

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25

DESCRIPTION :

Des phrases sur la thématique de la vie affective et sexuelle sont proposées aux participants et participantes. Chacun est ensuite invité à se positionner et décider s'il s'agit d'une information vraie (INFO) ou fausse (INTOX).

TYPE DE SUPPORT : Jeu d'acquisition de connaissances

PROFIL DU PUBLIC : Public jeune

ÂGE DU PUBLIC : 13/25 ans

THÉMATIQUE PRINCIPALE : VAS

ÉDITEUR : Crips Île-de-France

DATE : Mars 2020



DIFFICULTÉ D'UTILISATION : ① ② ③ ④ ⑤

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

UTILISATION

- En groupe
- En stand
- En maraude
- Avec animateur/animatrice

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE L'OUTIL

- Acquérir des connaissances sur la thématique de la vie affective et sexuelle.
- Développer un esprit critique par rapport aux fausses croyances et représentations sur ces sujets.

THÈMES ABORDÉS

- Vie sexuelle
- Vie affective
- Contraception
- VIH/IST et stratégies de prévention
- Stéréotypes de genres
- Discriminations
- Anatomie

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES MOBILISÉES

- Avoir une pensée créatrice / Avoir une pensée critique.
- Savoir communiquer efficacement / Être habile dans les relations interpersonnelles.

MATÉRIEL

- 30 cartes plastifiées

CONSIGNE

Le participant/la participante ou l'animateur/animatrice sélectionne une carte, la lit et y répond. Un débat peut être mené autour de ces interrogations.

CONSEILS D'UTILISATION DE L'OUTIL

Cet outil peut s'utiliser :

--> En classe entière / en groupe :

- L'animateur/animateur ou les participants sélectionnent aléatoirement une carte. Si la réponse est correcte, l'animateur/animateur valide cette connaissance. Dans le cas contraire, l'information correcte est apportée par l'animateur/animateur et permet l'appropriation de celle-ci. Le rôle de la personne qui anime est d'interroger les participants sur leurs choix afin de connaître l'origine de l'information : cette information a-t-elle été entendue dans les médias, apprise par les pairs etc. ?

--> En action extérieure : stand / maraude

- L'animateur/animateur propose aux jeunes de tirer une carte et de la lire à voix haute. Les personnes débattent sur le thème de la carte.
- Les participants se déplacent dans l'espace pour se positionner du côté info ou intox : cette variante permet de dynamiser le groupe en extérieur.

L'animateur/animateur pourra au préalable faire une sélection des cartes les plus adaptées au groupe. Il est également important pour l'animateur/animateur de choisir des cartes avec lesquelles il/elle se sent le/la plus à l'aise.

AVANTAGES ET LIMITES DE L'OUTIL

Avantages :

- L'outil incite à la participation et s'avère plutôt ludique : il peut être utilisé pour ouvrir une séance d'animation ou de débat.
- L'outil permet de travailler sur les représentations en échangeant sur des idées reçues couramment répandues et en délivrant des informations complètes.
- L'outil ouvre sur de nombreuses préoccupations des jeunes : la sélection de cartes permet de s'approcher au plus près des attentes des jeunes rencontrés.

Limites :

- L'outil nécessite de la part de l'animateur/animateur de solides connaissances sur les sujets abordés, ainsi qu'une capacité à animer un débat en questionnant les représentations.

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



ÉLÉMENTS DE RÉPONSE

1/30 Il existe différentes méthodes de contraception. INFO

Plusieurs moyens de contraception existent : l'important est de choisir celui qui convient (hormones, pose par un professionnel, fréquence de prise, etc.). Hormis la pilule et les préservatifs, il existe : le DIU (dispositif intra-utérin en cuivre ou hormonal - anciennement appelé stérilet), le patch, l'anneau, l'implant, l'injection, etc. Il y a aussi de nouvelles méthodes de contraception pour les hommes qui voient le jour comme la contraception thermique (sous-vêtement chauffant).

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.

Supports : Brochure « Choisir sa contraception » (Santé Publique France) ou www.choisirsacontraception.fr, « l'pass contraception » (région IDF).

