

CENTRES DE PLANIFICATION ET D'ÉDUCATION FAMILIALE

MARSEILLE

CPEF LA JOLIETTE 2^e ARR.

63, avenue R. Schuman
Tél. : 04 13 31 69 44

CPEF

Les Flamants - 14^e arr.
18, avenue Ansaldi
Tél. : 04 13 31 61 14

HÔPITAL NORD MATERNITÉ - 15^e ARR.

Chemin des Bourrellys
Tél. : 04 91 96 46 78

CPEF BELLE-DE-MAI 3^e ARR.

24, rue jobin
Tél. : 04 13 31 65 40

CPEF LE NAUTILE 13^e ARR.

29, avenue de Frais
vallon
Tél. : 04 13 31 57 45

MOUVEMENT FRANÇAIS POUR LE PLANNING FAMILIAL - 3^e ARR.

106, bd National
Tél. : 04 91 91 09 39

CPEF ST ADRIEN 8^e ARR.

12, rue St Adrien
Tél. : 04 13 31 56 01

HÔPITAL DE LA CONCEPTION MATERNITÉ - 5^e ARR.

147, Boulevard Baille
Tél. : 04 91 38 37 40

HORS MARSEILLE

Aix-en-Provence CPEF AIX-SUD

1, rue Calmette et Guérin
ZUP Encagnane
13090
Tél. : 04 13 31 84 13

Aubagne CPEF AUBAGNE

10, allée Antide Boyer
13400
Tél. : 04 13 31 06 15

La Ciotat CENTRE HOSPITALIER DE LA CIOTAT - Mater-

nité - Boulevard Lamar-
tine 13600
Tél. : 04 42 08 76 03

CENTRE HOSPITALIER DU PAYS D'AIX

Maternité
1, avenue des Tamaris
13100
Tél. : 04 42 33 50 30

CENTRE HOSPITALIER D'AUBAGNE - Maternité

179, avenue des sœurs
Gastine 13400
Tél. : 04 42 84 70 86

Gardanne CPEF GARDANNE

173, rue du Pont de
Péton 13120
Tél. : 04 13 31 77 00

Arles ESPA

11, rue Romain Rolland
13200
Tél. : 04 13 31 78 63

Châteaurenard CPEF CHÂTEAURENARD

3, cours Carnot
Immeuble Les Halles
13160
Tél. : 04 13 31 75 86

Istres CPEF ISTRES

2, chemin de la Combe
aux fées, bat. B
13800
Tél. : 04 13 31 92 05

CENTRE HOSPITALIER JOSEPH IMBERT

Service de Gynécologie
Quartier Fourchon
13200
Tél. : 04 90 49 29 34

Marignane CPEF MARIGNANE

Avenue du stade
13700
Tél. : 04 13 31 78 00

Martigues

CPEF MARTIGUES

Rue Charles Marville
13500
Tél. : 04 13 31 80 51

CENTRE HOSPITALIER DE MARTIGUES -

Maternité
3, boulevard des
Rayettes
13500
Tél. : 04 42 43 25 60

Miramas

CPEF MIRAMAS

4 bd Docteur Jacques
Minet 13140
Tél. : 04 13 31 76 00

Port-de-Bouc

CPEF PORT-DE-BOUC

Rue de la république
13110
Tél. : 04 13 31 80 00

Port-Saint-Louis

CPEF PORT-ST-LOUIS

1, esplanade de la Paix
13230
Tél. : 04 13 31 54 69

Salon-de-Provence CPEF

SALON-DE-PROVENCE
Immeuble Marc Sangnier
92, bd Frédéric Mistral
13300
Tél. : 04 13 31 66 20

Saint-Martin-de-Crau

CPEF

ST-MARTIN-DE-CRAU
Centre social les Oliviers
2, rue César Bernaudon
13310
Info et RDV : 04 13 31 78 63

Saint-Rémy-de- Provence

CPEF ST-RÉMY-DE- PROVENCE

14 A, avenue Gambetta
13210
Tél. : 04 13 31 03 50

Tarascon

CPEF TARASCON

Boulevard Gustave
Desplaces 13150
Tél. : 04 13 31 95 91

Vitrolles

CPEF VITROLLES

Zac les Pins
Quartier Les Plantiers
Rue Paul Valéry
13127
Tél. : 04 13 31 58 29

Contraception, IVG  **N° Vert 0 800 08 11 11**

Le Département des Bouches-du-Rhône met en œuvre une politique de prévention pour la santé des femmes : contraception, accès à l'IVG, prévention et traitement des IST, vaccinations, suivi de grossesses, conseil conjugal et familial...

Dans les centres de planification et d'éducation familiale (CPEF) répartis sur tout le département, des professionnels de santé sont à votre écoute pour des consultations médicales, des informations et des conseils personnalisés.

La santé des femmes, une mission prioritaire du département.



Direction de la Protection Maternelle
et Infantile et de la Santé Publique
4, quai d'Arenc 13002 Marseille

TOUT PUBLIC



**CENTRES DE PLANIFICATION ET
D'ÉDUCATION FAMILIALE (CPEF)**
CONTRACEPTION

QU'EST-CE QU'UN CENTRE DE PLANIFICATION ET D'ÉDUCATION FAMILIALE (CPEF) ?

