

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### DESCRIPTION :

Cet outil permet aux participants et participantes d'échanger, à l'aide d'images, sur différents thèmes de la vie affective et sexuelle.

**TYPE DE SUPPORT :** Images

**PROFIL DU PUBLIC :** Principalement public en situation de handicap et public migrant

**AGE DU PUBLIC :** Jeunes/Adultes

**THEMATIQUE PRINCIPALE :** Vie affective et sexuelle

**AUTEUR DES IMAGES :** ZANZU.be

[Droits de propriété intellectuelle](#)

**EDITEUR :** Crips Île-de-France

**DATE :** Janvier 2025.

**DIFFICULTÉ D'UTILISATION :** ① ② ③ ④ ⑤

- Connaissances : ① ② ③ ④ ⑤

- Technique d'animation : ① ② ③ ④ ⑤

### UTILISATION

- en individuel / groupe

- avec animateur / animatrice

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE L'OUTIL

Au cours de l'animation, les participants et les participantes auront:

- ✓ Acquis des connaissances sur la thématique « vie affective et sexuelle »
- ✓ Développé leur esprit critique et représentations sur les couples, les rapports sexuels, les relations affectives et amoureuses, etc.

### THÈMES ABORDES

- Vie affective et sexuelle, anatomie, relations à l'autre, moyens de protection et de contraception, consentement, rapport à l'intimité, lieux ressources.

### CONSEILS DE L'UTILISATION DE L'OUTIL

La taille du groupe : de 2 à 10 participants maximum.

La durée : entre 20 minutes et 1 heure

Le contexte : Animations-débat

Le nombre d'animateurs conseillé : 1

### CONSIGNE

Choisissez une image et demander au groupe de s'exprimer.  
« Qu'est-ce que vous voyez ? Qu'est-ce que vous en pensez ? » ...



### COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES MOBILISÉES

- ✓ Avoir une pensée critique / Avoir une pensée créative
- ✓ Savoir communiquer efficacement / Être habile dans les relations interpersonnelles
- ✓ Apprendre à résoudre les problèmes/ Apprendre à prendre des décisions
- ✓ Avoir conscience de soi / avoir de l'empathie pour les autres

### MATÉRIEL

Sélection d'images issues du site germano-belge  
[Zanzu: mon corps en mots et en images](#)

**Images à télécharger par thématiques :** [corps,](#)  
[masturbation, contraception, relations et](#)  
[sentiments](#)

### AVANTAGES ET LIMITES DE L'OUTIL

#### Avantages :

- Adaptable à tout public.
- Se prête à une utilisation en entretien individuel.

#### Limites :

- L'appropriation de l'outil par l'animateur, l'animatrice et par les publics (plus ou moins réceptifs aux visuels).
- Le nombre important d'images (l'intervenant prendra un moment pour sélectionner des images en amont).
- L'outil ne représente pas de personne en situation de handicap visible.

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### RESSOURCES

#### Site Internet

<https://www.onsexprime.fr/>

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

<https://www.filsantejeunes.com/>

<https://questionsexualite.fr/>

#### Numéros de téléphone

Sida Info Service : 0 800 840 800.

IVG Contraception Sexualités (Numéro vert du Planning Familial) : 0800 08 11 11

Fil santé jeunes : 0800 235 236.

En cas de violences vous pouvez en parler à votre entourage ou appeler le numéro suivant : 3919 (gratuit, anonyme, 7j/7 de 9h00 à 22h00)

### AIDE A L'ANIMATION ET APPORTS DE CONNAISSANCES

**Quelques exemples de questions de relance** (*liste non exhaustive ni obligatoire*)

#### Pour l'ensemble des images

Décrivez l'illustration. Qu'est-ce que vous voyez sur l'image ? Qu'est-ce que cela vous évoque ? A quoi cela vous fait penser ?

Interroger les ressentis (piste pour l'animateur / animatrice). Qu'est-ce que cela vous inspire ?

Est-ce que cette image vous plait ? Pour quelles raisons ?

#### Les images relatives à la contraception

Qu'est-ce qu'un moyen de contraception ? A quoi ça sert ? A qui sont-ils destinés (après cette question, relancez : existe-t-il des moyens de contraception destinés aux hommes ?) ?

Que connaissez-vous de ce moyen de contraception ? Comment l'utilise-t-on ?

Où peut-on trouver ce moyen de contraception ? Peut-on se le procurer gratuitement ?

A qui peut-on parler de contraception ? Vers qui peut-on se diriger pour choisir un moyen de contraception ?