2/30 Il faut prendre la pilule après chaque rapport. INTOX

La pilule contraceptive se prend chaque jour (sur 21 ou 28 jours selon la pilule) et ce, à heure fixe. En cas d'oubli, il est possible de prendre une contraception d'urgence : contraception d'urgence hormonale ou pilule d'urgence anciennement pilule du lendemain mais aussi le DIU (dispositif intra-utérin) au cuivre.

Supports : Brochure « Choisir sa contraception » (Santé Publique France) ou www.choisirsacontraception.fr, « l'pass contraception » (région IDF).

3/30 On peut avoir une IST si on ne se lave pas assez bien. INTOX

Les IST (infections sexuellement transmissibles) se transmettent par contact de muqueuses et de liquides corporels (sperme, cyprine, liquide pré-séminal, sang). Ce n'est pas une question d'hygiène. En revanche, il est important d'avoir une bonne hygiène intime pour éviter d'éventuelles autres infections. Il est donc important de nettoyer le gland afin d'éviter la stagnation de bactéries sous le prépuce (on parle de décalotter). Quant au vagin, il est auto-nettoyant : il est donc nécessaire de le laisser faire le travail seul sans lui incorporer du savon ou autre produit (afin de protéger la flore vaginale).

Supports : Brochure « Infections sexuellement transmissibles » (Crips IDF), Onsexprime.fr

4/30 La pilule protège contre les IST. INTOX

La pilule contraceptive protège des grossesses non prévues. Pour éviter une transmission d'IST, il vaut mieux utiliser un préservatif (interne ou externe).

Supports : Brochure « Questions d'ados » (Santé publique France).

5/30 Le préservatif protège à la fois d'une grossesse non prévue et des IST. INFO

Le préservatif (interne ou externe) est le seul moyen qui protège des deux.

Supports : démonstration de préservatifs.

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



6/30 Il est plus sûr d'utiliser deux préservatifs en même temps. INTOX

Un seul préservatif à la fois, sinon le frottement entre les préservatifs va provoquer une déchirure du préservatif. Il en est de même pour deux préservatifs externes en même temps ou pour un préservatif interne avec un préservatif externe. Utilisé correctement, le préservatif n'est pas censé craquer !

Supports : Brochure « Questions d'ados » (Santé publique France).

7/30 Le préservatif interne n'est pas en latex. INFO

Le préservatif interne est en nitrile ou polyuréthane : pratique pour les personnes allergiques au latex ! Ce préservatif est moins connu alors qu'il a plusieurs avantages : il peut procurer d'autres sensations (stimule le clitoris sur la partie extérieure et stimule le gland sur la partie intérieure), et il est un vecteur de chaleur (la matière se colle aux parois vaginales). C'est un outil pouvant faciliter la négociation du préservatif puisqu'il peut se mettre en avance.

On peut le trouver gratuitement dans des CPEF, associations ou à l'Atelier du Crips IDF.

Supports : démonstration du préservatif interne.

8/30 Il existe différentes méthodes pour se protéger du VIH. INFO

VIH = Virus de l'Immunodéficience Humain // SIDA = Syndrome de l'ImmunoDéficience Acquise.

Le VIH se transmet d'une personne à une autre (utiliser les cartes 9 et 10 pour aller plus loin sur les modes de transmission).

L'utilisation du préservatif (interne ou externe) est un moyen de protection contre le VIH.

La prise de la PrEP (prophylaxie pré-exposition) l'est également : elle peut se prendre en continue (un comprimé par jour) ou selon les rapports sexuels à risque. La PrEP est prescrite par des médecins spécialisés, dans les services hospitaliers ou dans les Cegidd. Elle protège du VIH mais pas des autres IST.

La PrEP s'adresse aux personnes séronégatives qui sont fortement exposées au VIH et qui n'utilisent pas systématiquement des préservatifs.

Le TPE (traitement post exposition) est un traitement à prendre au mieux dans les 4 heures qui suivent une situation à risque (jusqu'à 48 heures après l'exposition) en le poursuivant pendant un mois. Ce traitement est disponible dans tous les services d'urgences et il est gratuit.

Se faire dépister régulièrement est aussi un moyen d'être rassuré sur son état sérologique, s'il y a eu ou s'il y a des risques de transmission : prises de sang (laboratoire ou centres de dépistage), TROD - test rapide d'orientation diagnostique (associations), autotest (pharmacie ou délivré gratuitement par des associations habilitées).

