

LOVE GAME



LOVE GAME



INSTRUCTIONS

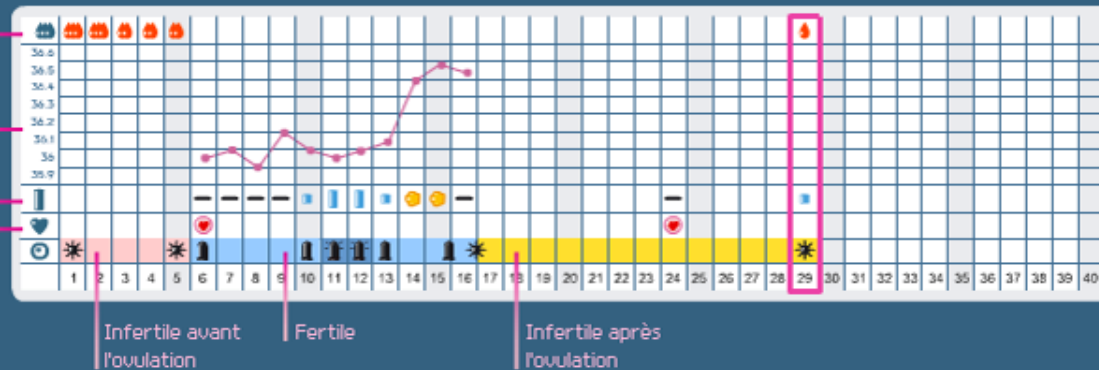
Voici un cycle complet d'Anna. Elle se trouve au jour 29. Tu vois que son cycle a passé par une phase infertile, ensuite fertile pour redevenir infertile.

Saignements

Pendant les jours fertiles, tu notes ta température

Tu peux indiquer ton élixir de vie

Rapports sexuels



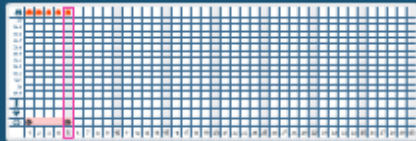
Tu dois connaître l'objectif de tes observations

- Tu observes ton cycle: est-ce que tu ovules?
- Tu pratiques une contraception
- Tu veux un enfant

Le nombre de vies qu'il te reste... en vrai, une seule



LOVE GAME



JOUR DU CYCLE: 5

OBJECTIF

VIES



Anna a 16 ans. Depuis un an elle sort avec Diego. Elle observe son cycle depuis 6 mois avec sympto.

Elle a des signes d'ovulation de manière régulière et sympto se trouve sur .

Le dernier jour de ses règles (jour 5), elle décide d'aller passer la nuit chez Diego.
C'est leur premier rapport

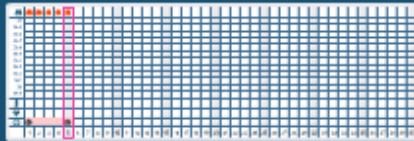


SUITE

LOVE GAME



QUESTION 1



JOUR DU CYCLE: 5

OBJECTIF 

VIES       



On a décidé de passer à l'acte. Malheureusement c'est mon dernier jour des règles, nous attendons demain matin pour faire des choses. Est-ce que je peux tomber enceinte demain?

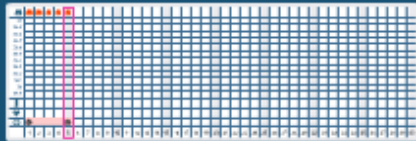
CHOISIS UNE RÉPONSE:

- A. Oui, car une fille peut toujours tomber enceinte durant son cycle, même pendant ses règles.
- B. Oui, car je ne connais pas encore suffisamment mon cycle.

