

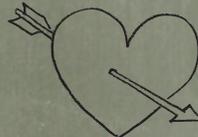
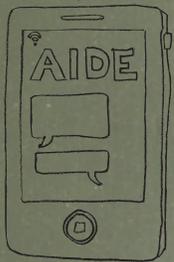
TROUSSE PÉDAGOGIQUE LE BOSS



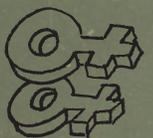
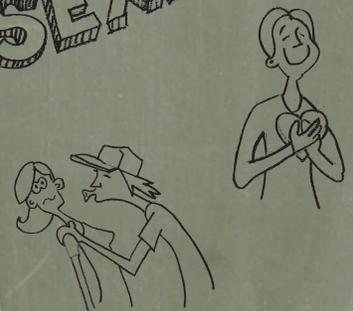
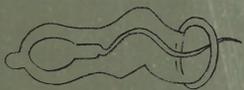
LE BLITZ OFFICIEL DU SEXE SÉCURITAIRE

FICHES D'ACTIVITÉS

VIH



SEXE



Recherche et rédaction :

Maryane Tremblay,

Intervenante-jeunesse au MIELS-Québec,
Sexologue M.A.

Relectures :

Thérèse Richer

Directrice générale du MIELS-Québec

Yvan Fortin

Coordonnateur du secteur de la prévention au MIELS-Québec

Alexandra Gariépy

Intervenante à SOS Grossesse

Danielle Boucher

Présidente de l'Association Québécoise du Personnel de Direction des écoles

Priscil Paradis

Enseignante retraitée



Graphisme et illustrations :

Philippe Jobin B.A.V.

Designer graphique
www.philippejobin.com

Dépôt légal,
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2013
ISBN: 978-2-9804475-5-6 (version imprimée)
ISBN: 978-2-9804475-6-3 (version électronique)

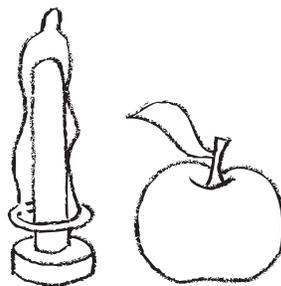
Pour commander cette trousse pédagogique : brigade@miels.org

Pour télécharger cette trousse en format PDF : www.labrigade.org

Dans le présent document, l'utilisation du masculin a pour seul but d'alléger le texte et s'applique sans discrimination aux personnes des deux sexes.

Table des matières

Parce que je le vau x bien !	5
Des bonbons qui font du bien!	9
Discussion sur les valeurs en lien avec la sexualité	13
Débat entre les «bonnes» et les «mauvaises» raisons d'avoir des relations sexuelles	17
Classification des comportements sexuels selon le degré d'intimité	21
Classification des types de violence	25
Mythes et réalités sur l'orientation sexuelle	35
Vrai ou faux sur la grossesse	43
Mythes et réalités sur les ITSS	51
Test de résistance des condoms	59
Négocier le condom par écrit.....	63
Négocier le condom sous forme de débat.....	73
Publicité sur le condom	75
Rédaction ou exposé oral sur le thème de la sexualité	79
Fiches de ressources utiles	85



Parce que je le veux bien !



OBJECTIFS :

Augmenter l'estime de soi;
Reconnaître ses forces et ses qualités;
Prendre conscience de sa valeur personnelle.



DURÉE : 50 minutes



MATÉRIEL : Crayons, feuille support : *Parce que je le veux bien !* (La feuille support peut être imprimée recto-verso dépendamment du nombre de participants).



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant introduit le thème de l'estime de soi en expliquant qu'il est primordial de s'aimer soi-même avant d'être en mesure d'aimer une autre personne et se laisser aimer par elle. Il présente cette activité comme étant un aide-mémoire pour nous rappeler que nous avons tous une grande valeur personnelle. Il distribue la feuille support : *Parce que je le veux bien !* à chaque élève. Ensuite, ceux-ci y inscrivent leur nom. Les jeunes devront écrire une qualité, un talent ou une caractéristique qu'ils apprécient chez chacun des autres élèves de la classe. Pour assurer une meilleure efficacité de l'activité, il est conseillé de faire une rotation bien définie des feuilles dans la classe. L'enseignant précise qu'il est important que les jeunes écrivent seulement des commentaires positifs pour que l'exercice fonctionne. Il les invite également à signer leur nom ou leurs initiales suite à leur message. L'enseignant doit s'assurer du respect et encourager les jeunes à dénoncer un message négatif.



CONCLUSION :

Une fois que tous les élèves ont écrit un message valorisant sur la feuille de chacun des élèves, les jeunes reprennent la feuille identifiée à leur nom et peuvent lire leurs messages. Les élèves peuvent partager comment ils se sentent face aux commentaires positifs qu'ils ont reçus et donnés à d'autres. L'enseignant peut suggérer aux jeunes de relire cette feuille en des temps plus difficiles pour se valoriser et se remonter le moral. Il les encourage à continuer à dire des belles choses au sujet des autres puisque cela procure un bien-être partagé.

Parce que je le veux bien !

Votre nom



C'est que j'aime le plus chez toi ...

Des bonbons qui font du bien !



OBJECTIFS :

- Augmenter l'estime de soi;
- Nommer ses forces et ses qualités;
- Reconnaître sa valeur personnelle.



DURÉE : 50 minutes



MATÉRIEL : Bonbons de couleurs différentes de type «skittles», cuillère pour distribuer les bonbons, feuille support : *Tableau des bonbons* !



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

Avant même d'expliquer l'activité aux jeunes, l'enseignant les invite à prendre au minimum deux bonbons et au maximum quatre et il leur précise de ne pas les manger avant son signal. Une fois que tout le groupe a reçu ses friandises, il présente l'activité sur l'estime de soi. Il explique aux jeunes qu'il est parfois plus facile de nommer nos défauts que nos qualités. Il est donc important de se pratiquer à nommer et à reconnaître nos forces. Pour que l'exercice se déroule bien, il rappelle aux jeunes l'importance du respect. L'enseignant peut alors présenter le tableau des bonbons et il invite les jeunes, à tour de rôle, à nommer de belles choses sur eux selon les couleurs des bonbons qu'ils ont reçus. L'enseignant peut renforcer l'estime de soi des jeunes et leur confiance en eux en démontrant son intérêt ou son accord avec certains énoncés des jeunes ou en donnant des exemples concrets qui les valident. Une fois qu'un élève a réussi à nommer ses forces, il peut alors manger ses friandises en guise de récompense tout en restant attentif à l'élève suivant qui présente ses forces devant le groupe.