A-t-on besoin de l'autorisation de quelqu'un pour avoir accès à la contraception ?

Si on a eu un rapport sexuel non protégé, est-ce qu'il existe un ou plusieurs moyens de contraception d'urgence ?

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### Les moyens de contraception

Plusieurs moyens de contraception existent : l'important est de choisir celui qui convient (hormones, pose par un professionnel, fréquence de prise, responsabilité de la contraception dans le couple, 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, la stérilisation temporaire ou définitive. Chaque moyen de contraception a des avantages et des inconvénients. Il n'existe pas de méthodes contraceptives parfaites mais plusieurs méthodes correspondant à chaque personne. De nouvelles méthodes de contraception masculine voient le jour (contraception thermique : sous vêtement chauffant, contraception hormonale). 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. Il existe également des moyens de contraception d'urgence comme la pilule d'urgence ou la pose d'un DIU dans les 5 jours après un rapport sexuel à risque.

### **Les images relatives à l'anatomie**

Qu'est-ce que vous voyez, qu'est-ce que ça représente ?

Est-ce que vous connaissez le nom du sexe de la femme / de l'homme ?

Est-ce que tous les sexes des garçons / des filles se ressemblent ?

Par où une fille / un garçon fait pipi ?

Est-ce qu'on peut se montrer nu / nue, quand et où on veut ?

Option : détailler ce que les garçons / les filles ont en commun à partir des planches anatomiques.

### L'anatomie

#### -> LA VULVE

**Qu'est-ce qu'une vulve ?**

2 Lèvres externes

2 Lèvres internes

le gland du clitoris (partie visible)

l'entrée du vagin

méat urinaire

les poils

**Est-ce que toutes les vulves se ressemblent ?**

Une vulve "normale", d'un point de vue esthétique, ne veut rien dire du tout. Il existe autant de vulves qu'il n'existe de personnes. Pour toutes les personnes ayant une vulve, la taille moyenne des lèvres internes en France n'a pas été établie mais c'est cette dernière, qui varie sensiblement d'une personne à l'autre. Si, le plus souvent, elles affleurent à l'extérieur de la vulve, elles peuvent être tantôt masquées par les lèvres externes, tantôt les dépasser largement.

**Que se passe-t-il lorsqu'une personne ayant une vulve est excitée ?**

Les lèvres et le clitoris se gorgent de sang. Les lèvres gonflent et rougissent. Le clitoris entre en érection (le gland du clitoris grossit et durcit).

**Comment protéger sa vulve contre les IST ?**

La digue dentaire (DIY possible)

Les préservatifs interne et externe

Le gel lubrifiant

Les gants en latex

Dépistage

Vih : Tasp / Prep / TPE

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

### > Des images pour parler sexualité

### > Handicap, Migrant

#### **Comment laver sa vulve ?**

De l'eau et/ou du savon au PH neutre

Le vagin est auto-nettoyant, et du lavage naturel il sécrète un liquide (les pertes blanches) pour expulser les bactéries et infections, ce processus naturel permet de rendre la flore vaginale résistante aux bactéries et infections.

#### **Peut-on regarder sa vulve ?**

Il peut être intéressant de prendre un miroir et de regarder sa vulve. Connaître son corps est important pour pouvoir le protéger.

#### **-> LE VAGIN**

##### **Qu'est-ce que le vagin ?**

Le vagin est un conduit qui relie l'utérus à la vulve. Il sert à :

- Au plaisir ;
- Laisser sortir le sang des règles ;
- L'accouchement si ce dernier est par voie basse ;
- Une pénétration

##### **Comment laver son vagin ?**

Il ne faut pas laver son vagin il est auto-nettoyant (lavage naturel : il sécrète un liquide (les pertes blanches) pour expulser les bactéries et infections. Ce processus naturel permet de rendre la flore vaginale résistante aux bactéries et infections.

##### **A qui peut-on parler de son vagin lors d'une consultation ?**

Gynécologue, sage-femme, médecin généraliste, sexologue

##### **Comment protéger son vagin ?**

- Les préservatifs interne et externe
- Du gel lubrifiant
- Dépistages

VIH : PREP, TASP, Dépistage, TPE

##### **Qu'est-ce une zone érogène ?**

Le vagin peut être une zone érogène. Pour certaines personnes c'est une zone qui génère plus ou moins de plaisir. Le vagin est relié au clitoris.

##### **Est-ce que tout le monde a un vagin ?**

*Question inclusive pour parler de transidentité.*

Non, tout le monde n'a pas de vagin.