LOVE GAME



RÉPONSES 1



JOUR DU CYCLE: 5

OBJECTIF



VIES



B. JUSTE!

Les principes symptothermiques sont très rigoureux: pendant ton apprentissage durant les 12 premiers cycles, seuls tes premiers 5 jours du cycle sont considérés comme infertiles pour autant que la première hausse de ta température ne se fasse pas avant le jour 13 du cycle (ce qui est rarissime, mais détecté par sympto). Après tes 12 cycles observés, selon ton profil, tu peux avoir entre 6 -10 jours infertiles au début du cycle. Pour bien comprendre tout cela, il faut potasser un peu le «Symptotherm Basic» et glâner les FAQ, les questions souvent posées, du site sympto.ch

A. FAUX!

C'est un mythe dangereux qu'on entend très souvent un peu partout, la honte! Anna a observé ses cycles et elle constate qu'elle a ovulé régulièrement. Dans ce cas, les premiers jours de son cycle sont infertiles, en général 5 jours, ainsi que les 9 – 15 jours après l'ovulation.

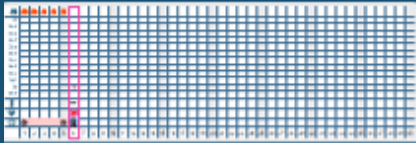
Si Anna n'avait pas ovulé dans son cycle précédent, les «règles» (qui sont en fait des saignements entre deux) pourraient effectivement cacher une ovulation. Mais cette situation exceptionnelle est dénichée systématiquement par sympto.

Aussi longtemps que sympto n'a pas décelé ton ovulation, il te laisse sur fertile et ne déclenche pas un nouveau cycle. Ce n'étaient pas des vraies règles mais que des saignements entre deux.

LOVE GAME



QUESTION 2



JOUR DU CYCLE: 6

OBJECTIF

VIES



Ce matin, ouf, les règles ont cessé, nous faisons le grand pas: est-ce que Diego doit mettre une capote?

CHOISIS UNE RÉPONSE:

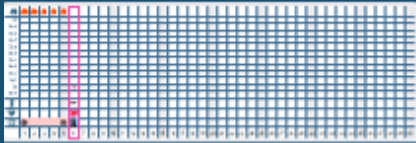
A. Oui

B. Non

LOVE GAME



RÉPONSES 2



JOUR DU CYCLE: 6


OBJECTIF




VIES



A. JUSTE!

Et pourtant, ils ne courent pas le danger du sida ou du papilloma virus; les deux sont encore vierges. Mais Anna doit se considérer comme fertile dès le 6e jour de son cycle car elle ne se connaît pas suffisamment. Tu vois la couleur de sympto  qui signifie « fertile ».

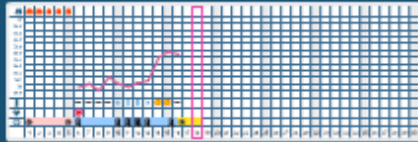
B. FAUX!

Ce n'est pas le sida ou le papilloma virus qui fait souci ici, car les deux sont encore vierges, mais la sécurité contraceptive: Anna ne connaît pas encore suffisamment son cycle pour se considérer comme infertile au-delà du 5e jour de son cycle. Sympto affiche bleu  le sixième jour de son cycle.

LOVE GAME



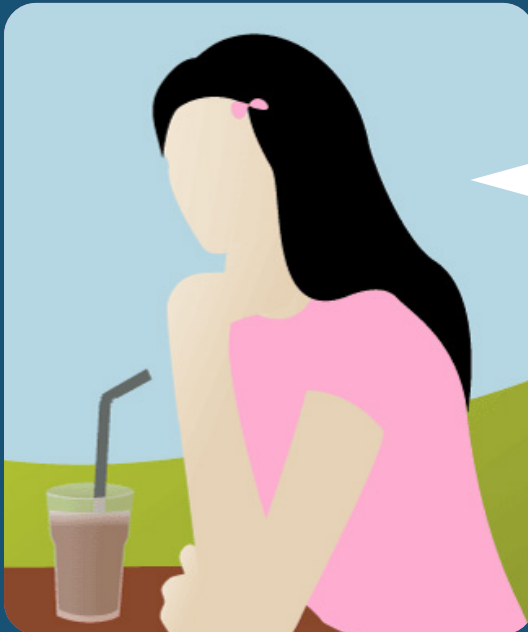
QUESTION 3



JOUR DU CYCLE: 18

OBJECTIF

VIES



Trop dommage que Diego soit parti avec des potes après notre première fois. Maintenant que mon ovulation est passée, sympto indique beau jaune, infertile total. Je suis hyper fâchée.