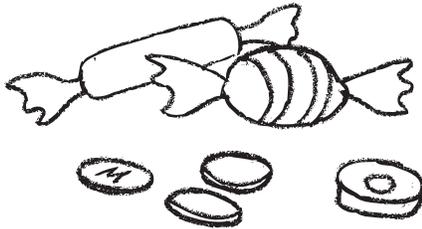


CONCLUSION :

L'enseignant félicite les jeunes pour leur participation. Il leur demande comment ils ont trouvé l'exercice (Facile? Difficile? Pour quelles raisons? Comment ils se sont sentis? Etc.). Il peut conseiller aux jeunes de pratiquer cet exercice le plus souvent possible afin de se rappeler qu'ils sont uniques, importants et qu'ils ont beaucoup de valeur dans le but d'augmenter leur estime de soi.

Des bonbons qui font du bien !

Pour chaque bonbon que tu as reçu, nomme une belle chose sur toi selon les couleurs.



Nomme une des tes **QUALITÉS**.



Nomme un des tes **TALENTS**.



Nomme une de tes
CARACTÉRISTIQUES PHYSIQUES
que tu aimes.

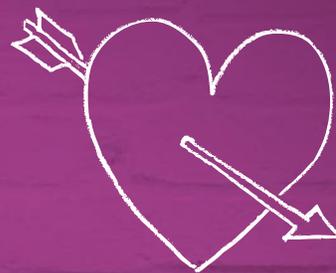


Nomme une **RÉUSSITE** dont tu es fier(ère).



Nomme un **RÊVE** que tu souhaites réaliser.

Discussion sur les valeurs en lien avec la sexualité



OBJECTIFS :

Reconnaître ses valeurs en lien avec la sexualité;
Prendre conscience des différentes valeurs en lien avec la sexualité;
Développer son pouvoir d'action dans le choix d'avoir ou non des relations sexuelles selon leurs valeurs.



DURÉE : 50 minutes



MATÉRIEL : Crayons et feuilles vierges, tableau, crayon feutre ou craie, efface à tableau, feuille support : *Les valeurs en lien avec la sexualité*.



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant invite les élèves à faire un remue-méninges sur les valeurs en lien avec la sexualité. Il note au tableau les valeurs énoncées par les élèves. Une fois toutes les valeurs des jeunes inscrites, l'enseignant peut suggérer d'autres valeurs au besoin en se référant à la feuille support. Ensuite, il demande aux élèves de choisir les cinq valeurs qu'ils considèrent les plus importantes pour eux et de les noter sur une feuille. Les élèves sont ensuite invités à partager leurs valeurs et expliquer pour quelles raisons ces valeurs sont importantes pour eux s'ils le désirent. L'enseignant peut relancer des questions au groupe pour favoriser le partage des valeurs.



CONCLUSION :

L'enseignant s'assure du respect de chaque élève puisqu'il n'existe pas de bonnes ou de mauvaises valeurs. Il rappelle aux jeunes qu'il est important qu'ils se respectent dans leurs choix et qu'ils respectent l'autre selon ses valeurs. Il encourage les jeunes à communiquer avec leurs partenaires dans le but de savoir s'ils partagent sensiblement les mêmes valeurs qu'eux dans la sexualité pour favoriser leur épanouissement.

Les valeurs en lien avec la sexualité

Valeurs :

Liberté

Amour

Fidélité

Amitié

Respect

Plaisir

Honnêteté

Égalité

Indépendance

Croyances religieuses

Intimité

Confiance

Sécurité

Protection

Partage

Communication

Etc.



Débat entre les «bonnes» et les «mauvaises» raisons d'avoir des relations sexuelles



OBJECTIFS :

Connaître les différentes raisons d'avoir des relations sexuelles;
Reconnaître leurs raisons personnelles afin d'avoir des relations sexuelles;
Développer son pouvoir d'action dans le choix d'avoir ou non des relations sexuelles.



DURÉE : 50 minutes



MATÉRIEL : Crayons et feuilles vierges, tableau, crayon feutre ou craie, efface à tableau, feuille support : *Débat entre les bonnes et mauvaises raisons d'avoir des relations sexuelles.*



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant invite les élèves à faire un débat sur les différentes raisons pour avoir des relations sexuelles. Il sépare la classe en deux équipes. La première équipe est invitée à écrire sur un papier toutes les «bonnes» raisons pour avoir des relations sexuelles tandis que la seconde équipe doit écrire toutes les «mauvaises» raisons.

Une fois les raisons écrites, un jeune de chaque équipe doit faire part de leurs réponses à l'autre équipe. L'enseignant ou un élève écrit, dans chaque colonne préalablement dessinée au tableau, les bonnes et les mauvaises raisons énoncées par les jeunes.

Lorsque les deux équipes ont énuméré leurs raisons, l'enseignant questionne les jeunes à savoir s'il y a des raisons qui ne sont pas placées dans la bonne catégorie (bonnes ou mauvaises) selon eux. Les jeunes doivent alors justifier leurs raisonnements et l'équipe qui avait placé la raison dans cette catégorie, justifie également pourquoi elle a choisi cette catégorie. L'enseignant peut nourrir le débat en apportant des nuances ou des exemples de situations (voir feuille support).



CONCLUSION :

L'enseignant fait un retour sur le débat en mentionnant qu'il n'existe pas nécessairement de «bonnes» ou «mauvaises» raisons d'avoir des relations sexuelles. Une raison peut être valable selon la vision d'une personne et ne pas l'être pour une autre. Il demande aux jeunes d'identifier, dans leur tête, les raisons qu'ils considèrent valables pour eux. L'enseignant précise que l'important est de se respecter dans ses choix personnels et de respecter l'autre.

Débat entre les «bonnes» et «mauvaises» raisons d'avoir des relations sexuelles

Quelques raisons possibles pour avoir des relations sexuelles. Les raisons provenant d'un désir personnel peuvent être des choix plus réfléchis que le désir sexuel provenant des pressions des autres.

Choix personnels

- Avoir le goût d'essayer;
- Se sentir prêt pour avoir une relation sexuelle;
- Désirer avoir un contact sexuel;
- Avoir réfléchi à nos limites personnelles et aux moyens de protection;
- Être conscient des conséquences positives et négatives possibles en lien avec une relation sexuelle;
- Désirer sexuellement l'autre;
- Pour le plaisir;
- Pour avoir un bébé;
- Par amour pour l'autre;
- Pour avoir de l'argent, un bien ou un service en retour;
- Pour évacuer une tension;
- Pour recevoir de l'affection ou de l'attention;
- Etc.

Influence des autres

- Pour être aimé par l'autre;
- Pour ne pas perdre l'autre;
- Pour faire comme tout le monde;
- Pour être « cool »;
- Par obligation;
- Pour plaire à l'autre;
- Pour entrer dans la gang;
- Suite à du chantage;
- Suite à des menaces;
- Etc.



Classification des comportements sexuels selon le degré d'intimité

SEXE



OBJECTIFS :

Reconnaître son degré d'aisance en lien avec l'intimité et les différents comportements sexuels;

Développer son pouvoir d'action dans le choix d'avoir ou non des comportements sexuels dépendamment du degré d'intimité souhaité.