Il n'y a pas que les femmes qui ont un vagin, et toutes les femmes n'ont pas nécessairement de vagin. Le fait d'être une femme est une identité de genre, et n'est pas forcément en lien avec les organes sexuels.

De fait, certaines personnes peuvent être des femmes sans avoir de vagins : il peut s'agir de personnes dont le sexe assigné à la naissance n'est pas en accord avec leur identité de genre, il s'agit de personnes transgenres. (Par opposition aux personnes cisgenres : en accord avec le sexe assigné à la naissance).

##### **Est-il possible de regarder son vagin ?**

Oui, on peut le regarder à l'aide d'un miroir et un spéculum.

#### **-> LE CLITORIS**

##### **Qu'est-ce que le clitoris ? A quoi sert-il ?**

Au plaisir. Le seul organe qui n'a qu'une seule fonction qui est de donner du plaisir.

##### **Combien mesure-t-il ?**

10 à 11 cm.

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### **Est-ce que tout le monde en a un ?**

Les personnes nées avec un sexe biologique dit féminin.

### **Qu'est ce qui fait qu'il est si peu connu ?**

Le manuel scolaire (Édition Magnard) fait figure d'exception en représentant le clitoris entièrement en 2017. Il faut attendre 2019 pour que 4 éditeurs modifient également la représentation du clitoris (Nathan, Bordas, Hatier et Le livre scolaire). Aujourd'hui 5 livres scolaires sur 7 représentent correctement le clitoris.

En 2016, pour la première fois en France, un clitoris à taille réelle a été modélisé et imprimé en 3D par la chercheuse Odile Fillod. Pour la chercheuse, il est important de « montrer concrètement à quoi le clitoris ressemble pour parler des bases anatomiques et physiologiques du désir et du plaisir sexuel », en particulier auprès des jeunes publics. Le clitoris a une longue histoire

### **Quelles sont les similitudes entre le pénis et le clitoris ? érection, constitution...**

Comme le pénis, le clitoris entre en érection lorsqu'il est stimulé et excité. Le clitoris comprend entre 8000 et 10000 capteurs sensoriels, tandis que le gland de l'homme en comprend 3000 à 4000 en moyenne.

### **Existe-t-il un orgasme clitoridien ?**

En 1559, un médecin italien du nom de Colombo explore les nymphes de la vulve et y découvre le clitoris. Il est le premier à l'avoir disséqué et étudié. Il affirme que "le clitoris est par excellence le siège du plaisir de la femme !".

C'est en 1905 que Freud développe l'idée d'une différence entre les possibilités d'orgasme chez la femme. Il estime que l'orgasme clitoridien, est un stade immature et archaïque de l'expression de la sexualité féminine. Freud conçoit l'organisation de la sexualité chez la femme autour de la frustration de l'absence de pénis. Le clitoris serait pour lui un pénis en miniature, un sexe tronqué que la petite fille investit en compensation, en attendant un jour de découvrir sa vraie sexualité, révélée par la pénétration masculine et le phallus tout puissant.

Avant l'ère freudienne, le clitoris était souvent associé à la reproduction. On considérait qu'une femme ne pouvait avoir un enfant sans plaisir clitoridien.

On sait aujourd'hui qu'il n'y a pas de différence entre un orgasme clitoridien et vaginal, ils résultent tous les deux de la stimulation du clitoris.

### **Peut-on toucher son clitoris ?**

La masturbation du clitoris intérieur et extérieur est possible mais pas obligatoire.

## **-> LE PÉNIS**

### **Qu'est-ce qu'un pénis ?**

Un pénis est un corps spongieux et caverneux. Il se compose de :

Pénis = Verge + gland + (prépuce)

Gland : méat urinaire

Prépuce (la petite peau qui entoure le gland et qui est retiré sur les pénis circoncis)

Méat urinaire

Frein

Les testicules

Scrotum (petite peau qui entoure les testicules)

Poils

### **Est-ce que tous les pénis se ressemblent ?**

Un pénis "normal", d'un point de vue esthétique, ne veut rien dire du tout. Il existe autant de pénis qu'il n'existe de personnes. On peut observer toutes sortes de pénis : de différentes couleurs, tailles, formes.

### **Que se passe-t-il lorsqu'une personne ayant un pénis est excitée ?**

Quand il y a érection la verge se gorge de sang, le pénis durcit, grossit, et se redresse. Le gland rougit. Les testicules gonflent et se tendent.