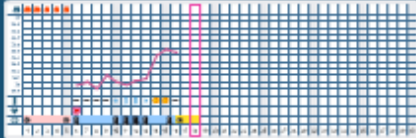
CHOISIS UNE RÉPONSE:

- A. Nous pourrions coucher sans capote
- B. Je dois toujours mettre la capote avec Diego

LOVE GAME



RÉPONSES 3



JOUR DU CYCLE: 18

OBJECTIF

VIES



A. JUSTE!

L'approche symptothermique AST t'indique quand ton ovulation est terminée. Commence alors ta phase infertile après l'ovulation .

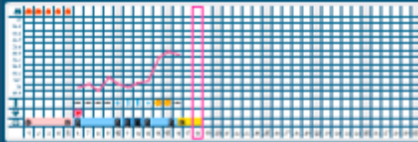
B. FAUX!

Pourquoi obliger l'homme à mettre une capote quand elle ne sert à rien? C'est pourtant une situation actuelle très courante! La femme ne supporte plus la pilule. Mais elle ne connaît pas son cycle. L'homme est donc condamné au préservatif. Débile. Résultat: ou bien il se lasse de la sexualité, ou bien il voudra absolument coucher avec une femme sans préservatif... Dans ce couple, la sexualité devient conflictuelle alors qu'elle devrait justement resserrer les liens d'amour!

LOVE GAME



QUESTION 4



JOUR DU CYCLE: 18

OBJECTIF

VIES



Tout à coup je me laisse distraire par ce mec qui est assis là, je le kiffe trop, c'est le coup de foudre. Il est dans le même collège, il s'appelle Mathieu. Est-ce qu'il devrait mettre la capote avec moi?

CHOISIS UNE RÉPONSE:

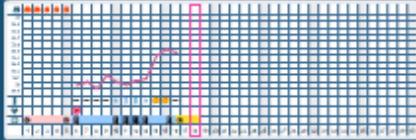
A. Oui

B. Non

LOVE GAME



RÉPONSES 4



JOUR DU CYCLE: 18

OBJECTIF

VIES



A. JUSTE!

Evidemment! Plutôt que d'attendre le retour de Diego, tu cherches une aventure avec un mec dont tu ne connais pas le passé sexuel. Assume: jamais sans capote dans ce cas! Mais tu ne peux pas faire ce que tu veux même avec la capote. Car elle ne te protège pas du papilloma virus, cause du cancer de l'utérus. Est-ce que ton infidélité en vaut la chandelle?

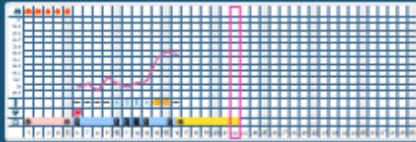
B. FAUX!

Evidemment! Plutôt que d'attendre le retour de Diego, tu cherches une aventure avec un mec dont tu ne connais pas le passé sexuel. Assume: jamais sans capote dans ce cas! Mais tu ne peux pas faire ce que tu veux même avec la capote. Car elle ne te protège pas du papilloma virus, cause du cancer de l'utérus. Est-ce que ton infidélité en vaut la chandelle?

LOVE GAME



QUESTION 5



JOUR DU CYCLE: 22

OBJECTIF 

VIES 



2 jours après j'ai un rendez-vous avec Mathieu, je m'entends trop bien avec lui, il me plaît trop. Il me demande pourquoi je ne prends pas la pilule.