On parle aussi de traitement comme moyen de prévention, le TasP (*Treatment as Prevention*) : une personne séropositive au VIH qui prend un traitement, et qui, grâce à ce traitement, voit sa quantité de virus dans le corps réduire si fortement qu'elle devient indétectable (le VIH n'est plus détecté dans le corps), ne risque plus de transmettre le VIH. On dit alors qu'une charge virale (quantité du virus dans le corps) indétectable est un virus intransmissible (i=i).

Supports : Brochure sur le VIH du Crips IDF, brochure sur le dépistage du Crips IDF, jeu Quizz VIH du Crips IDF.

<https://www.sida-info-service.org/cegidd-mode-demploi/>

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



9/30 Les moustiques transmettent le VIH. INTOX

Le VIH se transmet d'un humain à un autre. Le moustique n'est pas humain. De plus, le moustique n'injecte pas de sang, mais se nourrit avec. Donc pas de risque ! Si c'était le cas... Combien d'entre nous seraient porteurs du virus ?

Brochures sur le VIH du Crips IDF, jeu Quizz VIH du Crips IDF.

10/30 On peut transmettre le VIH en embrassant quelqu'un sur la bouche. INTOX

Le VIH ne se transmet pas par la salive donc pas de risque en embrassant une personne séropositive au VIH.

Le VIH se transmet par un contact entre les muqueuses et 5 liquides corporels : sang, sperme, liquide pré-séminal, cyprine (liquide vaginal), lait maternel.

Il est important de retenir que les rapports sexuels non protégés sont les pratiques les plus à risques pour transmettre le VIH. Le sang, par une injection de drogues par voie intraveineuse, ne représente qu'1 % des nouvelles contaminations en France en 2019. Depuis 2016, en France, il n'y a plus de contamination au VIH de la mère à l'enfant.

Supports : Brochures sur le VIH du Crips IDF, jeu Quizz VIH du Crips IDF.

11/30 L'orientation sexuelle est un choix. INTOX

L'orientation affective et sexuelle, c'est le désir affectif et sexuel, l'attraction que l'on éprouve pour une personne, peu importe son identité de genre et son sexe biologique (assigné à la naissance). On ne se déclare pas un beau matin homosexuel ou hétérosexuel : ce n'est pas un choix qu'on fait. 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 ».

Définitions :

Lesbienne : désigne une femme homosexuelle

Gay : désigne un homme homosexuel

Bisexuel/Bisexuelle : désigne une personne attirée par les femmes et par les hommes

LBGTQI+ : désigne les minorités de genres et d'orientations sexuelles.

Supports : <http://www.mag-jeunes.com/etre-lgbt/definitions>

12/30 Il y a de plus en plus de personnes homosexuelles. INTOX

Il n'y a pas de plus en plus de personnes homosexuelles : les relations sexuelles entre personnes du même sexe existent depuis l'Antiquité. On parle de relations femme-femme et homme-homme. Ce n'est pas le mariage pour tous ou la visibilité de personnages LGBT+ dans les séries qui augmentent le nombre de personnes homosexuelles ! Ces personnes sont cependant de plus en plus visibles, ce qui peut expliquer cette impression.

Supports : <https://www.sos-homophobie.org/>

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



13/30 L'homophobie est une discrimination. INFO

C'est le fait de discriminer une personne homosexuelle. Au même titre que le racisme ou le sexisme, l'homophobie est une discrimination. C'est le rejet d'une personne du fait de son orientation sexuelle. Il n'y a pas de hiérarchie dans les discriminations, elles sont toutes punies par la loi.

Supports : <https://www.sos-homophobie.org/>

14/30 Les lesbiennes ne pratiquent jamais la pénétration. INTOX

Un rapport sexuel, que ce soit entre femmes, entre hommes ou entre une femme et un homme, est un acte qui doit toujours être consenti. Il peut englober les caresses, les bisous, la masturbation etc. Il ne s'agit pas uniquement d'une pénétration pénis-vagin. Un rapport sexuel ne doit pas être réduit à une pénétration, ce ne doit pas être une obligation.

Les lesbiennes, comme toutes les femmes, ont plusieurs pratiques sexuelles et la pénétration peut en faire partie (doigts, jouets sexuels).