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### **Est-ce que la taille est importante ?**

La taille moyenne en érection d'un pénis est de 13cm.

Pour les personnes qui pratiquent la pénétration vaginale, la profondeur du vagin est de 10cm en moyenne. De fait, si votre inquiétude est de ne pas faire plaisir à votre partenaire, l'orgasme dit féminin résulte de la stimulation du clitoris qui peut se faire de l'extérieur ou à l'entrée du vagin.

Certaines personnes associent la virilité à la taille du pénis, il s'agit d'une vision sociale et stéréotypées des rôles genrés.

### **Comment protéger son pénis contre les IST ?**

Les préservatifs interne et externe

Du gel lubrifiant

Dépistages

VIH : PREP, TASP, Dépistage, TPE

### **Comment laver son pénis ?**

Pour nettoyer son pénis : pour les personnes qui ont un prépuce, il faut décalotter (descendre la peau du prépuce) pour nettoyer le gland. Ensuite pour toutes les personnes (circoncises ou non) il suffit de rincer son pénis avec douceur avec de l'eau claire ou un savon neutre.

### **Est-ce que le pénis est toujours impliqué dans les rapports sexuels ?**

Non il existe autant de rapports sexuels que de personnes. Un rapport sexuel n'implique pas forcément une pénétration avec un pénis.

## **-> LE GLAND**

### **Qu'est-ce qu'un gland ?**

Le gland est une muqueuse qui se trouve à l'extrémité de la verge. Ouvert en son centre, se trouve son méat urinaire par lequel sortent le sperme et l'urine. Il est recouvert ou non par un prépuce.

### **Est-il une zone érogène ?**

Le gland peut être une zone érogène. Pour certaines personnes c'est une zone qui génère plus ou moins de plaisir. Il est constitué de multiples terminaisons nerveuses (en moyenne 4000).

### **Que se passe-t-il au niveau du gland lorsqu'une personne avec un pénis est excitée ?**

Quand il y a érection les corps spongieux se gorgent de sang, le pénis durcit, grossit, et se redresse. Le gland rougit. Les testicules gonflent et se tendent.

### **Par où le sperme sort ?**

Par le méat urinaire, jamais en même temps que l'urine.

### **Par où l'urine sort ?**

Par le méat urinaire, jamais en même temps que le sperme.

### **Est-ce que tous les glands se ressemblent ?**

Le gland peut avoir des tailles, des formes et des couleurs différentes. Il n'existe pas de glands "normaux" (pas de normes physiologiques sur la taille ou la forme).

### **Comment protéger son gland ?**

- Les préservatifs interne et externe
- Du gel lubrifiant
- Dépistages

VIH : PREP, TASP, Dépistage, TPE

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### Comment laver son gland ?

Pour nettoyer son pénis : pour les personnes qui ont un prépuce, il faut décalotter (descendre la peau du prépuce) pour nettoyer le gland. Ensuite pour toutes les personnes (circoncises ou non) il suffit de rincer son pénis avec douceur avec de l'eau claire ou un savon neutre.

### -> LE PRÉPUCE

#### Est-ce que tout le monde a un prépuce ?

Oui à la naissance tous les pénis ont un prépuce. Pour des motifs religieux, médicaux ou culturels, certaines personnes sont circoncises (retrait du prépuce).

#### Quel est le rôle du prépuce ?

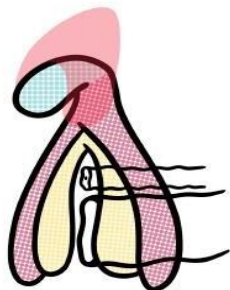
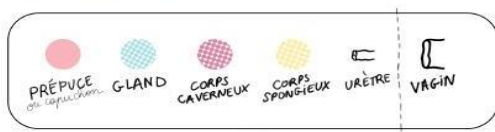
Le rôle du prépuce est de protéger la muqueuse du gland.

#### Quel impact de l'absence d'un prépuce sur une personne ?

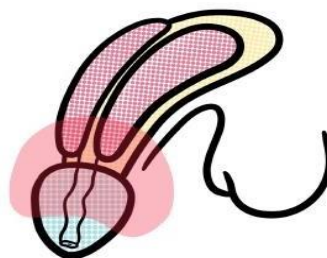
Aucun impact médical. La routine hygiénique est légèrement différente puisqu'il n'y est pas nécessaire de décalotter.

Il n'existe pas de pénis "normal", dans certaines régions du monde, l'absence de prépuce sera la norme, et dans d'autres non.

