychiatre si une pathologie est décelée. Elle peut être rencontrée gratuitement à l'hôpital. Les personnes peuvent être suivies dans un service hospitalier, dans un centre médicopsychologique (CMP), dans certains CPEF ou PMI, dans une association.

Travailleuse sociale

La travailleuse sociale permet d'accompagner les personnes en situation de vulnérabilité dans leurs démarches administratives et sociales, en les informant sur leurs droits et en facilitant grandement l'accès aux soins. Rencontrer une travailleuse sociale, c'est gratuit et cela peut se faire dans les services de santé, dans certaines administrations, dans les mairies (dans les centres communaux ou intercommunaux d'action sociale : CCAS ou CIAS) et dans certaines associations.

Médiateurs de santé

Les médiateurs de santé permettent de fluidifier le lien entre soignant et patient, en allant vers les personnes éloignées du système de santé comme, par exemple, les personnes qui vivent dans la rue ou dans des foyers. Ils permettent en général de rattracher une personne à un parcours de soins et de prévention. Les médiateurs en santé sont des personnes rattachées à une structure de santé, un service hospitalier ou une association.

Interprète

Il est important de souligner que certaines personnes maîtrisent mal la langue française ou ne la connaissent pas du tout. Le recours à un interprète professionnel doit être considéré comme un outil de soin. En effet, la prise en charge du patient ou de la patiente ne sera que meilleure, et la qualité de son suivi beaucoup plus effective. L'interprète professionnel respecte la confidentialité d'un entretien/consultation, ce qui permet aux personnes de parler en confiance de leur situation et de comprendre les explications médicales et sociales.

Relation soignant/soigné

Au sein d'une relation soignant/soigné, d'autant plus avec des personnes migrantes et/ou en situation de précarité, beaucoup de représentations, images, sentiments ou autres viennent interférer dans l'espace de l'entretien ou de la consultation. Cela peut provenir soit de la part du patient ou de la patiente (appréhension à consulter, représentation et peur du médecin, peur de ne pas trouver sa place dans la relation...), soit du soignant ou de la soignante (préjugés face au respect des rendez-vous, prise de traitement, représentation de la précarité, complexité de la prise en charge, sentiment d'incompétence face au volet « social » de la santé, etc.). Ces enjeux se répercutent directement dans une salle de consultation et peuvent engendrer un obstacle à l'accès aux soins. Pouvoir aborder cette thématique avec ce jeu permettra d'échanger et débattre sur ces représentations.

Lieux ressources

Médecine de ville et établissement de soins

Pour trouver un professionnel de santé (médecin, sage-femme, infirmier, etc.) en cabinet libéral ou pour trouver un établissement de soin (hôpital, centre de santé, etc.), les personnes peuvent se rendre sur l'annuaire en ligne de l'Assurance maladie : <http://annuaire.sante.ameli.fr>

Les personnes pourront alors choisir le secteur appliqué par le soignant ou la soignante. Les médecins dits « conventionnés de secteur 1 » font payer la consultation en fonction des tarifs de remboursement de base définis par l'Assurance maladie. Les médecins « conventionnés de secteur 2 » sont plus chers que le tarif remboursé par l'Assurance maladie et pratiquent donc des dépassements d'honoraires. C'est pourquoi il est important de se renseigner sur le secteur, avant de consulter un médecin. Le médecin ne peut normalement pas pratiquer de dépassements d'honoraires, si la personne détient la CSS ou l'AME. Il est toujours important de garder à l'esprit que pour pouvoir accéder à la médecine de ville, les personnes devront avoir une protection maladie. Si elles n'en possèdent pas, de nombreux lieux ressources existent pour bénéficier gratuitement de consultations et de prises en charge.

Permanence d'accès aux soins de santé (PASS)

Les permanences d'accès aux soins de santé sont des structures qui permettent une prise en charge médicale et sociale pour les personnes ayant besoin de soins mais qui ont du mal à y accéder, du fait de l'absence de protection sociale, de leurs conditions de vie ou de leurs difficultés financières. Ces permanences permettent un accès à des consultations de médecine générale ou spécialisée, tout en orientant par la suite les personnes vers les dispositifs de droits communs. Les PASS sont présentes dans certains hôpitaux ou commencent à se développer en ambulatoire. En Île-de-France, il existe une permanence d'accès aux soins de santé dans la plupart des hôpitaux de l'AP-HP¹⁰. Au sein de ces structures, il est possible d'avoir accès à une consultation de médecin générale ou spécialisée,

de recevoir des soins dentaires dans une PASS bucco-dentaire, de bénéficier de soins infirmiers, de prises de sang, d'exams radiologiques ou d'obtenir des médicaments prescrits par le médecin dans le cadre de la PASS.

Concrètement, quelle sera la prise en charge? Un médecin examinera la personne et l'orientera, par la suite, vers une travailleuse sociale qui la conseillera dans ses démarches administratives (protection maladie, PUMA, AME) et qui l'accompagnera dans son parcours de soins. Le médecin pourra également orienter la personne vers un médecin spécialisé si son état de santé nécessite d'autres examens. Où les trouver? www.aphp.fr/permanences-dacces-aux-soins-de-sante-ap-hp

Centre de planification et d'éducation familiale (CPEF)

Le centre de planification et d'éducation familiale (CPEF) propose des consultations médicales anonymes et gratuites pour les jeunes mineures et majeures. Le CPEF informe sur la vie affective et sexuelle, les problématiques gynécologiques et la contraception. C'est un lieu d'accueil et d'écoute qui offre une approche globale des problématiques de santé sexuelle: informations et consultations de gynécologie et de contraception; demandes d'avortement (interruption volontaire de grossesse: IVG); dépistages et traitements des infections sexuellement transmissibles (IST); repérages des violences; éducation à la vie affective et sexuelle. C'est un lieu où les personnes peuvent être reçues gratuitement même sans protection maladie. Où les trouver? <https://ivg.gouv.fr/les-centres-de-planification-ou-d-education-familiale.html>