Supports : Brochure "Tomber la culotte" de l'ENIPSE (Équipe nationale d'intervention et de prévention en prévention et santé).

15/30 Il n'est pas facile d'être une femme en situation de handicap et homosexuelle. INFO

C'est tout à fait vrai, et cela parce que pour une seule personne on regroupe plusieurs discriminations (genre, orientation sexuelle et handicap).

Il existe plusieurs formes d'oppressions. On parle aujourd'hui d'intersectionnalité pour qualifier l'ensemble des oppressions (facteurs de discriminations). Une personne qui se trouve à un croisement de ces discriminations est à l'intersection des phénomènes d'oppression.

En général, une femme connaît des formes d'oppression qu'un homme ne connaît pas. De même qu'une femme valide n'a pas les mêmes expériences qu'une femme en situation de handicap.

Supports : le CeRHeS (centre ressource handicap et sexualité) <https://cerhes.org/>

16/30 On peut reconnaître une personne homosexuelle dans la rue. INTOX

Une personne homosexuelle de même qu'une personne hétérosexuelle ne porte pas de signes distinctifs propres à son orientation sexuelle. Certains individus ont tendance à cataloguer des personnes selon leur apparence. Les stéréotypes liés aux genres sont à la base de ces comportements. Exemples : un homme dit « efféminé » et une femme dite « garçon manqué » ne sont pas systématiquement homosexuels. Ces expressions cataloguent des personnes selon des critères et des attributs qui ne leurs conviennent peut-être pas, elles enferment des personnes dans des cases, ce qui limite les possibilités et peut créer de la frustration et de la douleur pour ces personnes. Cela pose question, car nous n'avons pas à « vérifier » l'orientation sexuelle des personnes. Le seul moyen de connaître l'orientation sexuelle d'une personne, c'est que la personne nous le dise (si elle en a envie !).

Supports : <https://www.onsexprime.fr/>, <https://www.filsantejeunes.com/>

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



17/30 Une personne trans a été opérée pour changer de sexe. INFO/INTOX

On distingue le genre du sexe car la vision biologique n'est pas suffisante pour définir l'identité d'une personne. Le genre englobe des aspects éducatifs, sociaux et culturels : l'identité de genre peut évoluer au cours de la vie de l'individu en prenant en compte les caractéristiques biologiques et culturelles.

Certaines personnes ne s'identifient pas au sexe biologique qui leur a été attribué à la naissance. On utilise les termes transgenre ou transidentitaire. Dans ce cas, une personne transgenre peut décider de mettre en place sa transition qui la fera changer d'apparence physique pour correspondre au mieux à son identité de genre. Néanmoins une personne transgenre décide si oui ou non elle veut subir un changement total (dont une réassignation sexuelle : changement de sexe), ou si elle souhaite partiellement changer physiquement.

Le plus important c'est d'être en accord avec soi-même, ce qui sous-entend, être bien dans son corps et dans sa tête.

Supports : licorne du genre - <https://unicorn.mrtino.eu/>

18/30 La première relation sexuelle fait toujours mal. INTOX

Il peut arriver qu'un rapport sexuel soit douloureux, mais ce n'est pas forcément parce que c'est le premier. Le stress, la peur, un non consentement, un manque d'excitation peuvent provoquer des contractions du vagin (le vagin est entouré de muscles) et de petits saignements. Quand on entend cette phrase on imagine une pénétration entre une jeune femme et un jeune homme et que la douleur est ressentie par la femme. Or, un homme peut aussi ressentir une douleur. De plus, une relation sexuelle n'est pas toujours une pénétration pénis-vagin.

Il est important de questionner et reconstruire ce qu'englobe le terme « relation sexuelle », car cela peut être beaucoup de choses : caresses, bisous, rapports oraux (cunnilingus, fellation), rapports vaginaux (pénis-vagin), rapports anaux (pénis-anus).

Lors de la première relation sexuelle, les ressentis sont différents selon chaque personne. En ce qui concerne un rapport sexuel avec pénétration, il peut y avoir des douleurs ressenties chez les femmes comme chez les hommes. Lors de la « Première fois », la pression n'est pas la même. Chez les filles, cela est souvent lié à la crainte d'avoir mal au premier rapport sexuel, le rapport au corps peut être compliqué, etc. Cela peut engendrer un manque de lubrification et une pénétration douloureuse. Chez les garçons, la pression est souvent liée à la recherche de la performance (en lien avec la taille du pénis et l'érection).