### CLITORIS



### PÉNIS



### -> LA NUDITÉ

#### Est-ce qu'on peut se montrer nu / nue quand et où on veut ?

La sexualité est encadrée par des lois. Il n'est pas possible de se montrer nu / nue dans un espace public.

En matière de nudité, c'est l'article 222-32 du Code pénal qui régleme la question. Il est dit que "l'exhibition sexuelle imposée à la vue d'autrui dans un lieu accessible aux regards du public est punie d'un an d'emprisonnement et de 15 000 euros d'amende."

Lorsqu'une personne souhaite se montrer nu / nue avec une autre personne dans un espace privé, elle doit s'assurer que la personne est consentante.

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

### > Des images pour parler sexualité

### > Handicap, Migrant

#### L'image relative à la négociation de préservatif

Que voyez-vous sur cette image ?

D'après vous, qu'est-ce que les deux personnages font dans le lit ?

D'après-vous, pourquoi la femme tend un préservatif ?

A quoi sert un préservatif ? Existe-t-il plusieurs types de préservatifs ?

Est-ce que c'est toujours facile de se mettre d'accord pour porter un préservatif ?

Pourquoi c'est la femme et pas l'homme qui tient un préservatif ? (Attention aux stéréotypes de genre pour cette question, ce n'est pas tout le temps la femme qui veut se protéger et pas l'homme)

Quelles sont les différentes précautions à prendre pour mettre un préservatif et pour l'enlever ?

Si on ne met pas de préservatif, quels risques on prend ? (Attention à l'hétéronormativité pour cette question).

**Qu'est-ce que l'hétéronormativité ?** L'hétérosexualité est perçue comme évidente, naturelle et allant de soi pour tou-te-s, c'est ce qui fait d'elle une norme sociale. Elle est partie intégrante de la manière dont on perçoit le monde. Si on ne la questionne pas, on risque de venir renforcer les sanctions sociales (rejet familial, harcèlement scolaire, violences...) que subissent celles et ceux qui s'en éloignent.

#### Les préservatifs

Il existe deux types de préservatifs. Le préservatif interne (féminin) et externe (masculin). Il est important d'utiliser un seul préservatif à la fois, sinon le frottement entre les préservatifs va provoquer une déchirure du préservatif... Le risque existe pour deux préservatifs externes en même temps mais aussi pour un préservatif interne avec un préservatif externe.

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), il conduit de chaleur (la matière se colle aux parois vaginales). C'est un outil pouvant faciliter la négociation du préservatif du fait qu'il puisse se mettre en avance.

Les préservatifs peuvent se trouver gratuitement dans des centres de santé sexuelle (ex centres de planification familiale), les CeGIDD (Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic), auprès de certaines associations.

Pour les moins de 26 ans : plusieurs marques de préservatifs externes et internes (Eden, Be Love, Sortez Couverts, Ormelle...) sont prises en charge à 100%, en pharmacie, sans ordonnance ni justificatif. Pour les jeunes entre 18 et 26 ans, il faut présenter sa carte d'identité, sa carte vitale ou carte AME.

Il est également possible de se faire prescrire des préservatifs externes par son médecin généraliste et/ou par une sage-femme (ils seront remboursés à hauteur de 60%).

Les préservatifs sont aussi le seul moyen de contraception qui protège également des IST ! Pour que la protection soit efficace, il faut bien suivre le mode d'emploi. Une mauvaise utilisation du préservatif peut causer des déchirements ou des glissements pendant le rapport sexuel. La protection contre le VIH et les autres IST n'est alors plus assurée. La contraception non plus.

#### **Voici quelques conseils pour la pose du préservatif externe :**

Déchirer doucement l'emballage pour ne pas abîmer le préservatif. Poser le préservatif sur l'extrémité du pénis en érection. Pincer délicatement le petit réservoir entre deux doigts pour en chasser l'air. Le dérouler doucement sur le pénis en érection (attention à le dérouler dans le bon sens). Immédiatement après l'éjaculation, il faut se retirer en retenant le préservatif à la base du sexe pour ne pas le perdre. Fermer le préservatif en le nouant et le jeter dans une poubelle.



## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

### > Des images pour parler sexualité

### > Handicap, Migrant

#### Voici quelques conseils pour la pose du préservatif interne :

Se mettre en position confortable : couchée, assise ou debout avec un pied posé sur une chaise. Au niveau de la flèche, déchirer l'emballage vers le bas et retirer le préservatif interne du paquet avec précaution. Ne pas utiliser de couteau ou ciseaux qui pourraient endommager le préservatif. S'assurer que l'anneau interne se trouve au fond du préservatif. Tenir le préservatif par cet anneau en le pressant entre le pouce et l'index. Sans le relâcher, insérer l'anneau dans le vagin et le pousser aussi loin que possible. Lorsque le préservatif est en place, l'anneau externe doit se trouver à l'extérieur du vagin, et recouvrir la vulve. Le préservatif interne n'est pas difficile à mettre, on s'y habitue au bout de quelques essais. Après utilisation, ne pas jeter le préservatif dans les toilettes mais le remettre dans sa pochette pour le jeter dans la poubelle.

Penser aussi à vérifier la date de péremption figurant sur l'emballage ! L'inscription « CE » sur l'emballage assure une garantie de qualité du préservatif qui répond aux normes européennes.

#### Et le lubrifiant?

Le lubrifiant facilite les rapports sexuels vaginaux et anaux, diminue le risque de rupture du préservatif et, de manière générale, réduit les risques d'irritation. Il est donc particulièrement recommandé en cas de rapports anaux ou de sécheresse vaginale. Il permet également d'augmenter le confort de la relation.

Il convient d'en mettre en quantité suffisante à l'extérieur du préservatif externe, mais aussi sur le vagin ou sur l'anus. Seul un lubrifiant à base d'eau est sans risque : tout corps gras (vaseline, savon, beurre, huile solaire, ...) est à éviter, car il fragilise le préservatif qui risque alors de se déchirer.

#### Les images relatives à l'homosexualité

A votre avis, qu'est-ce que les personnes, sur les images, ressentent les unes pour les autres ?

Est-ce qu'une femme / un homme peut tomber amoureux d'une autre femme / un autre homme ? Être attiré/ attirée ?

Est-ce qu'on a le droit d'être avec une personne du même sexe (on peut utiliser le mot genre en fonction du groupe) ?

Qu'est-ce que l'homophobie ?

En France, est-ce qu'un couple homosexuel peut avoir des enfants, peut se marier ?

Est-ce qu'on choisit d'aimer les femmes ou les hommes ou les deux ?

#### Les orientations sexuelles

L'orientation sexuelle ne se choisit pas. L'orientation affective et / ou sexuelle, c'est le désir affectif et / ou sexuel, l'attrance qu'on éprouve pour une personne, peu importe son identité de genre et son sexe biologique (assigné à la naissance). On ne se déclare pas homosexuel ou hétérosexuel : ce n'est pas un choix qu'on fait un jour dans sa vie. 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, toutes les personnes sont libres d'aimer, d'avoir des relations sexuelles, d'être en couple, de se marier avec des personnes du même sexe/genre qu'elles.

L'homosexualité a été dépénalisée en 1982 sous la présidence de François Mitterrand. Jusque-là "les rapports hétérosexuels" étaient autorisés dès l'âge de 15 ans tandis que "les rapports homosexuels" l'étaient à partir de 21 ans.

Le mariage entre personnes du même sexe / genre a été légalisé en 2013 sous la présidence de François Hollande.

L'homophobie est la discrimination à l'encontre des personnes LGBTQI+. Aujourd'hui on parle davantage de LGBTQIphobies afin d'inclure l'ensemble des personnes discriminées en fonction de leur orientation sexuelle et / ou identité de genre.

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

### > Des images pour parler sexualité

### > Handicap, Migrant

Au niveau légal, c'est l'article 1er de la loi n°2008-496 du 27 mai 2008 qui définit la discrimination comme une inégalité de traitement, un traitement défavorable, fondé sur un critère prohibé par la loi, dans un domaine tel que l'emploi, le logement, l'éducation, le service public, l'accès aux biens et aux services L'identité de genre et l'orientation sexuelle font partie des 26 critères de discrimination, comme le sexe, l'âge, le handicap, l'apparence physique ou encore les opinions politiques et religieuses...

#### **Les images relatives à l'hymen**

Quelles sont les différences entre toutes les images ? (Les différentes images visent à montrer que les hymens prennent des formes différentes selon chaque femme).

Qu'est-ce que l'hymen ?

Est-ce que l'hymen et la virginité, c'est la même chose ? C'est quoi la virginité ?

C'est quoi « la première fois » ?

Est-ce que la première fois, ça fait mal ?

Est-ce qu'il y a un âge pour faire sa « première fois » ?

