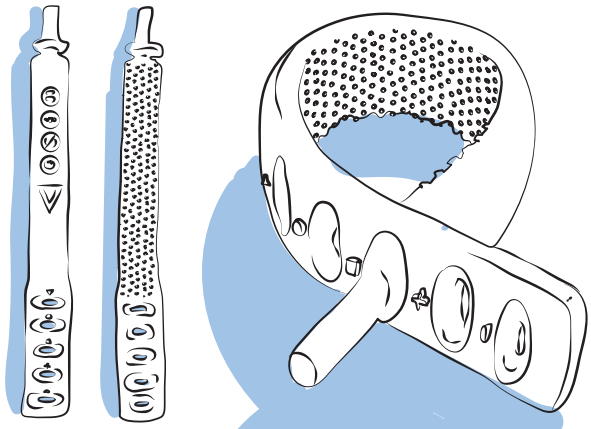
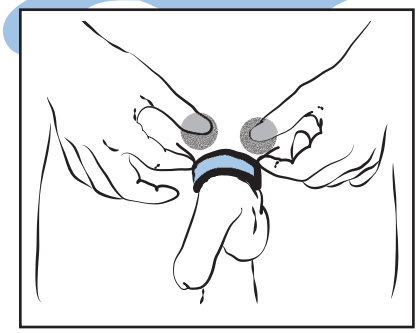
Androswatch - fabriquer son anneau contraceptif



QR code

Tuto vidéo



L'***Androswatch*** est un anneau en silicone réglable - comme un bracelet - qui permet de pratiquer la contraception dite «masculine» thermique, si porté 15h par jour tout les jours. Pour faciliter son appropriation, l'Androswatch est diffusé sous **licence libre***. Il est conçu pour être fabriqué simplement à l'aide d'un moule imprimé en 3D et de silicone biocompatible.

Que ce soit pour commencer la contraception, pour des essayages, pour pratiquer une activité physique qui nécessite une plus grande contrainte, son adaptabilité a été pensée pour répondre aux besoins grandissants des usager·x·s de la contraception testiculaire. Ses 5 tailles correspondent exactement à celles de l'Androswitch.

matériel nécessaire

outils

- imprimante 3D
- ordinateur équipé de Cura (logicile libre)
- balance de cuisine
- spatule
- matériel de protection (lunettes, gants, blouse...)
- four
- scalpel/petit cutter, ciseaux

consommables

- bobine de PLA sans perturbateurs endocriniens (750g = environ 30€)
- silicone biocompatible (900g = 60€)
- huile de silicone (400g=22€)
- savon doux

coût indicatif : 7€ / anneau

temporalité de fabrication

1. impression du moule → **2. moulage du silicone** → **3. démoulage, finitions** → **4. passage au four**

Environ 24h. (2 parties, 12h par partie) À partir d'1 moule on a 20 anneaux en moyenne.

Environ 6h en comptant la polymérisation (durcissement).

10 minutes.

Arrêt de la polymérisation : 1h au four à 100°C.

étape 1a : réglage du fichier 3D

Matériaux : un ordinateur équipé de Cura ou autre logiciel d'impression 3D, fichiers téléchargés sur le site thoreme.com. Durée moyenne : 15 minutes.

1

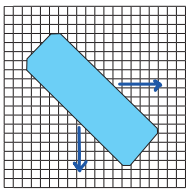
télécharger

ANDROSWATCH MOULE EXT.stl

ANDROSWATCH MOULE INT.stl

Télécharger les deux parties de moule via la page Androswatch sur le site thoreme.com. Nous ous conseillons d'imprimer chaque fichier séparément.

2



Ouvrir le fichier sur Cura. À l'aide des flèches, bien positionner le volume au milieu du plateau. Une impression sur les bords risque de fragiliser et de mal terminer le moule.

3

paramètres d'impression	réglage conseillé
hauteur de couche	0,16mm
épaisseur de paroi	1,2mm
densité de remplissage	15%
vitesse d'impression	40mm/s
vitesse de couche initiale	20mm/s
vitesse de ventilateur	50%

Dans la fenêtre « Paramètres d'impression » à droite, rentrez les données suivantes, pour obtenir un rapport optimal entre le temps d'impression et la qualité du moule.

4

Découper

↓

10 heures 44 minutes

12.41m

Enregistrer sur le disque

Appuyez sur «découper» en bas à droite. Une fois le volume décomposé, vous pouvez vérifier qu'il n'y a aucun problème d'impression.