DURÉE : 45 minutes



MATÉRIEL : Crayons et feuille support : *Classification des comportements sexuels selon le degré d'intimité.*



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant invite les élèves à faire un remue-méninges sur ce qu'est l'intimité. Une fois terminé, il reformule ce que représente l'intimité et il peut compléter la définition avec des éléments de celle-ci : l'intimité peut être décrite comme une motivation à des échanges chaleureux ou des contacts interpersonnels dans le but d'établir, de tolérer et de se sentir bien dans une proximité avec l'autre. Elle permet l'ouverture de soi à l'autre.

L'enseignant distribue ensuite la feuille support : *Classification des comportements sexuels selon le degré d'intimité* et invite les jeunes à la compléter individuellement. Il précise qu'il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses puisque le degré d'aisance à l'intimité face à différents comportements sexuels est propre à chacun et personne ne sera forcé de partager ses résultats. Si quelques jeunes souhaitent partager certaines de leurs réponses, il les invite à le faire et à expliquer pour quelles raisons ils ont choisi ce degré d'intimité. L'enseignant peut nourrir la discussion en posant quelques questions aux jeunes telles que :

Comment avez-vous trouvé l'exercice? Facile? Difficile? Pour quelles raisons?

Quelles sont, pour vous, les facteurs qui peuvent influencer la classification d'une personne? (valeurs, religion, expériences, société, estime de soi, etc.)

Que feriez-vous ou diriez-vous à une personne qui souhaite avoir des comportements sexuels qui vous rendent mal à l'aise?

Est-ce que la classification du degré d'intimité d'une personne peut changer dans le temps? Pour quelles raisons?



CONCLUSION :

L'enseignant conclut la discussion en rappelant que le degré d'aisance face à l'intimité peut varier selon la personne ou la situation. Il précise aux jeunes qu'il est important qu'ils se respectent dans leurs choix de comportements et qu'ils respectent l'intimité de l'autre également. Il encourage les jeunes à refuser d'avoir des comportements sexuels qui ne respectent pas leur degré d'aisance face à l'intimité. Pour profiter au maximum de sa sexualité, il est primordial de se sentir confortable dans nos comportements.

Classification des comportements sexuels selon le degré d'intimité

Classe, par ordre croissant, les comportements sexuels selon le degré d'intimité qu'ils représentent pour toi selon une échelle de 1 à 10.

1 = comportement qui nécessite **peu d'intimité**

10 = comportement qui nécessite un **degré d'intimité élevé**

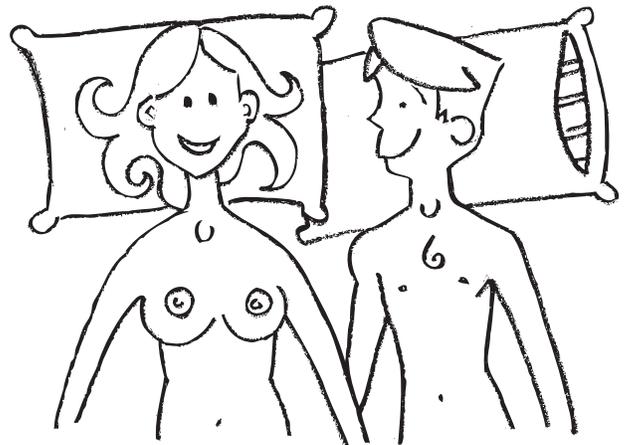
Si tu es un gars qui a des relations sexuelles avec d'autres gars, tu pourras classer tes résultats sur une échelle de 1 à 9, en excluant la case de la pénétration vaginale.

Comportements sexuels

Degré d'intimité

Échelle de 1 à 10

Sexe oral	<input type="checkbox"/>
Se tenir par la main	<input type="checkbox"/>
Caresses sur tout le corps	<input type="checkbox"/>
S'embrasser	<input type="checkbox"/>
Pénétration vaginale	<input type="checkbox"/>
Se dire « je t'aime »	<input type="checkbox"/>
Dormir côte à côte	<input type="checkbox"/>
Pénétration anale	<input type="checkbox"/>
Être nu devant l'autre	<input type="checkbox"/>
Se masturber devant l'autre	<input type="checkbox"/>



Classification des types de violence



OBJECTIFS :

Connaître ce qu'est la violence dans les relations amoureuses;
Différencier les comportements violents des comportements amoureux;
Reconnaître les différentes formes de violence dans les relations amoureuses.



DURÉE : 75 minutes



MATÉRIEL : Crayons et feuilles supports : *Classification des types de violence*, tableau, crayon ou craie, efface, papier collant ou gommette, ciseaux.



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

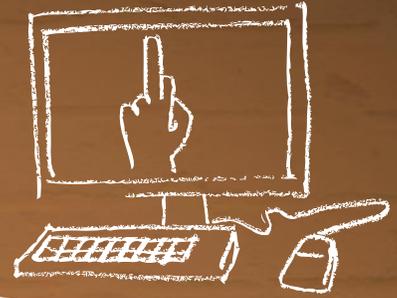
L'enseignant présente l'activité sur la violence dans les relations amoureuses. Il demande aux élèves de faire un remue-méninges sur la définition de la violence conjugale. Il complète, au besoin, la définition à l'aide du Guide pédagogique Le BOSS. L'enseignant demande aux élèves de trouver les cinq types de violence conjugale. Une fois les cinq types de violence trouvés, il inscrit chacun des types au tableau sous forme de colonne en prenant soin d'ajouter une sixième colonne où il inscrira « comportement non-violent ». Il distribue aux élèves les comportements des feuilles supports qu'il aura préalablement découpés et les invite à venir les coller au tableau dans la colonne du type de violence auxquels ils correspondent. L'enseignant fait un retour sur les différentes colonnes des types de violence et leurs comportements et demande aux élèves s'ils feraient des corrections. L'enseignant précise que certains comportements peuvent se situer dans plus d'une colonne, mais que l'important est de reconnaître ce comportement comme étant de la violence.



CONCLUSION :

L'enseignant conclut l'activité en présentant les cycles de la violence dans les relations amoureuses en se référant au Guide pédagogique Le BOSS. Il rappelle aux jeunes que personne n'est à l'abri de la violence conjugale et que les 15-24 ans sont le groupe le plus à risque. Il met l'accent sur l'importance de dénoncer la violence pour l'enrayer et encourage les jeunes qui en sont victimes ou qui la perpètrent de demander de l'aide à différents professionnels (voir le bottin de ressources dans le Guide pédagogique Le BOSS).