Centre gratuit d'information, de diagnostic et de dépistage des infections par le virus de l'immunodéficience humaine et des hépatites virales et des infections sexuellement transmissibles (CeGIDD)

Le CeGIDD est un centre de santé sexuelle incontournable. C'est gratuit et anonyme. Les personnes peuvent donc être reçues gratuitement même sans protection maladie. Les CeGIDD sont des structures importantes dans la lutte contre le VIH et les autres IST. À ce titre, ils peuvent proposer du dépistage, de la vaccination, de la distribution de matériel de prévention. Ils peuvent également délivrer la PrEP, le TPE. Ils proposent aussi des consultations individuelles autour de la santé sexuelle, et peuvent assurer la prévention et la détection des violences sexuelles ou liées à l'orientation sexuelle, à l'identité de genre et aux dysfonctionnements sexuels. Où les trouver? www.sida-info-service.org/annuaire

Protection maternelle et infantile (PMI)

Le service de protection maternelle et infantile (PMI) s'occupe également de la protection sanitaire de la mère. Il s'agit d'un service départemental placé sous l'autorité du président du conseil départemental et chargé d'assurer la protection sanitaire de la mère et de l'enfant. Ce service organise des consultations et des actions de prévention médicosociales en faveur

¹⁰ - www.aphp.fr/permanences-dacces-aux-soins-de-sante-lap-hp

des femmes enceintes et des enfants de moins de 6 ans. L'équipe est multidisciplinaire: médecins, infirmières puéricultrices, auxiliaires de puériculture, agents techniques de la petite enfance, sages-femmes, psychologues, psychomotriciennes, travailleuses sociales. Au sein de certaines communes, la PMI et le CPEF se trouvent dans le même local ou à la même adresse, ce qui permet une centralisation des soins. C'est un lieu où les personnes peuvent être reçues gratuitement même sans protection maladie. Où les trouver ? <https://lannuaire.service-public.fr/navigation/pmi>

Centre médicopsychologique (CMP)

Le CMP est une structure de soins dépendant des secteurs de psychiatrie. Les CMP sont rattachés à un hôpital public; ils regroupent des équipes pluridisciplinaires et proposent une offre de soins médicosociaux pour les personnes en souffrance psychique. Il existe des CMP pour adultes (qui accueillent des personnes à partir de 16 ans) et des CMP pour enfants et adolescents. Les équipes de ces centres sont composées de soignants ou soignantes (médecins psychiatres, psychologues cliniciens, infirmiers, orthophonistes, psychomotriciens...) et de travailleuses sociales (assistantes de service social, éducatrices...). Les personnes peuvent être reçues gratuitement même sans protection maladie. Où les trouver ? www.etablisementsdesante.fr

Tissu associatif local

Le tissu associatif local peut être extrêmement riche en termes d'accès aux soins et de structures autour de la santé sexuelle et de la santé en général. Il ne faut pas hésiter à solliciter ce monde associatif afin de raccrocher les personnes dans un parcours de soins et de santé. Grâce à une cartographie, le site Internet ou l'application soliguide.fr permet de mettre en évidence les différents lieux ressources en termes d'accès à la santé, associatifs ou non, accessibles aux personnes en situation de précarité et/ou en situation irrégulière sur le territoire. Les centres médicosociaux¹¹, les structures de prise en charge pour femmes victimes de violences comme la Maison des femmes de Saint-Denis¹², les accueils de jours¹³, les permanences associatives comme Médecins du Monde¹⁴ ou le Comede¹⁵ seront mis en évidence grâce à ce site ressource.

Équipe éducative structure

En fonction de la présence d'équipe éducative et/ou de « référents santé » au sein des structures d'accueil et/ou d'hébergement, les travailleuses sociales peuvent écouter les personnes et les orienter vers les structures locales pour les questions de santé. Il ne faut donc pas hésiter à chercher de l'aide là où elle peut se trouver.

¹¹ - Un centre médico-social (CMS) est un lieu ouvert à tous, un service de proximité du Département. C'est un lieu d'accueil, d'écoute, de consultations, de prévention et de soutien, une aide pour toutes les personnes rencontrant des difficultés personnelles ou familiales.

¹² - La Maison des femmes soigne et accompagne les femmes en difficulté ou victimes de violences de façon confidentielle, sécurisée et personnalisée. www.lamaisondesfemmes.fr

¹³ - C'est un lieu d'accueil et de repos uniquement en journée. En fonction des endroits, la personne pourra trouver un petit déjeuner, des douches, de quoi laver ses vêtements, des casiers pour mettre ses affaires. Il est parfois possible de rencontrer une travailleuse sociale pour aider la personne dans ses rendez-vous de santé et sa protection maladie.

¹⁴ - Médecins du Monde, association médicale militante de solidarité internationale, s'engage depuis plus de 30 ans à soigner les populations les plus vulnérables. www.medecinsdumonde.org/fr

¹⁵ - Créé en 1979, le Comede (Comité pour la santé des exilé.e.s) agit en faveur de la santé des exilé.e.s via le cadre de consultations et de permanences téléphoniques. Le Comede est un acteur essentiel de la solidarité à l'égard des personnes migrantes/étrangères et un dispositif d'observation privilégié de leur santé et de leurs conditions d'accès aux soins. www.comede.org