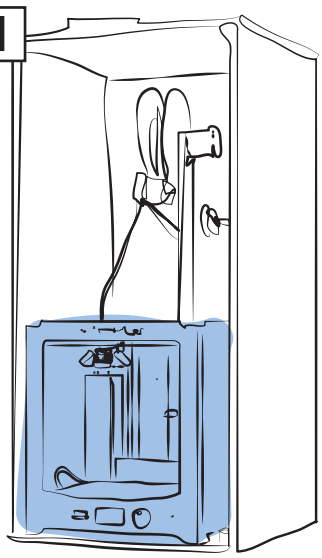
Vous pouvez l'envoyer sur l'imprimante 3D à l'aide d'une clé usb, d'une carte SD, ou d'une connection Wifi.

* L'Androswatch est placé sous **licence Creative Common (CC-by-nc-sa)** : il est possible de reprendre et partager librement cette œuvre pour une utilisation non-commerciale et avec l'obligation de le partager sous la même licence que l'orginal.

étape 1b : impression du moule

Matériaux : Imprimante 3D, 250g de PLA sans peturbateurs endocriniens, cuter ou scalpel.
Durée moyenne : 24 heures.

1

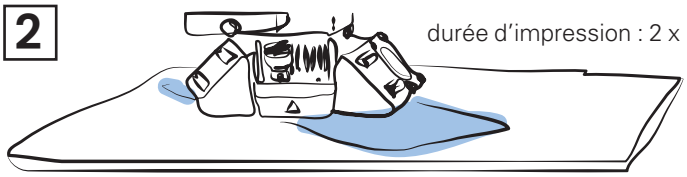


Pour une meilleure stabilité de la température - qui vous amènera in fine une meilleure impression - nous vous conseillons de recouvrir votre imprimante d'une boite en carton ou en bois.

Importez le fichier sur votre imprimante. Avant de lancer l'impression, chauffer la plaque : il est préférable que celle-ci soit à 40°C.

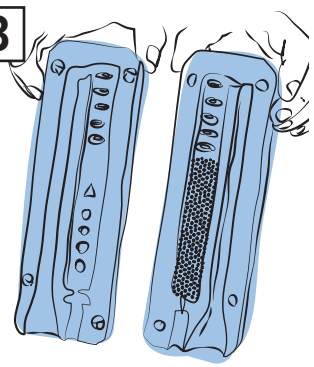
Cela améliorera la qualité de l'impression et facilitera le détachement du moule, protégeant le moule et la plaque. Chaque machine a sa solution : plaque «Ziflex», plateaux métaliques déformables...

2



durée d'impression : 2 x 12h

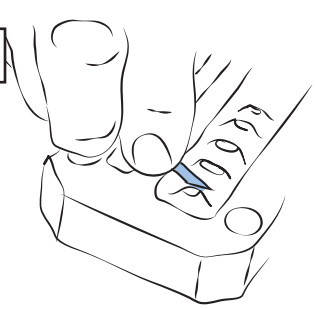
3



Bravo, vous avez imprimé vos deux parties de moule !

Il vous reste à bien vérifier que celles-ci s'emboitent correctement : s'il y a un espace entre les deux parties, le moulage va échouer !

4



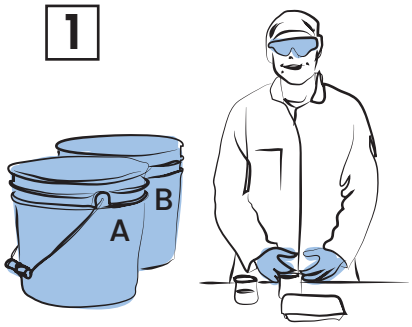
À l'aide d'un cuter ou d'un scalpel, retirer les filaments parasites qui restent sur le moule. C'est l'étape de finition.

Vérifiez bien que la jointure entre les deux parties du moule est assez plane.

étape 2a : mélange du silicone

Matériaux : silicone (base et durcisseur) 80g, huile de silicone 8g, balance, spatule, matériel de protection et contenant en verre.
Durée moyenne : 15 minutes.

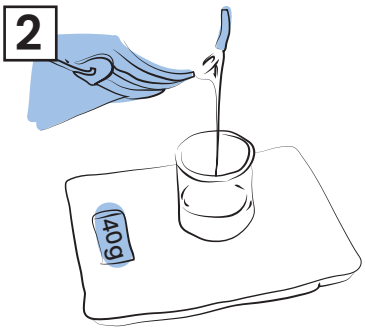
1



Pour cette étape, il est nécessaire de se protéger la peau et les yeux, ainsi que vos vêtements. Veillez à bien vous laver les mains à l'aide d'un savon.