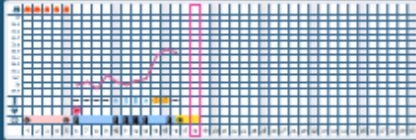
CHOISIS UNE RÉPONSE:

- A. Parce que j'ai un cycle régulier.
- B. Parce que j'utilise sympto.

LOVE GAME



RÉPONSES 5



JOUR DU CYCLE: 18

OBJECTIF

VIES



B. JUSTE!

Oui: avec sympto, tu vis avec ton cycle au jour le jour et tu enregistres les observations que sympto te demande de faire. Ainsi, en t'observant bien, tu délimiteras ta fenêtre de fertilité avec une parfaite précision.

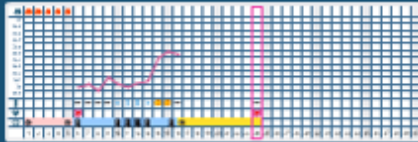
A. FAUX!

ARCHIFAUX! La durée régulière du cycle ne dit rien de précis sur le nombre exact de jours fertiles. Tu peux connaître ta fenêtre de fertilité à la seule condition de t'observer au jour le jour, aidé par exemple par sympto.

LOVE GAME



QUESTION 6



JOUR DU CYCLE: 24

OBJECTIF

VIES



Là on est dans un club. Mathieu est super chaud et moi aussi, si on fait quelque chose, est-ce qu'on doit se protéger?

CHOISIS UNE RÉPONSE:

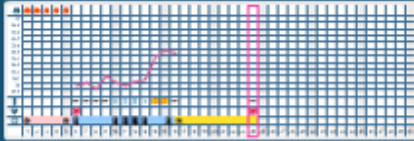
A. Non, car je suis totalement infertile

B. Oui, car Mathieu est peut-être infecté d'une IST: Infection Sexuellement Transmissible.

LOVE GAME



RÉPONSES 6



JOUR DU CYCLE: 24

OBJECTIF

VIES



A. FAUX!

Mathieu, tu le connais à peine, tu dois donc savoir s'il a eu un comportement à risque: il a eu, par exemple, une pénétration avec une fille ou même avec un mec dont il ne connaissait pas le passé sexuel. Tu dois donc exiger qu'il mette sa capote même si celle-ci ne te protège pas vraiment du papilloma virus!

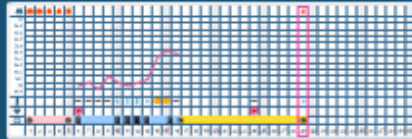
B. JUSTE!

Il est vrai que tu es infertile en ce moment, mais tu es à côté de la plaque! Tu ne connais rien des aventures sexuelles de Mathieu. Tu dois donc exiger qu'il mette sa capote même si celle-ci ne te protège pas vraiment du papilloma virus.

LOVE GAME



QUESTION 7



JOUR DU CYCLE: 29

OBJECTIF

VIES



Je suis de mauvais poil sentant arriver mes règles. C'est vraiment reloud, j'ai décidé de dire à Diego que je l'avais trompé et je veux le quitter pour Mathieu. Diego est super triste. Du coup ça me prend toute envie de faire l'amour avec Mathieu. Mais lui insiste. Est-ce que je dois accepter?

CHOISIS UNE RÉPONSE:

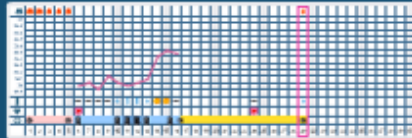
A. Non

B. Oui, car j'ai peur de le perdre.

LOVE GAME



RÉPONSES 7



JOUR DU CYCLE: 29

OBJECTIF



UIES



A. JUSTE!

Toute femme qui se respecte doit toujours trouver le courage de dire non à une relation sexuelle dont elle n'a pas envie. En connaissant ton cycle grâce à sympto, tu auras petit à petit ce courage, et pour la vie. Ton couple peut profiter énormément si vous deux êtes prêts à échanger ouvertement et régulièrement (par ex. une fois par mois) sur votre vie sexuelle, vos craintes, vos frustrations, vos joies.