Classification des types de violence



Utiliser les points faibles de l'autre
pour lui faire mal



Dénigrer le corps de l'autre et
critiquer son apparence



Bouder ou ignorer l'autre pour
obtenir quelque chose



Menacer de se suicider



Briser des objets
ou frapper les murs devant l'autre



Retenir l'autre contre son gré



Empêcher l'autre de fréquenter
certaines personnes



Mettre de la pression pour avoir
certaines pratiques sexuelles



Se venger de l'autre en refusant
d'avoir des relations sexuelles



S'occuper seul de tout l'aspect
financier du couple



Minimiser la contribution financière
de l'autre à la vie de couple



Vérifier et contrôler les dépenses
personnelles de l'autre



Blessier l'autre avec nos paroles
sans l'avoir souhaité



Mordre ou frapper l'autre lors des
relations sexuelles



Pousser l'autre
dans un moment de colère

Mentir à l'autre pour lui organiser
une fête surprise



Lancer des objets à l'autre
sans lui faire de mal
lors d'une chicane de couple



Pirater la boîte courriel de l'autre
par jalousie



Dénigrer l'apparence ou la grosseur
des organes génitaux de l'autre



Menacer l'autre de faire du mal à son
animal de compagnie



Menacer ou mettre des vidéos
intimes de l'autre sur Internet



Vendre des objets appartenant à
l'autre sans son consentement



Obliger l'autre à avoir des relations
sexuelles avec d'autres personnes

Se chamailler pour rire et blesser
accidentellement l'autre



Contrôler les choix vestimentaires
de l'autre



Conseiller à l'autre
de se vêtir différemment



Cracher au visage de l'autre
pour se venger



Donner un coup de poing
dans le ventre



Raconter les secrets intimes de
l'autre afin de le ou la rabaisser



Tuer l'autre



Mythes et réalités sur l'orientation sexuelle



OBJECTIFS :

Approfondir ses connaissances sur l'orientation sexuelle;
Démystifier les différentes orientations sexuelles;
Différencier l'orientation sexuelle et l'identité sexuelle;
Développer son ouverture d'esprit face à la diversité sexuelle.



DURÉE : 50 minutes



MATÉRIEL : Crayons et feuilles supports : *Vrai ou faux sur l'orientation sexuelle* et *Réponses vrai ou faux sur l'orientation sexuelle*.



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant invite les élèves à se choisir un coéquipier. Il présente l'activité sur l'orientation sexuelle et il distribue une feuille support : *Vrai ou faux sur l'orientation sexuelle* à chaque équipe. Les élèves devront identifier, en équipe, si chacun des énoncés de cette feuille est vrai ou faux. Une fois l'exercice complété, l'enseignant reprend les 10 énoncés et demande aux élèves leurs réponses. Il encourage les élèves à fournir quelques explications en lien avec leurs réponses. Les feuilles supports : *Réponses vrai ou faux sur l'orientation sexuelle* peuvent être utilisées afin d'offrir un complément d'information aux élèves.



CONCLUSION :

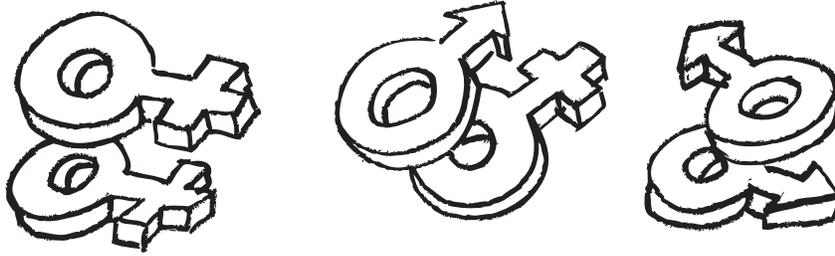
L'enseignant conclut l'activité en demandant aux élèves ce qu'ils ont appris de nouveau ou ce qui les surprend par rapport à ces énoncés. Il peut prendre un engagement avec les élèves sur le fait d'interdire tous commentaires homophobes ou dégradants envers l'orientation sexuelle ou la sexualité dans sa classe ou dans son milieu suite à cette activité. Il rassure les élèves qu'il est tout à fait normal de se poser des questions concernant son orientation sexuelle ou d'être attiré par des personnes du même sexe. Il rappelle les ressources disponibles en lien avec l'orientation sexuelle (voir bottin de ressources du Guide pédagogique Le BOSS) et il peut suggérer un professionnel de l'école disponible pour eux s'ils ont besoin de parler.

Vrai ou faux sur l'orientation sexuelle



Énoncés	Vrai	Faux
1. Avoir une relation sexuelle avec une personne du même sexe est synonyme d'homosexualité.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Une personne qui a des fantasmes homosexuels peut être d'orientation hétérosexuelle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Dans un couple homosexuel, une personne fait la fille et l'autre, le gars.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Tous les hommes qui ont des relations sexuelles avec d'autres hommes pratiquent la pénétration anale.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Les homophobes sont des homosexuels refoulés.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. La transsexualité n'est pas synonyme d'homosexualité.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. La bisexualité c'est d'être à la fois un homme et une femme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. L'homosexualité n'est pas un choix ou une maladie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Deux parents homosexuels ont plus de chance d'avoir un enfant d'orientation homosexuelle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Les hommes gais sont plus efféminés et les femmes lesbiennes sont plutôt masculines.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Réponses vrai ou faux sur l'orientation sexuelle



1. Avoir une relation sexuelle avec une personne du même sexe est synonyme d'homosexualité.

FAUX

Avoir une relation sexuelle avec une personne du même sexe n'est pas synonyme d'homosexualité. Beaucoup de gens ont déjà eu des expériences sexuelles avec des personnes du même sexe sans que cela ne les caractérise comme homosexuels. Certaines personnes veulent vivre l'expérience pour l'essayer sans pour autant se sentir plus attirées par une personne du même sexe.

2. Une personne qui a des fantasmes homosexuels peut être d'orientation hétérosexuelle.

VRAI

Les fantasmes sont des scénarios imaginaires. Beaucoup de personnes ont des fantasmes homosexuels sans que cela ait une influence sur l'orientation sexuelle. Une personne hétérosexuelle peut avoir des fantasmes homosexuels sans pour autant être plus attirée par les personnes du même sexe qu'elle.

3. Dans un couple homosexuel, une personne fait la fille et l'autre, le gars.

FAUX

Les gens pensent, à tort, que les couples d'orientation homosexuelle doivent imiter la dynamique des relations hétérosexuelles. En fait, les couples de même sexe ainsi que certains couples hétérosexuels adoptent des comportements relationnels qui vont au-delà des stéréotypes de la société. Chaque membre du couple choisit des rôles et des tâches à assumer selon leurs compétences et leurs préférences sans se fier au sexe davantage identifié à cette tâche ou ce rôle dans la société.

4. Tous les hommes qui ont des relations sexuelles avec d'autres hommes pratiquent la pénétration anale.

FAUX

La croyance populaire veut que la pénétration anale soit la pratique sexuelle préférée et la plus courante de tous les hommes qui ont des relations sexuelles avec d'autres hommes. Cependant, ceci est un mythe. Ce ne sont pas tous les hommes qui ont des relations sexuelles avec d'autres hommes qui aiment cette pratique sexuelle. Les hétérosexuels pratiquent également la pénétration anale selon leurs préférences sexuelles. La sexualité entre hommes, entre femmes ou entre deux personnes de sexes opposés se vit de plusieurs façons selon les préférences sexuelles de chacun indépendamment de l'orientation sexuelle.