Préparez les deux parties du mélange de silicone, A et B.

2

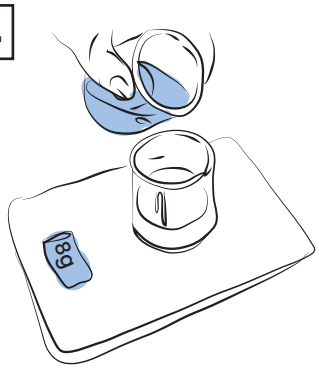


Versez 40g de la première partie du silicone (base ou durcisseur, il n'y a pas d'ordre particulier.) dans un petit contenant. Mesurez la quantité à l'aide d'une balance de cuisine, après avoir taré (retiré le poid du contenant).

3

Versez ensuite la deuxième partie. Les deux récatifs doivent être versés à quantité égale (1/1). Une différence de quelques grammes nuirait fortement à la qualité du mélange.

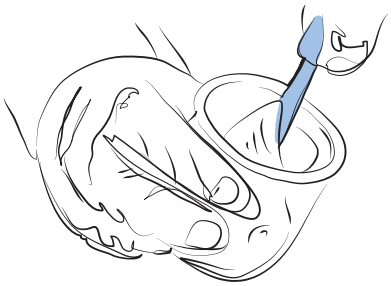
4



Versez ensuite l'huile de silicone, à hauteur de 10% du reste du mélange.

Si le mélange est de 80g, il faut verser 8g d'huile. Plus vous mettrez d'huile plus l'anneau sera flexible, mais attention : trop d'élasticité peut nuire à la tenue de l'anneau sur la durée et la fiabilité du port.

5



À l'aide d'une spatule, mélangez doucement le précipité de silicone pour mêler les différents composants et évacuer les bulles.

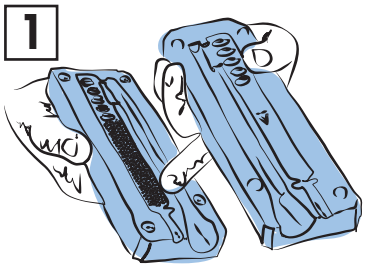
Il faut mélanger de manière lente et régulière, en profondeur, pour que le mélange s'active. Attention, cette étape ne doit cependant pas durer plus longtemps que 3 minutes, un temps de mélange trop long verrait le silicone durcir.

Laissez reposer 3 minutes avant de verser dans le moule.

étape 2b : moulage de l'anneau

Matériaux : Silicone et moule, lubrifiant, cales en bois, chambre à air ou gros élastique.
Durée moyenne : 6h (avec polymérisation).

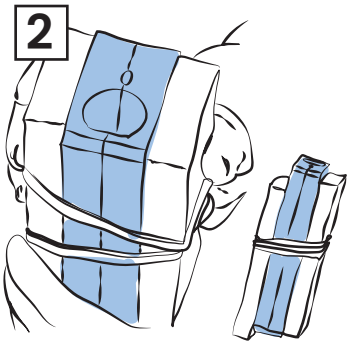
1



Pour améliorer la durée de vie du moule et faciliter le moulage, vous pouvez recouvrir l'intérieur du moule avec du lubrifiant ou de l'huile de silicone.

Vous remarquez que les moules ont des aspects différents : la partie intérieure de l'Androswatch est conçue avec des piquots de retenue pour un meilleur maintient.

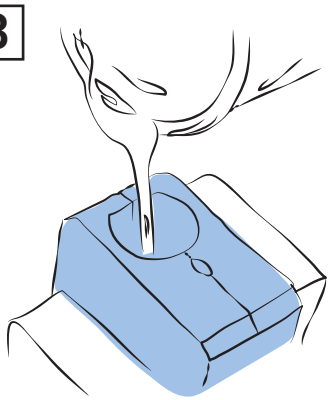
2



La coulée du silicone se faisant en biais pour réduire au maximum les bulles, cette partie texturée se trouvera en bas du biais. N'hésitez pas à marquer les deux parties afin de mieux les différencier.

Vous pouvez ensuite les fixer à l'aide de cales en bois et d'une chambre à air.

3

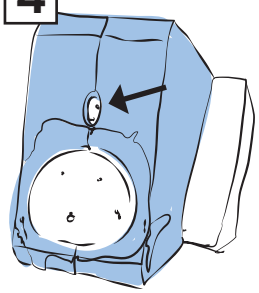


Au début de la coulée, inclinez légèrement le moule avec la partie texturée vers le bas.