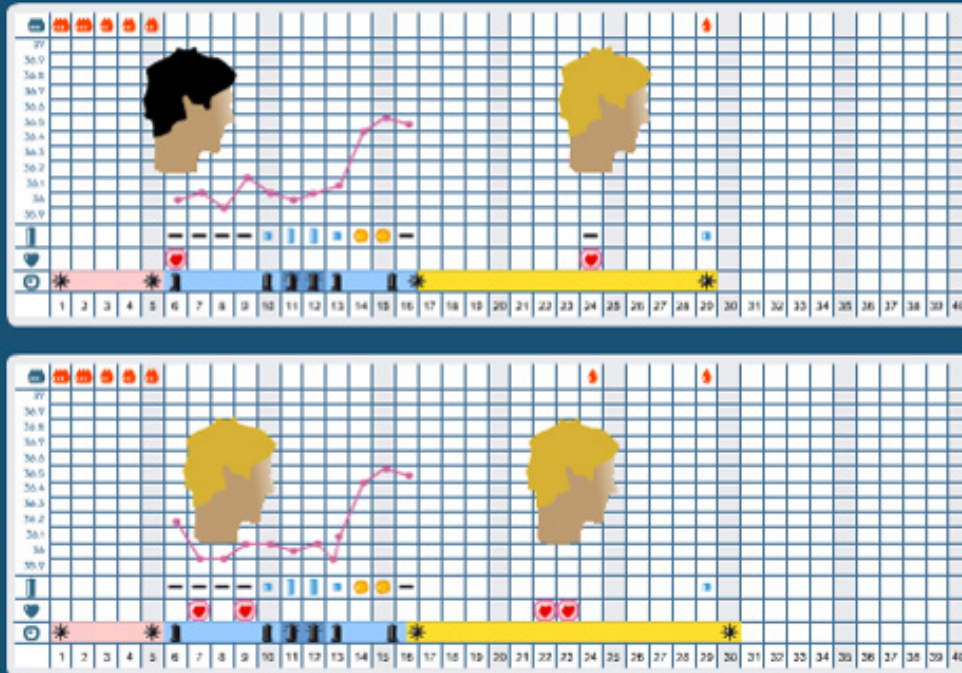
B. FAUX!

En réalité, beaucoup de femmes couchent avec leur homme parce qu'elles ont peur de le perdre ou de le fâcher. Mais un homme un tant soit peu sensible se rend bien vite compte de cette supercherie. Cette dissimulation malsaine est aussi très courante chez les couples où la femme a perdu la libido, par exemple à cause de la pilule contraceptive. Toute femme qui se respecte doit trouver le courage de dire non à une relation sexuelle dont elle n'a pas envie. En connaissant ton cycle grâce à sympto, tu auras petit à petit ce courage, et pour la vie. Ton couple profite énormément si vous deux êtes prêts à échanger ouvertement et régulièrement (par ex. une fois par mois) sur votre vie sexuelle, vos craintes, vos frustrations, vos joies.

LOVE GAME



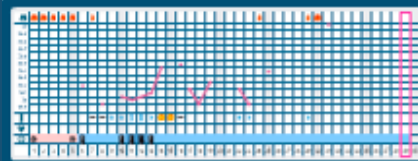
QUELQUES SEMAINES PLUS TARD...



Mathieu a accepté de faire un test sida (HIV). Le test sera dans 2 mois car il a eu un rapport non protégé il y a un mois avec une fille qu'il connaissait à peine. Jusqu'à la réception du résultat du test, Anna et Mathieu sont donc obligés de se protéger par la capote à chaque rapport ❤️ même pendant les jours infertiles! sympto ne te protège pas contre les IST, les infections sexuellement transmissibles. La pilule non plus: où est la liberté sexuelle de la pilule?

Mais avant que Mathieu fasse son test, il se passe quelque chose...