#### **Hymen et Virginité**

La virginité est une construction sociale. Elle n'est pas une réalité biologique. Souvent "perdre sa virginité" rapporte à la première pénétration pénis/vagin dans la vie. Mais alors quid des personnes homosexuelles ? Et est-ce qu'un rapport sexuel implique nécessairement une pénétration ? Il n'y a pas de réponses fixes, cela peut être différent pour chaque personne. Le plus important est de respecter les visions des autres personnes. De même pour certaines personnes la virginité est importante, précieuse et doit se préserver jusqu'au mariage. Pour d'autres personnes, cela n'a pas la même valeur. Il faut respecter les différentes visions.

Chez les femmes, la perte de la virginité est souvent associée au déchirement de l'hymen. Cette petite membrane souple, qui recouvre partiellement l'entrée du vagin. Cependant, toutes les femmes ne naissent pas avec un hymen ! De plus il peut être déjà très large, naturellement ou par l'effet du sport, ou de la masturbation par exemple.

#### **Les images relatives à la masturbation**

Qu'est-ce que c'est, la masturbation ? Chez l'homme ? Chez la femme ?

Avez-vous déjà entendu parler du clitoris ?

A quoi ça sert, la masturbation ? Qu'est-ce que ça fait de se toucher les parties intimes (le sexe) ? Qu'est-ce que cela procure ? (Effets recherchés/obtenus, plaisirs)

Est-ce qu'on a le droit de se toucher ?

Est-ce qu'on peut se toucher n'importe où et n'importe quand ? Où peut-on le faire ? (Intimité)

Est-ce qu'on peut toucher les autres sans leur autorisation ?

Est-ce que ça se fait tout seul ou à deux ?

Est-ce que tout le monde se touche / est-ce qu'on est obligé de le faire ?

Qu'est-ce que c'est le gel sur la photo (image avec le gel lubrifiant) ? A quoi ça sert ?

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### La masturbation

La masturbation est une pratique sexuelle qui peut être réalisée seule ou à plusieurs. Elle consiste à se procurer du plaisir soi-même à l'aide de caresses avec ses mains, un objet ou encore un sextoy. La masturbation est souvent une première initiation à la vie sexuelle. Elle est pratiquée à l'adolescence mais aussi à l'âge adulte. La masturbation n'est pas obligatoire, l'important est d'être sûr d'en avoir envie. Si la masturbation est pratiquée à plusieurs, il est important de s'assurer du consentement des autres personnes.

### **Les images relatives à la relation à l'autre**

Est-ce que, dans toutes ces images, tous les personnages ont la même relation ?

Est-ce qu'il existe plusieurs manières d'aimer ?

Comment est-ce qu'on peut montrer à quelqu'un qu'on l'apprécie, ou qu'on l'aime ?

Est-ce que c'est facile de dire à quelqu'un qu'on l'apprécie ou qu'on l'aime ?

Comment savoir si l'autre nous apprécie ?

Qu'est-ce que cela fait d'être en compagnie de quelqu'un qu'on aime / apprécie ? Qu'est-ce que cela fait d'être avec son copain / sa copine ? (Sentiments, affection)

Qu'est-ce qu'être en couple avec quelqu'un ? Comment cela se passe ?

Est-ce que, quand on est en couple avec quelqu'un, on est forcément obligé de s'embrasser ? De faire l'amour ? D'avoir des enfants ? De vivre ensemble, etc. ?

Comment montrer à la personne que l'on est d'accord ? Comment montrer que l'on est d'accord pour passer un moment ensemble, pour un câlin ?

A l'inverse, comment montrer que l'on n'est pas d'accord, que l'on n'a pas envie ? (Consentement)

Est-ce que c'est facile de savoir si l'autre personne est d'accord ou pas ? Si l'autre ne veut pas, qu'est-ce qu'on fait ?

Est-ce qu'on a le droit de forcer quelqu'un qui ne veut pas faire un bisou / faire l'amour ?

C'est quoi être amoureux/amoureuse ? Avoir de l'affection pour quelqu'un ? Avoir des sentiments pour quelqu'un (sentiments, émotions, relations à l'autre et à soi) ?

Est-ce que la jalousie est une preuve d'amour ?

Ça veut dire quoi, faire l'amour ?

Est-ce que, quand on est avec quelqu'un, on est toujours heureux ?

Est-ce que l'amitié filles/garçons, ça existe ?

Est-ce qu'on peut tomber amoureux ou amoureuse de quelqu'un qui ne nous ressemble pas physiquement (couleur de peau, handicap physique, etc.) ?