5. Les homophobes sont des homosexuels refoulés.

FAUX

L'homophobie se caractérise par un sentiment de peur ou une attitude négative envers les personnes d'orientation homosexuelle, ou considérées comme telle, ou envers tout ce qui est associé à l'homosexualité. La discrimination, la haine, le dégoût et le mépris naissent de cette peur et de cette méconnaissance de l'homosexualité. Parfois, l'homophobie peut être présente chez certains homosexuels dans le but de nier leur orientation sexuelle et tenter de se protéger contre celle-ci. Par contre, les personnes homophobes ne sont pas nécessairement que des personnes d'orientation homosexuelle qui ont de la difficulté à accepter leur orientation.

6. La transsexualité n'est pas synonyme d'homosexualité.

VRAI

En effet, l'identité sexuelle est bien différente de l'orientation sexuelle. L'identité sexuelle se caractérise par le sentiment d'appartenance qu'une personne ressent ou non en lien avec son sexe biologique. Lorsqu'il n'y a pas concordance entre les deux, on parle alors de transsexualité. Par exemple, une personne peut être biologiquement un homme, c'est-à-dire avoir les organes génitaux masculins et les caractéristiques secondaires masculines, et ressentir profondément à l'intérieur d'elle, être de sexe féminin. Toutefois, cette personne peut être d'orientation sexuelle homosexuelle, bisexuelle ou hétérosexuelle peu importe son identité sexuelle.

7. La bisexualité c'est d'être à la fois un homme et une femme.

FAUX

La bisexualité est le fait d'être attiré sexuellement ou affectivement par les personnes des deux sexes. Autant les femmes que les hommes peuvent être bisexuels. Parfois, la bisexualité peut être transitoire pour certaines personnes qui se posent des questions quant à leur orientation sexuelle, mais d'autres fois, elle correspond à l'orientation sexuelle d'une personne.

8. L'homosexualité n'est pas un choix ou une maladie.

VRAI

Il n'existe toujours pas de consensus sur l'origine de l'orientation sexuelle, mais une chose est certaine, c'est qu'elle n'est pas un choix et encore moins une maladie. Il est impossible de changer réellement d'orientation sexuelle même lorsque la personne le désire vraiment. L'orientation sexuelle fait partie de notre identité personnelle. De plus, l'homosexualité, la bisexualité et l'hétérosexualité sont toutes présentes chez la majorité des mammifères étudiés dans leur état naturel. Ainsi, ces différentes orientations sexuelles sont toutes normales et saines. L'homosexualité est donc naturelle au même titre que l'hétérosexualité.

9. Deux parents homosexuels ont plus de chance d'avoir un enfant d'orientation homosexuelle.

FAUX

Les parents de même sexe, qu'ils soient hommes ou femmes, n'ont pas plus ni moins de chance d'avoir des enfants d'orientation homosexuelle, bisexuelle ou hétérosexuelle que les parents de sexe différent. Les études sur le sujet démontrent cependant que les enfants de parents homosexuels seraient davantage ouverts d'esprit quant à la diversité familiale que les enfants de couples hétérosexuels.

10. Les hommes gais sont plus efféminés et les femmes lesbiennes sont plutôt masculines.

FAUX

Ceci est une fausse croyance en lien avec les stéréotypes et les préjugés. En effet, il est impossible de déterminer l'orientation sexuelle d'une personne en se basant sur ces comportements, sa tenue vestimentaire, ses attitudes ou ses caractéristiques physiques. Cependant, autant de personnes d'orientation homosexuelle qu'hétérosexuelle peuvent déroger des normes traditionnelles associées à ce qu'une société considère comme étant féminin ou masculin.

Vrai ou faux sur la grossesse



OBJECTIFS :

Connaître des méthodes de prévention d'une grossesse;
Connaître les différents choix possibles lors d'une grossesse;
Connaître ses droits et responsabilités face à la grossesse.



DURÉE : 50 minutes



MATÉRIEL : Crayons et feuilles supports : *Vrai ou faux sur la grossesse* et *Réponses vrai ou faux sur la grossesse*.



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

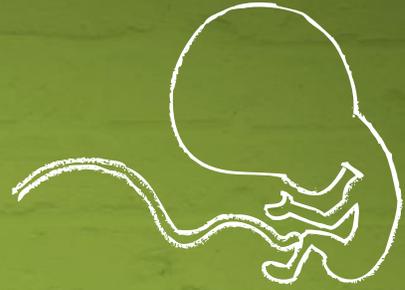
L'enseignant invite les élèves à se choisir un co-équipier. Il présente l'activité sur la grossesse et il distribue une feuille support : *Vrai ou faux sur la grossesse* à chaque équipe. Les élèves devront identifier, en équipe, si chacun des énoncés de cette feuille est vrai ou faux. Une fois l'exercice complété, l'enseignant reprend les 10 énoncés et demande aux élèves leurs réponses. Il encourage les élèves à fournir quelques explications en lien avec leurs réponses. Les feuilles supports : *Réponses vrai ou faux sur la grossesse* peuvent être utilisées afin d'offrir un complément d'information aux élèves.



CONCLUSION :

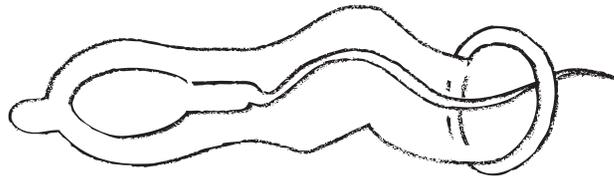
L'enseignant conclut l'activité en demandant aux élèves ce qu'ils ont appris de nouveau ou ce qui les surprend par rapport à ces énoncés. Il rappelle la co-responsabilité des garçons et des filles face à la grossesse. Il précise que le réel pouvoir d'action des garçons se retrouve davantage dans la prévention des grossesses non désirées que dans les décisions concernant les différentes issues de grossesse. L'enseignant peut conclure l'activité en fournissant les coordonnées de l'infirmière scolaire pour toutes questions concernant les méthodes contraceptives, test de grossesse, issues de grossesse, etc. Il rappelle également les ressources disponibles en lien avec la grossesse (voir le bottin de ressources du Guide pédagogique Le BOSS).

Vrai ou faux sur la grossesse



Énoncés	Vrai	Faux
1. Une femme devient fertile le jour de ses premières menstruations.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. La pilule contraceptive est le meilleur moyen de contraception.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Le coït interrompu (lors de la pénétration, se retirer avant l'éjaculation) est une bonne façon d'éviter une grossesse.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Il est impossible de devenir enceinte en pratiquant le sexe oral (bouche sur les organes génitaux).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Un garçon est obligé par la loi d'assumer ses responsabilités parentales si la fille décide de poursuivre sa grossesse et de le reconnaître comme le père de l'enfant.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. La contraception ce n'est pas une affaire qui concerne les garçons.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. L'interruption volontaire de grossesse (avortement) cause l'infertilité chez les femmes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Il existe une pilule qu'une femme peut prendre suite à une relation sexuelle non protégée pour diminuer les risque de devenir enceinte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Boire une consommation alcoolisée par semaine pendant la grossesse ne cause aucun dommage au fœtus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Oublier de prendre une ou des pilules contraceptives, une fois de temps en temps, n'a pas de conséquences.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Réponses vrai ou faux sur la grossesse



1. Une femme devient fertile le jour de ses premières menstruations.

Faux

Une femme peut devenir enceinte 14 jours avant le début de ses premières menstruations puisque l'ovulation se produit 14 jours avant le début du cycle menstruel. Comme la date des premières menstruations est incertaine pour chaque femme, il est alors impossible de prévoir le moment d'ovulation qui les précède.