Pensez à utiliser du gel lubrifiant peut participer à une pénétration plus facile et donc moins douloureuse (avec ou sans préservatif selon si les deux partenaires ont fait un dépistage).

À noter que la douleur n'est pas forcément liée au premier rapport sexuel pénétratif. Elle peut arriver par la suite, malgré plusieurs rapports et plusieurs partenaires. Le fait que cela se passe bien dépend des partenaires, de soi, du contexte dans lequel la relation se passe. Il est important de ne pas forcer les choses, de rassurer et mettre en confiance son/sa partenaire, de s'assurer de son consentement, d'être attentif l'un envers l'autre, d'être dans un environnement sécurisant (exemple : dans le noir si plus à l'aise).

Supports : Brochures « Premières fois » et « Questions d'ados » (Onsexprime.fr).

19/30 Une fille perd forcément du sang à sa première pénétration. INTOX

Toutes les femmes ne perdent pas de sang à leur première pénétration. De même que les sensations lors du premier rapport, la perte de sang lors de la première pénétration dépend de chaque femme. La perte de sang peut survenir lors de la 3e ou de la 10e pénétration, comme ne jamais survenir. Car oui, certaines femmes peuvent ne jamais saigner lors de leur « première fois »

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



(au sens de premier rapport pénis-vagin)! D'ailleurs, environ 40% des femmes ne saignent pas lors de leur premier rapport sexuel avec pénétration.

On entend souvent parler de l'hymen pour aborder la « première fois » d'une femme, comme signe prouvant la virginité d'une femme. Il faut savoir qu'il existe des variétés anatomiques d'hymen comme il existe des femmes qui naissent sans hymen. On ne peut prouver la virginité d'une femme par un saignement lors de la première pénétration vaginale : le partenaire ne peut ressentir la présence ou l'absence d'un hymen, l'examen médical de la vulve ne permet pas d'affirmer la virginité d'une femme. Le seul moyen de savoir ? Qu'elle le dise (si elle en a envie).

D'ailleurs, les hommes ne sont pas questionnés sur leur virginité ou leur première fois de la même manière que les femmes. Il y a une inégalité de traitement entre les femmes et les hommes sur ces questions.

Supports : Brochure « l'hymen pour en finir avec les idées reçues » (ANCIC) www.ancic.asso.fr

20/30 On peut tomber enceinte dès le premier rapport. INFO et INTOX

Il peut arriver qu'à l'issue d'un rapport sexuel, que ce soit le premier ou non, une femme tombe enceinte. Pour éviter une grossesse non prévue, il existe plusieurs méthodes contraceptives.

En cas de risque de grossesse, les personnes peuvent se procurer une contraception d'urgence. En cas de grossesse avérée (test positif), une personne peut demander une interruption volontaire de grossesse (IVG). La procédure d'avortement en France est remboursée à 100% par l'assurance maladie et se déroule de la manière suivante :

1/ Entretien avec un professionnel de santé (médecin, sage-femme) > 2/ Entretien psycho-social (obligatoire pour les mineures, proposées 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 1 ou 2 jours d'intervalle (à domicile si les conditions le permettent ou à l'hôpital). C'est ce 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 15 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 15 jours après.

Beaucoup pensent que l'IVG rend stérile mais c'est faux. Lorsqu'une IVG est pratiquée légalement, les complications sont très rares. À l'inverse, dans les pays où c'est interdit, des risques d'infection, de stérilité, voire de décès sont élevés.

Suite à la pratique d'une IVG, il est important d'anticiper la reprise d'une contraception.

Pour les mineures, il est nécessaire d'être accompagnées par l'un des parents ou un adulte de leurs choix.

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

Supports : Brochure « Choisir sa contraception » (Santé publique France), <https://www.choisirsacontraception.fr>, Brochure « IVG, zoom sur les idées reçues » (ANCIC), <https://ivg.gouv.fr/>

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



21/30 Avoir un rapport sexuel c'est pratiquer une pénétration. INTOX

Un rapport sexuel ne doit pas être réduit à une pénétration, que ce soit dans des relations femme-homme, femme-femme ou homme-homme. Les bisous, les caresses, la masturbation sont aussi des rapports sexuels et ne sont pas des pénétrations. L'important est d'en avoir envie et d'être attentif/attentive à son/sa/ses partenaires.