Ça veut dire quoi être parent ? Qu'est-ce qui est important pour devenir parent ? (Parentalité)

Est-ce que c'est possible de ne pas avoir d'enfant et d'être heureux ?

Si l'on ne veut pas être parent, que peut-on faire ? (Contraception)

Comment se passe une consultation avec un soignant/ soignante ? Lors d'une consultation gynécologique, un examen intime est-il obligatoirement réalisé ? Est-ce qu'une personne peut refuser ?

Si je ne comprends pas ce que le soignant ou la soignante me dit, puis-je demander de répéter ou demander un interprète ?

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### Respect et relation

Une relation de couple ne doit pas nuire à la santé des deux partenaires. Nous pouvons rencontrer de la violence dans un couple, quand les comportements de l'un nuit à la santé de l'autre. Dans ces cas, les comportements ne sont pas seulement des signes de violences physiques, comme des blessures et des « bleus » mais peuvent être verbale ou psychologique. Elle touche à l'intégrité physique, psychologique et sexuelle (moqueries, pression, rabaissement, actes sexuels forcés...).

Non, il n'y a pas d'obligation d'avoir des rapports sexuels alors que l'on en n'a pas envie, juste « *pour lui faire plaisir* » ...

La communication est un pilier important dans une relation : discuter avec son / sa partenaire, lui exprimer ses émotions, son malaise s'il y en a un...

### Le consentement

Le consentement dans la sexualité, c'est le fait de donner son accord pour avoir une pratique sexuelle, et de s'assurer que son ou sa partenaire exprime également son accord. Le consentement doit être donné de manière libre et éclairée c'est-à-dire sans influence de produits (comme l'alcool par exemple), sans menace, pressions ou rapport d'autorité. Une personne qui dort ou est inconsciente ne peut pas donner son consentement.

### Relation avec les professionnels / professionnelles de santé

Un examen gynécologique est très souvent réalisé durant une consultation médicale de gynécologie. Cependant, personne n'est obligé de se soumettre à cet examen. Si la 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, et cela peut être vécue de manière négative si nous n'étions pas « *prêts* », ou en fonction du vécu de chaque personne.

Il n'est pas « normal » de ne pas comprendre les soins médicaux que l'on me fait et / ou le traitement que l'on me prescrit. Il est important de faire répéter le professionnel de santé et/ou de demander un interprète si besoin. La place du patient reste centrale dans la relation soignant/soigné. Le patient est acteur des choix en lien avec sa santé

### **Les images relatives aux relations sexuelles et au plaisir**

Pour quelles raisons les personnes caressent-elles d'autres personnes ? Qu'est-ce que les personnes recherchent ? Qu'est-ce que cela apporte aux personnes ? (Plaisir pour l'autre, plaisir pour soi)

Pourquoi est-ce qu'on a des relations sexuelles ?

C'est quoi, le plaisir ?

Comment est-ce qu'on ressent du plaisir ?

Est-ce qu'on a, sur le corps, des endroits plus sensibles et qui nous font du bien ?

Est-ce qu'il existe des manières différentes de faire du bien à quelqu'un ?

## >VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

> Des images pour parler sexualité

> Handicap, Migrant

### Relation sexuelle et plaisir

Il est important de déconstruire ce qu'englobe le terme de "rapport sexuel" ou "relation sexuelle". En effet, cela peut être beaucoup de choses : caresses, bisous, rapports oraux (cunnilingus, fellation), rapports vaginaux (pénis-vagin), rapports anaux (pénis-anus) ... La pénétration ne représente pas une fin en soi lors d'un rapport sexuel et il est important de discuter de toutes les formes que peuvent prendre une "relation sexuelle". De plus, la notion de consentement est primordiale lorsque nous faisons réfléchir les jeunes à la notion de "rapport sexuel". L'important est d'en avoir envie et d'être attentif/attentive à son/sa/ses partenaires.

L'orgasme représente une forme de plaisir très intense que l'on peut ressentir quand on est très excité sexuellement ! Mais l'orgasme n'a rien d'automatique ni d'obligatoire lors d'une relation sexuelle. Le corps n'est effectivement pas une machine, l'orgasme peut mettre du temps à arriver et à se faire désirer ! L'orgasme se traduit de manière différente chez chacun, que l'on soit homme, femme ou non-binaire (*Personne qui ne se définit pas dans la binarité de genre "homme" ou "femme". Les personnes qui se considèrent comme non-binaires peuvent ou non s'identifier comme transgenre*). Concernant le clitoris, il 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 ! (Cf partie anatomie)