LOVE GAME



JOUR DU CYCLE: 39

OBJECTIF

VIES



sympto.ch

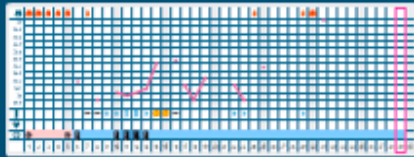


Mathieu m'a largué il y a un mois, je me sens rejetée, pourtant on a fait l'amour, et il m'a dit qu'il m'aimait. Mon cycle n'est plus ce qu'il était, ma température yoyotte, je n'ai donc plus d'ovulation.

EST-CE QUE JE CONTINUE À L'OBSERVER?

- A. Non, je prends la pilule pour avoir un cycle régulier.
- B. Oui, j'aimerais retrouver mes ovulations.

LOVE GAME



JOUR DU CYCLE: 39

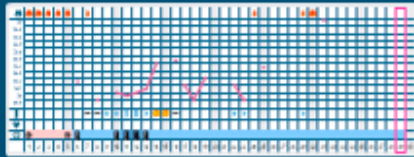
OBJECTIF

VIES



B. JUSTE! Tu peux t'observer sans arrière pensée de relations sexuelles. À 16 ans, très souvent, le cycle se met d'abord en place, c'est-à-dire que tu n'ovules pas régulièrement. La durée du cycle peut être très variable, entre 20 jours et 4 mois, par exemple. Il te faut donc un peu de patience et surveiller ton train de vie peut-être trop rude pour ton cycle (trop de sport, pas assez de sommeil, trop maigre ou trop grosse, déception amoureuse, etc.). Respecter et connaître ton cycle, c'est le meilleur cadeau que tu puisses faire à ta santé et à ton bien-être. C'est du coup une excellente préparation pour accueillir ton futur partenaire. Tu le mettras au courant de ton cycle dès que les choses deviennent sérieuses. Un homme qui ne respecte pas ta fertilité et qui n'est pas prêt à partager les soucis de la contraception, ne mérite pas ta confiance. Si, à la longue, l'alternative du préservatif et de l'abstinence lui pose un problème pendant les jours fertiles, tu peux toujours te placer un diaphragme.

LOVE GAME



JOUR DU CYCLE: 39

OBJECTIF

VIES



A. ARCHIFAX! La pilule, l'implant, l'anneau vaginal, etc. ne régulent rien du tout. Avaler ou se scotcher des hormones artificielles, cela bloque ton cycle et le remplace par un cycle fantôme. La plupart de tes ovulations sont supprimées. Beaucoup de femmes ressentent les effets négatifs de ces hormones artificielles (nausées, prise de poids, manque d'enthousiasme, déprime, perte de libido, etc.). Leur incidence sur la santé est indéniable. La combinaison pilule/ cigarettes nuit très gravement à ta santé, à bannir donc absolument. Le cancer du sein augmente à une allure inquiétante et tu te demandes pourquoi! Luites-tu contre des boutons ou as-tu des règles douloureuses? Étudie bien ce qui est dit à ce sujet dans «Sandra et Timmy». Tu peux apprendre à gérer ces situations. Tu peux aussi rencontrer une spécialiste de l'approche symptothermique avant de consulter un médecin.

LOVE GAME



SCORE: 8 POINTS

Tu as gagné:

- un livret «Sympotherm Basic: quand sexe et fertilité se lient d'amitié»
- sur demande, en cas d'utilisation correcte, 3 mois de sympto en plus des 40 jours gratuits.

REJOUER ↻

RETIRER TON PRIX ↻

LOVE GAME



SCORE: 0 POINT

Tu as perdu toutes tes vies! Tu n'es pas mûre pour avoir des rapports sexuels responsables. Avant de passer à l'acte, tu as donc tout intérêt à bien étudier le «Symptotherm Basic» en refaisant le jeu, pour gagner ce livret, et à étudier les FAQ, les questions souvent posées, que tu trouves sur notre site.

REJOUER 