22/30 Regarder des films pornos permet d'apprendre à donner du plaisir. INTOX

Un film porno est une mise en situations où l'on essaye de montrer en plusieurs scènes (qui sont coupées ou refaites plusieurs fois) ce que pourrait être un rapport sexuel « normal ». En réalité les images ne représentent pas la réalité des choses, car très normatives (femmes minces et épilées, hommes musclés et dominants...).

Dans la pornographie tout est plus ou moins linéaire (ça débute par une masturbation et ça finit sur une pénétration, sans notion de consentement...). Or dans la vraie vie les choses peuvent se passer autrement (et heureusement!). C'est important de prendre de la distance par rapport aux images : elles utilisent des clichés sur les rapports entre les femmes et les hommes.

En vrai, le porno c'est varié : films, magazines, livres... Y'en a pour tout le monde et on peut en regarder qu'on soit célibataire ou en couple ! Ce n'est pas une obligation d'en regarder. Ce qui importe c'est d'écouter son corps et ses émotions. Attention, certaines vidéos sont faites par des professionnels et d'autres circulent sur le net sans que les personnes soient forcément au courant ou consentantes ! Dans tous les cas, c'est important d'avoir un regard critique sur ce qu'on voit, que ce soit pour le porno, les publicités, les films ou encore les clips de musique ...

Rappel : le porno est autorisé pour les +18 ans. Exposer une personne de moins de 18 ans à du contenu pornographique est condamné par la loi.

Supports : Sexy Soucis

23/30 On peut apprendre des choses grâce à la pornographie. INFO/INTOX

Un film n'est pas la réalité, ce n'est donc pas un moyen d'apprendre convenablement des choses sur le corps, comment le sexe fonctionne, etc. On peut cependant apprendre des choses avec la pornographie en allant au-delà de la mécanique bien huilée des films pornographiques, comme de l'aspect descriptif des choses (cours de SVT) ou des exploits tantriques (Kama Sutra). La vraie vie c'est aussi des émotions, de la pudeur, des craintes, des pulsions, etc. Tout cela est à inclure quand on parle d'éducation à la sexualité.

Pour le reste, réponse similaire à la carte 22/30.

24/30 Tout le monde se masturbe. INTOX

La masturbation c'est un acte que tout le monde est libre de pratiquer ou non. On peut la découvrir seul ou avec son/sa partenaire. Elle peut permettre de mieux connaître son corps, d'être attentif à ce qui nous fait plaisir. Cela reste un moment d'intimité. Il n'y a pas d'âge ni d'obligation à la pratiquer. Elle permet de prendre du plaisir seul ou avec son/sa partenaire. Au-delà de la masturbation, le corps entier regorge de zones érogènes : à chacun sa sensibilité et ses sources de plaisirs (oreilles, cou, dos, pieds, ventre, fesses, poitrine, etc.).

Supports : Questions d'ados

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



25/30 Les garçons ont souvent des érections le matin au réveil. INFO et INTOX

Il peut arriver que les hommes aient des érections au réveil malgré l'absence de désir ou de rêves érotiques, mais ce n'est pas le cas de tous les hommes. Et ça n'arrive pas chaque matin. Il peut s'agir d'une succession d'érections pendant la nuit, dont la dernière a eu lieu au moment du réveil. Durant le sommeil, les muscles se détendent, le sang circule plus facilement jusqu'à la verge et ainsi une érection se produit.

Sources : <https://www.onsexprime.fr/> ; <https://www.filsantejeunes.com/>

26/30 Les femmes sont toujours plus émotionnelles que les hommes. INFO et INTOX

Il peut arriver que les femmes soient plus sensibles que les hommes du fait des changements hormonaux par exemple. Néanmoins ce n'est pas une vérité absolue, il existe des hommes sensibles, des femmes plus dures et inversement. La société véhicule des stéréotypes propres aux genres de chacun, les garçons sont formatés pour être viriles/durs, tandis que les filles sont formatées pour être souriantes, séduisantes... Il est important de déconstruire ces stéréotypes afin d'éviter de mettre les personnes dans des cases selon leurs attributs, apparences, caractéristiques.