UN ESPACE DE SANTÉ DÉDIÉ À LA CONTRACEPTION, À LA PLANIFICATION ET AU CONSEIL CONJUGAL.

Au sein des centres de planification CPEF, une équipe pluridisciplinaire (médecins gynécologues, sages-femmes, infirmières, conseillères conjugales secrétaires) est à votre écoute pour prendre en charge toutes les questions relatives à la sexualité, les méthodes de contraception, les infections sexuellement transmissibles, la grossesse, l'accouchement et l'interruption volontaire de grossesse (IVG) et les difficultés familiales et conjugales.

Les centres de planification sont des lieux de soin et de prévention ouverts à toutes les femmes et aux mineurs sans autorisation de leurs parents. L'anonymat et le secret y sont respectés. Les consultations, les examens et les contraceptifs y sont délivrés gratuitement pour les mineurs et les adultes sans couverture sociale.



PILULE CONTRACEPTIVE

- Un comprimé chaque jour à heure régulière.
- Elle est délivrée en pharmacie sur ordonnance de médecin ou de sage-femme.
- Remboursée de 0 à 65 %. Gratuite pour les mineures sur ordonnance.

Efficacité 😊😊😊

Échec en cas d'oubli 😞



PATCH CONTRACEPTIF

- Un patch par semaine à coller soi-même sur la peau 3 semaines par mois.
- Il est délivré en pharmacie sur ordonnance de médecin ou de sage-femme.
- Non remboursé.

Efficacité 😊😊😊

Échec si mauvaise utilisation 😞



ANNEAU VAGINAL

- Un anneau souple à placer soi-même dans le vagin comme un tampon et à laisser en place pendant 3 semaines sur 4.
- Il est délivré en pharmacie sur ordonnance de médecin ou de sage-femme.
- Non remboursé.

Efficacité 😊😊😊

Échec si mauvaise utilisation 😞

IMPLANT CONTRACEPTIF

- Un bâtonnet cylindrique (long : 4 cm - large : 1 mm) inséré en quelques minutes sous la peau du bras.
- Posé et retiré à la demande par un médecin ou une sage femme, sous anesthésie locale, son efficacité dure 3 ans
- Remboursé à 65 %. Gratuit pour les mineurs sur ordonnance.

Efficacité 😊😊😊😊

DISPOSITIF INTRA-UTÉRIN (DIU) OU STÉRILET



- Le DIU, qu'il soit au cuivre ou à la progestérone (DIU hormonal), est placé en quelques minutes dans l'utérus.
- Son efficacité dure en moyenne 5 ans.
- Il est délivré sur ordonnance en pharmacie, posé et retiré à la demande par un médecin ou une sage-femme.
- Remboursé à 65 %. Gratuit pour les mineurs sur ordonnance.

Efficacité 😊😊😊😊



PRÉSERVATIF MASCULIN



SEUL
LE PRÉSERVATIF
protège du VIH
et des infections
sexuellement
transmissibles.

- En latex ou en polyuréthane, il se déroule sur le pénis en érection avant la pénétration et retient le sperme. Il doit être changé à chaque rapport sexuel.
- Il protège du VIH et des Infections sexuellement transmissibles.
- Sans ordonnance en pharmacie, en grande surface, en distributeurs automatiques...
- Non remboursé.

Efficacité 😊😊

échec si mauvaise utilisation 😞

PRÉSERVATIF FEMININ



- Gaine en nitrile ou en polyuréthane qui se place dans le vagin.
- Il peut être mis en place plusieurs heures avant le rapport sexuel.
- Il doit être changé à chaque rapport sexuel.
- Il protège du VIH et des Infections sexuellement transmissibles.
- Non remboursé, il s'achète essentiellement sans ordonnance en pharmacie.

Efficacité 😊😊

Échec si mauvaise utilisation 😞

AUTRES MÉTHODES

DIAPHRAGME ET CAPE CERVICALE

Le diaphragme est une coupelle et la cape est un dôme très fin, tous deux en silicone. On les place soi-même dans le vagin, associés à un spermicide. Ils sont réutilisables et délivrés en pharmacie sur ordonnance de médecin ou de sage-femme.

Efficacité 😊😊😊

SPERMICIDES

- Les spermicides se présentent sous forme de gel et d'ovule qui se placent dans le vagin quelques minutes avant chaque rapport et détruisent les spermatozoïdes.
- Sans ordonnance en pharmacie.
- Non remboursés.

Efficacité 😊😊

MÉTHODES DITES «NATURELLES»

Retrait ou abstinence périodique (méthodes Ogino, Billings et méthode des températures). **Contraignantes et peu fiables**, elles permettent surtout d'espacer les naissances et nécessitent un apprentissage.

Efficacité 😊😊😊😊

CONTRACEPTION D'URGENCE EN CAS D'OUBLI OU DE MAUVAISE UTILISATION DE CONTRACEPTIFS

Penser à prendre une contraception d'urgence le plus rapidement possible (maximum 5 jours après le rapport non protégé), à n'importe quelle période du cycle. Il en existe 2 sortes :

► **Contraception hormonale ("pilule du lendemain")** : accessible sans ordonnance en pharmacie et gratuite pour les mineurs, sans risque, elle est moins efficace qu'une contraception régulière.

► **Dispositif intra utérin cuivre (stérilet)** : à faire placer par un médecin ou une sage-femme dans les 5 jours suivant le rapport à risques.