2. La pilule contraceptive est le meilleur moyen de contraception.

Faux

Chacune de méthodes contraceptives a ses avantages et ses inconvénients et il incombe à chaque femme ou chaque couple de choisir la méthode qui leur convient le mieux. De plus, aucune des méthodes contraceptives n'est efficace à 100%. Cependant, il est possible de réduire les risques de grossesses non planifiées en respectant toutes les étapes d'utilisation de la méthode choisie. L'utilisation d'un condom en combinaison avec une méthode contraceptive, réduit aussi les risques de grossesses non planifiées et protège également de certaines ITSS et du VIH.

3. Le coït interrompu (lors de la pénétration, se retirer avant l'éjaculation) est une bonne façon d'éviter une grossesse.

Faux

Étant donné que les spermatozoïdes se retrouvent dans le sperme de l'homme, mais également dans le liquide pré-éjaculatoire, le coït interrompu n'est pas une bonne méthode contraceptive. Il est donc possible de devenir enceinte même si l'homme se retire avant d'éjaculer puisque les spermatozoïdes contenus dans le liquide pré-éjaculatoire peuvent féconder l'ovule de la femme. Cette méthode est d'autant plus risquée que certains hommes peuvent avoir de la difficulté à reconnaître le moment où ils vont éjaculer et il est parfois trop tard pour se retirer de l'intérieur du vagin. De plus, certaines ITSS peuvent aussi se retrouver dans le liquide pré-éjaculatoire. Il y a donc un risque d'infecter le partenaire même s'il n'y a pas d'éjaculation.

4. Il est impossible de devenir enceinte en pratiquant le sexe oral (bouche sur les organes génitaux).

Vrai

La seule façon qu'une femme peut devenir enceinte est lorsque les spermatozoïdes de l'homme vont féconder l'ovule de la femme. Cela se produit généralement lors de la pénétration du pénis de l'homme dans le vagin de la femme ou à l'aide de l'insémination artificielle, qui est une procédure médicale. Les spermatozoïdes se retrouvent dans le sperme de l'homme, mais également dans le liquide pré-éjaculatoire. Généralement, au moment de l'ovulation, un des deux ovaires de la femme libère un ovule qui se dirige vers les trompes de Fallope en attendant d'être fécondé. Les trompes de Fallope s'étendent de l'utérus vers les ovaires. Ainsi, le sexe oral ne présente donc aucun risque pour la grossesse puisque les spermatozoïdes n'ont aucun accès possible à l'ovule en passant par la bouche. Cependant, le sexe oral peut comporter plusieurs risques quant aux ITSS s'il est pratiqué sans protection (condom ou digue dentaire).

5. Un garçon est obligé par la loi d'assumer ses responsabilités parentales si la fille décide de poursuivre sa grossesse et de le reconnaître comme le père de l'enfant.

Vrai

Le véritable pouvoir d'action des garçons se situe en prévention des grossesses non désirées. Si une fille devient enceinte, il est conseillé que les deux partenaires puissent partager leurs désirs quant aux issues de grossesse possibles (devenir parents, interruption volontaire de grossesse ou donner l'enfant en adoption). Cependant, si les deux partenaires n'en viennent pas à une décision commune, c'est à la femme que revient la décision finale. Si celle-ci souhaite avoir recours à une interruption volontaire de grossesse et que le garçon aurait souhaité devenir père, la fille a la décision finale. À l'inverse, si elle souhaite garder l'enfant même si le garçon refuse, elle est en droit de le faire. Si elle inscrit le nom du garçon comme étant le père de l'enfant, celui-ci aura automatiquement tous les droits et les responsabilités parentales qui en découlent. Cependant, si elle refuse de reconnaître le garçon comme étant le père de l'enfant et que le garçon souhaite être reconnu comme tel, celui-ci peut faire des démarches (test sanguin) pour prouver sa paternité et pouvoir assumer ses responsabilités parentales.

6. La contraception ce n'est pas une affaire qui concerne les garçons.

Faux

Les garçons doivent, tout comme les filles, être informés au sujet de la contraception. Ils peuvent questionner les filles sur les méthodes qu'elles utilisent et la façon dont elles le font pour s'assurer qu'ils sont tous les deux protégés contre une grossesse non planifiée. Le seul réel pouvoir d'action des garçons dans la grossesse est en prévention des grossesses non désirées. Si le garçon doute de l'efficacité des méthodes choisies ou de l'utilisation adéquate de celles-ci, il peut en discuter avec sa partenaire pour trouver des solutions, il peut s'abstenir d'avoir des relations sexuelles ou il peut également suggérer l'utilisation du condom afin d'augmenter la protection.

7. L'interruption volontaire de grossesse (avortement) cause l'infertilité chez les femmes.

FAUX

Les femmes qui ont recours à l'interruption volontaire de grossesse ont autant de chances que les autres femmes d'avoir un enfant en santé lorsqu'elles le désireront. Les conséquences sur la fertilité peuvent survenir, seulement dans de très rares cas, suite à des complications sérieuses en lien avec l'interruption volontaire de grossesse. De plus, il n'existe aucune preuve médicale reliant l'avortement, qui est une procédure sûre et légale au Québec, à d'autres maladies ou affections.

8. Il existe une pilule qu'une femme peut prendre suite à une relation sexuelle non protégée pour diminuer les risque de devenir enceinte.

VRAI

En effet, cette pilule est une contraception orale d'urgence (COU), communément appelée la « pilule du lendemain ». Elle doit être prise dans les 5 jours suivant la relation non protégée. Cependant, plus elle sera prise tôt après le comportement à risque et plus son taux d'efficacité sera élevé. Les filles peuvent se procurer cette contraception orale d'urgence auprès de l'infirmière scolaire, dans les CSSS, les hôpitaux, les pharmacies et les cliniques externes. Elle peut être donnée à une adolescente âgée de 14 ans et plus en toute confidentialité. Pour les jeunes filles âgées de moins de 14 ans, une autorisation parentale sera exigée.

9. Boire une consommation alcoolisée par semaine pendant la grossesse ne cause aucun dommage au fœtus.

FAUX

Il n'existe pas d'études concluantes concernant le nombre de consommations alcoolisées « permises » pendant la grossesse avant de causer de graves dommages au fœtus (ex : troubles liés au syndrome d'alcoolisme fœtal). Le type de consommation alcoolisée (bière, vin, spiritueux, etc.) n'a pas non plus d'influence sur les conséquences possibles pour le bébé. Il est donc recommandé de cesser toute consommation d'alcool pendant toute la durée de la grossesse pour maximiser le bon développement du bébé.