Supports : vidéo pub always « court comme une fille »

27/30 Envoyer plusieurs textos à une personne qui ne répond pas, c'est du harcèlement. INFO

Si une personne ne répond pas à plusieurs messages qu'on lui envoie, c'est que certainement cette personne ne veut pas nous répondre. Donc si on continue c'est du harcèlement ! C'est soumettre une personne à des demandes, des critiques, des réclamations continuelles et incessantes. Le harcèlement peut conduire à la déstabilisation psychique d'une personne, jusqu'à un réel mal-être.

Le harcèlement se décline dans la vie courante mais aussi sur internet : on parle alors de cyber harcèlement. C'est le fait d'utiliser les technologies d'information et de communication pour porter délibérément atteinte à une personne, de manière répétée dans le temps. Le harcèlement en ligne peut se manifester par l'humiliation, les moqueries, les injures, l'intimidation, l'usurpation d'identité (pirater un compte Facebook), les prises de contact insistantes, ...

Le harcèlement peut aussi être sexuel : c'est le fait d'imposer à une personne, de façon répétée ou non (harcèlement de rue), des propos ou comportements à caractères sexuels, sans consentement de l'autre. C'est user d'une certaine forme de pression envers une personne dans le but d'obtenir un acte de nature sexuelle. Il peut porter atteinte à la dignité de la personne (caractère dégradant, humiliant). Il peut s'agir de propos obscènes comme un sifflement dans la rue, de SMS « chauds », etc. Cela se traduit par des conséquences sur la santé physique et/ou mentale de la personne harcelée.

La loi punit le harcèlement dans toutes les situations. C'est la fréquence et la teneur des actes qui comptent. Il y a harcèlement peu importe les rapports entre la victime et l'auteur (inconnu dans la rue, collègue, couple, voisin, ...).

Supports : <https://www.e-enfance.org/>

> VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> INFO-INTOX

> JEUNES 13-25



28/30 Il existe des personnes à qui on peut parler de sexualité librement. INFO

Oui on peut aller dans des structures comme les centres de planification et d'éducation familiale (CPEF), s'adresser à des associations comme le Mouvement français du planning familial (MFPF), mais aussi venir dans des espaces d'accueil jeunes tel l'Atelier du Crips IDF à Pantin. Selon le profil des publics : si les jeunes sont scolarisés, l'infirmier ou l'infirmière scolaire peut écouter et orienter. Si les jeunes sont dans des dispositifs d'insertion, les éducateurs/éducatrices peuvent a minima écouter et orienter vers les structures locales.

Supports : le Crips IDF (lieu d'accueil : l'Atelier), Ligne Azur, <https://www.onsexprime.fr/> ; <https://www.filsantejeunes.com/>

29/30 Dans un rapport sexuel, il est possible de changer d'avis à tout moment. INFO

Évidemment ! Il est possible de n'avoir envie que de certains rapports sexuels comme des caresses, des bisous, de s'apercevoir que l'on n'a pas envie d'aller plus loin. Il est possible de changer d'avis à tout moment. On parle du consentement. C'est lorsque les deux partenaires sont d'accord et on envie de cette relation sexuelle. 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. C'est aussi s'assurer que chaque personne est consciente (vigilance consommation de produits psychoactifs).

Supports : Brochure « Quand c'est oui c'est oui » (consentement.info), Vidéo « Tasse de thé »

30/30 Pour faire l'amour, c'est important d'en avoir envie. INFO

Avoir envie de faire l'amour c'est être consentant à avoir un rapport sexuel avec une personne. Il est donc important d'avoir un rapport sexuel consenti. En cas de non consentement, la personne est victime de viol, un acte puni par la loi. Le viol correspond à tout acte de pénétration sans consentement de quelque nature qu'il soit, commis par violence, contrainte, menace ou surprise. Le viol est considéré comme un crime par la loi, c'est au-delà de l'agression. Le viol peut être commis par un inconnu comme par quelqu'un de l'entourage (dans la majorité des cas, il s'agit de viols conjugaux).

Pour le reste, réponse de la carte 29/30.

Supports : Brochure « Quand c'est oui c'est oui » (consentement.info), Vidéo « Tasse de thé »