Le silicone va descendre le long de la carote de coulée et remonter par gravité, cela permet d'éviter un maximum de bulles internes.

Versez patiemment le silicone, faites des pauses, le temps que le silicone descende l'entonnoir.

4



Vous pouvez observer que le silicone est bien remonté par le petit opercule qui jouxte l'entonnoir. Quand le silicone est monté à ce niveau, c'est que le moulage est terminer.

Il reste à attendre 5h que la polymérisation soit terminée. Ne mettez pas le moule au four ! Cela fragilisera la polymérisation et l'anneau.

étape 3 : démoulage et finition

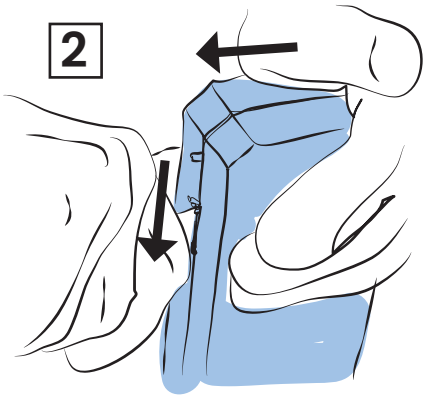
Matériaux : Cuter, couteau court, ciseaux.
Durée moyenne : 10 minutes.

1

Vérifiez à l'aide d'un couteau ou d'une spatule que la polymérisation est bien achevée.

Vous pouvez ensuite enlever les deux cales en bois et la chambre à air.

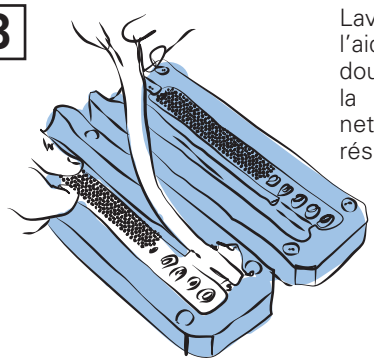
2



Enfilez des gants de protection. Doucement, passez un couteau dans l'interstice entre les deux parties du moule, à environ 1 cm de profondeur.

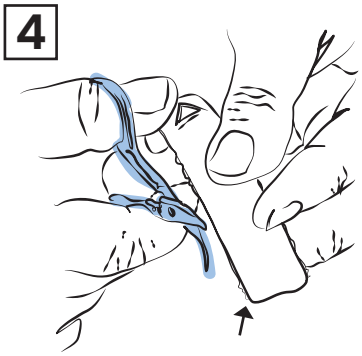
C'est seulement après avoir fait le tour du moule que vous allez pouvoir écarter les deux parties : cela permet de ne pas abîmer le moule et l'anneau.

3



Lavez-vous les mains à l'aide d'un savon. Détachez doucement l'anneau avec la carotte de coulée et nettoyez le moule des résidus.

4



À l'aide d'une paire de ciseaux, détachez la carotte de coulée et ébarbez l'Androswatch en enlevant le silicone qui dépasse.

Attention à ne pas attaquer la structure de l'anneau en voulant trop découper : mieux vaut une petite bavure qu'un anneau fragilisé par une découpe trop grande.

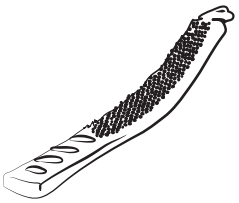
étape 4 : passage au four

Matériaux : Un four réglé à 100°C.
Durée moyenne : 1h.

Passez simplement l'anneau démoulé au four à 100°C pendant une heure pour stopper le processus de polymérisation.

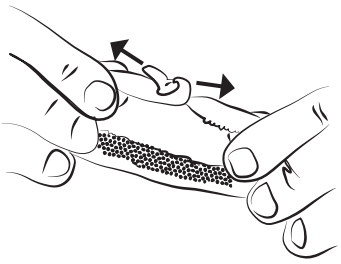
Bravo, votre anneau est terminé ! Après l'avoir lavé à l'aide d'un savon, il vous reste maintenant à le porter.

Androswatch - mode d'emploi



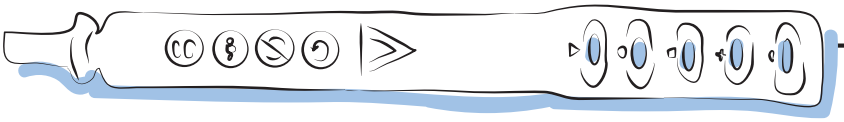
Au sortir du four, il vous reste à vérifier que l'anneau est utilisable.