10. Oublier de prendre une ou des pilules contraceptives, une fois de temps en temps, n'a pas de conséquences.

FAUX

La prise de contraceptifs oraux est une méthode efficace à 99,7% seulement lorsqu'elle est prise de façon quotidienne et à des heures régulières. Dès que les pilules sont prises de façon irrégulière, tel qu'un oubli ou lorsque la fille régurgite son contraceptif, l'efficacité de cette méthode contraceptive peut diminuer. Dès que ce genre de situation se produit, il est conseillé de lire attentivement les recommandations liées à notre contraceptif et de les respecter. Ces recommandations se retrouvent généralement dans le boîtier du contraceptif ou sur Internet. L'utilisation d'un autre moyen de protection, tel que le condom, est également recommandée afin d'éviter une grossesse non planifiée.



Mythes et réalités sur les ITSS



OBJECTIFS :

Approfondir les connaissances sur les ITSS et les tests de dépistage;
Différencier les mythes des réalités concernant les ITSS;
Différencier les mythes des réalités concernant les tests de dépistage.



DURÉE : 50 minutes



MATÉRIEL : Crayons et feuilles supports : *Mythes et réalités sur les ITSS* et *Réponses aux mythes et réalités sur les ITSS*.



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant invite les élèves à se choisir un co-équipier. Il présente l'activité sur les infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) et il distribue la feuille support : *Mythe et réalités sur les ITSS* à chaque équipe. Les élèves devront identifier, en équipe, si chacun des énoncés de cette feuille correspond à un mythe ou à une réalité. Une fois l'exercice complété, l'enseignant reprend les 15 énoncés et demande aux élèves leurs réponses. Il encourage les jeunes à fournir quelques explications en lien avec leurs réponses. Les feuilles supports : *Réponses aux mythes et réalités sur les ITSS* peuvent être utilisées afin d'offrir un complément d'information aux élèves.



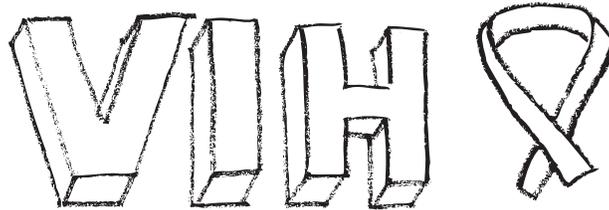
CONCLUSION :

L'enseignant conclut l'activité en demandant aux élèves ce qu'ils ont appris ou ce qui les surprend par rapport à ces énoncés. Il rassure les élèves sur le fait qu'il est normal de ne pas tout savoir sur les ITSS, mais que l'important est de chercher des réponses quand on se pose des questions. Il rappelle que l'infirmière scolaire ou un autre professionnel peut être disponible pour eux à l'école. L'enseignant peut se référer au bottin de ressources du Guide pédagogique Le BOSS au besoin.

Mythes et réalités sur les infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS)

Énoncés sur les ITSS	Mythe	Réalité
1. Il y a un risque de transmission des ITSS ou du VIH en pratiquant le sexe oral (cunnilingus, fellation, anilingus).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. On ne peut pas attraper plus d'une ITSS à la fois.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Je peux avoir une ITSS même si je n'ai pas de symptômes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Je peux transmettre une ITSS même en l'absence de symptômes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Ce n'est pas grave d'attraper une ITSS, une petite pilule et c'est réglé.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Il est possible de contracter certaines ITSS malgré l'utilisation du condom pendant une activité sexuelle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Le VIH-sida se guérit maintenant avec la médication.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. C'est à partir de l'âge de 15 ans, qu'un jeune peut passer un test de dépistage sans que ses parents soient avisés.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. J'ai déjà eu une gonorrhée, je suis donc immunisé contre cette infection.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Les ITSS sont en hausse au Québec chez les jeunes âgés de 15 à 24 ans.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Comme j'ai toujours eu des relations sexuelles avec des filles qui étaient vierges, je n'ai pas besoin d'utiliser le condom.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. La chlamydia peut causer l'infertilité si elle n'est pas traitée.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Ma blonde a reçu le vaccin contre le VPH (condylomes), on peut donc cesser d'utiliser le préservatif.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Les tests de dépistage des ITSS et du VIH-sida nécessitent tous un prélèvement par frottis dans l'urètre de l'homme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Mon chum se retire toujours avant d'éjaculer, je suis donc protégé contre les ITSS.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Réponses aux mythes et réalités sur les ITSS



1. Il y a un risque de transmission des ITSS ou du VIH en pratiquant le sexe oral (cunnilingus, fellation, anilingus).

RÉALITÉ

Il y a effectivement un risque d'être infecté ou de transmettre des ITSS ou le VIH en pratiquant le sexe oral. Certaines ITSS sont à risques élevés tandis que d'autres ne présentent que de faibles risques d'infection. (Voir le tableau des ITSS dans le Guide pédagogique Le BOSS). Le condom ou la digue dentaire demeurent un des moyens de protection les plus efficaces.

2. On ne peut pas attraper plus d'une ITSS à la fois.

MYTHE

Il est possible d'attraper plus d'une ITSS à la fois. Une ITSS non traitée peut devenir une porte d'entrée pour une autre ITSS ou le VIH-sida, surtout s'il y a présence de lésions. Si le système immunitaire d'une personne est affaibli par le VIH par exemple, celle-ci peut devenir alors plus susceptible d'attraper d'autres ITSS.

3. Je peux avoir une ITSS même si je n'ai pas de symptômes.

RÉALITÉ

Plusieurs ITSS peuvent être asymptomatiques, c'est-à-dire qu'elles ne présentent pas de symptômes. (Voir le tableau des ITSS dans le Guide pédagogique Le BOSS). Il peut également arriver qu'une personne infectée ait des symptômes, mais qu'elle n'en ait pas conscience en raison de leur emplacement sur le corps (anus, col de l'utérus, etc.) ou qu'elle croit que ces symptômes soient reliés à un autre virus comme la grippe par exemple. La seule façon de savoir si on est atteint ou non d'une ITSS ou du VIH-sida est de passer un test de dépistage.

4. Je peux transmettre une ITSS même en l'absence de symptômes.

RÉALITÉ

En effet, une personne peut transmettre ou être infectée par une ITSS ou le VIH-sida même en l'absence de symptômes. Ce n'est pas parce que les symptômes sont absents, que l'infection n'est pas présente dans le corps. Même pour ce qui est de l'herpès, une personne est contagieuse 24 heures avant l'apparition des lésions (feux sauvages ou plaies au niveau des muqueuses : bouche, anus, organes génitaux, yeux, etc.).