Si l'intérieur de l'anneau est émaillé de centaines de bulles, de très petites bulles qui fragilisent le silicone, il faudra refaire le moulage en mélangeant mieux.



L'Androswatch peut s'ouvrir et se refermer simplement à l'aide d'une olive qui peut s'accrocher aux différents orifices.

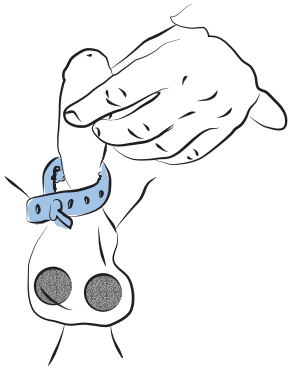
Cela vous permet de changer de réglage au cours d'une même journée, ou au cours d'une plus longue période de port.



diamètre de la verge en érection	diamètre intérieur de l'anneau	Andro-Switch (basique/ souple)	*AndroSwatch*
2,9 > 3,5 cm	31.5 mm	A / S	▮
3,5 > 4 cm	34.7 mm	N / W	●
4 > 4,5 cm	35.9 mm	D / I	■
4,5 > 5 cm	41.3 mm	R / T	◤
5 > 5,5	44.7 mm	O / C	⬇

Les cinq tailles de l'**AndroSwatch** correspondent à celles de l'**Androswitch**.

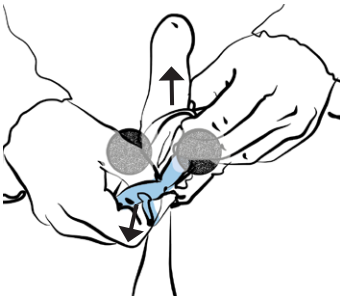
1



Fermez d'abord votre androswatch sur la taille de votre choix.

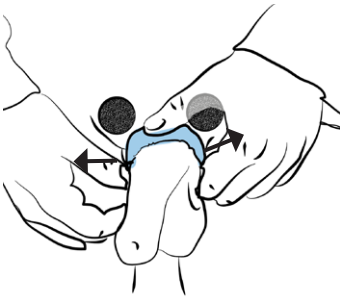
Ensuite passez votre verge dans l'anneau, pour qu'elle arrive à la base de vore pénis.

2



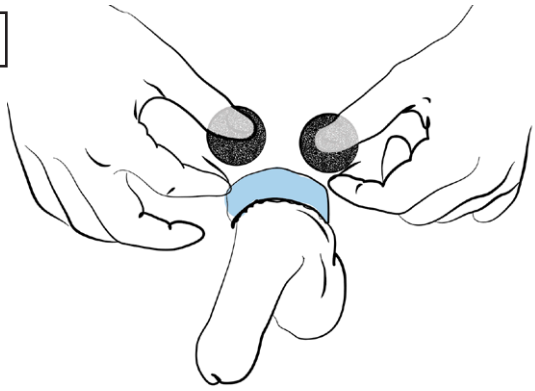
Tirez ensuite doucement la peau de votre scrottum à travers l'anneau, sans toucher au testicules qui, elles remontent « mécaniquement » dans la poche inguinale, au niveau du pubis.

3



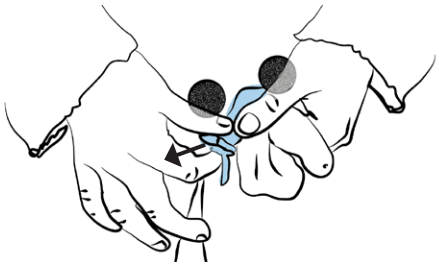
Plaquez bien votre anneau à la base de vos parties en le tirant à gauche, à droite, en haut, en bas. Il faut que les testicules soient au-dessus du pénis, et restent dans cette position 15h par jour.

4



Vous pouvez vérifier que la taille est la bonne en vous accroupissant en squat une vingtaine secondes : si l'anneau tient et les testicules restent en haut, c'est bon !

5



Pour enlever l'anneau, vous pouvez simplemnt détacher l'olive et libérer la verge, pour éviter les frottements.

pour aller plus loin

Se remonter les testicules c'est bien, savoir comment son corps et sa fertilité fonctionne c'est mieux ! Allez vous informer sur la contraception thermique, ses études, ses modes de fonctionnement, son actualité, les plannings et les collectifs d'usager.e.s proches de chez vous sur les sites suivants :

thoreme.com **instagram : @slowcontraception** **contraceptionmasculine.fr** **planning-familial.org**

ainsi que les bandes-dessinées : **Le Cœur des Zobs** **Les Contraceptés** **L'homme sous pilule**