5. Ce n'est pas grave d'attraper une ITSS, une petite pilule et c'est réglé.

MYTHE

Il est vrai que certaines ITSS peuvent se traiter à l'aide d'une médication, mais ce n'est pas le cas de toutes les ITSS et du VIH-sida. En effet, il n'existe aucun traitement pour guérir du virus du VIH, du VPH ou de l'herpès. De plus, pour l'hépatite C, certains individus ne parviennent pas à se guérir malgré une médication et deviennent des porteurs chroniques de l'infection. Il peut être très pénible d'attraper des ITSS, surtout si la personne n'est pas au courant ou ne se fait pas traiter, puisqu'elles peuvent entraîner de graves conséquences physiques, psychologiques, sociales et économiques, voire même, entraîner la mort.

6. Il est possible de contracter certaines ITSS malgré l'utilisation du condom pendant une activité sexuelle.

RÉALITÉ

Le condom demeure un des moyens les plus efficaces de se protéger lorsqu'on est actif sexuellement. Cependant, lorsqu'une ITSS se retrouve à un endroit qui n'est pas couvert par le condom, il y a un risque d'infection. Par exemple, si un homme présente des lésions causées par l'herpès ou le VPH au niveau des testicules, il y a un risque de transmission puisque cette région n'est pas protégée par le condom. De plus, une mauvaise utilisation du condom peut entraîner un bris de celui-ci et placer les partenaires sexuels à risque d'être infectés par une ITSS ou le VIH-sida. L'abstinence ou les pratiques sexuelles sans risque comme la masturbation, les massages, les caresses, etc., sont les moyens de protection les plus sûrs.

7. Le VIH-sida se guérit maintenant avec la médication.

MYTHE

Il n'existe aucune médication pouvant guérir le virus du VIH-sida comme il n'existe pas non plus de vaccin pouvant prévenir cette infection. La trithérapie, qui est une combinaison de médicaments pris quotidiennement et sans interruption, permet de ralentir la progression du virus et prolonger la vie des personnes infectées. Encore aujourd'hui, les gens décèdent des maladies occasionnées par le virus du VIH-sida.

8. C'est à partir de l'âge de 15 ans, qu'un jeune peut passer un test de dépistage sans que ses parents soient avisés.

MYTHE

Au Québec, les personnes mineures âgées de 14 ans et plus peuvent recevoir un test de dépistage sans que leurs parents en soient informés tout comme elles peuvent se faire prescrire un contraceptif ou recevoir un contraceptif oral d'urgence (la pilule du lendemain) sans que leurs parents le sachent. Pour les jeunes de moins de 14 ans, un consentement des parents ou du tuteur légal leur permet de passer un test de dépistage ou de recevoir un contraceptif.

9. J'ai déjà eu une gonorrhée, je suis donc immunisé contre cette infection.

MYTHE

La gonorrhée peut s'attraper à nouveau immédiatement après le traitement. Il est donc très important que vos partenaires sexuels passent également un test de dépistage et qu'ils soient traités au besoin pour éviter une réinfection. Comme c'est le cas pour d'autres infections, une ITSS peut provenir de plusieurs souches et une personne peut être infectée par plus d'une souche à la fois.

10. Les ITSS sont en hausse chez les jeunes âgés de 15 à 24 ans.

RÉALITÉ

En effet, le Québec connaît actuellement une recrudescence des ITSS. En 2010, les jeunes âgés de 15 à 24 ans représentaient 66% des nouvelles infections de chlamydia, 43% des nouvelles infections de gonorrhée. Les jeunes hommes de 15 à 24 ans sont également touchés par une hausse d'infection de la syphilis (Gouvernement du Québec, 2011).

11. Comme j'ai toujours eu des relations sexuelles avec des filles qui étaient vierges, je n'ai pas besoin d'utiliser le condom.

MYTHE

La virginité se caractérise souvent par l'absence de pénétration vaginale. Toutefois, plusieurs pratiques sexuelles peuvent transmettre des ITSS comme le sexe oral, la pénétration anale et même le baiser (Herpès). Certaines ITSS se transmettent par contact direct avec la région infectée et ne nécessitent pas de transmission par voie vaginale. De plus, une personne peut être porteuse d'une ITSS ou du VIH-sida dès la naissance puisqu'il y a possibilité de transmission lors de la grossesse, l'accouchement ou par le lait maternel (VIH). Les individus qui consomment des drogues par injection ou inhalation et qui partagent leur matériel souillé peuvent transmettre ou être infectés par une ITSS ou le VIH-sida sans même être actifs sexuellement. Une personne peut également être infectée d'une ITSS ou VIH-sida suite à un tatouage ou un perçage avec du matériel non stérile. Ce n'est donc pas parce qu'une personne se définit comme étant vierge qu'elle est nécessairement protégée contre les ITSS et le VIH-sida.

12. La chlamydia peut causer l'infertilité si elle n'est pas traitée.

RÉALITÉ

Autant chez l'homme que chez la femme, une chlamydia non traitée peut entraîner une infertilité et plusieurs autres complications telles que des douleurs pelviennes chroniques, des difficultés reliées à la procréation, à la grossesse ou à l'accouchement ou des problèmes inflammatoires de la prostate ou des testicules. La chlamydia peut même être transmise de la maman au nouveau-né lors de l'accouchement, entraînant chez le poupon un risque d'infection pulmonaire, oculaire ou une pneumonie.

13. Ma blonde a reçu le vaccin contre le VPH (condylomes), on peut donc cesser d'utiliser le préservatif.

MYTHE

Le vaccin contre le VPH ne prévient que de quelques souches de VPH et n'offre aucune protection pour toutes les autres ITSS et le VIH-sida. Avant de cesser l'utilisation du condom, il est d'abord recommandé que les partenaires passent chacun un test de dépistage et qu'ils prévoient un moyen contraceptif afin d'éviter des grossesses non planifiées.

14. Les tests de dépistage des ITSS et du VIH-sida nécessitent tous un prélèvement à l'aide d'un coton-tige dans l'urètre de l'homme.

MYTHE

Les types de prélèvement varient selon les ITSS à dépister. Certaines ITSS nécessitent une prise de sang ou des prélèvements au niveau des muqueuses qui auraient pu être infectées à l'aide d'un coton-tige (gorge, anus, urètre). Maintenant, plusieurs endroits dont le MIELS-Québec et les cliniques SIDEP du CSSS remplacent les prélèvements dans l'urètre par un test d'urine, ce qui peut être beaucoup moins inconfortable pour les hommes.

15. Mon chum se retire toujours avant d'éjaculer, je suis donc protégé contre les ITSS.

MYTHE

Une personne peut être infectée ou transmettre une ITSS ou le VIH-sida même en l'absence d'éjaculation. Plusieurs ITSS peuvent se retrouver sur la peau, à l'intérieur de l'urètre du pénis ou dans le liquide pré-éjaculatoire qui survient inmanquablement lorsque le pénis est en érection. De plus, le liquide pré-éjaculatoire peut également contenir des spermatozoïdes qui peuvent entraîner une grossesse lors d'une pénétration vaginale. Pour éviter les ITSS, le VIH-sida et une grossesse non planifiée, il est préférable d'utiliser un condom, et ce, dès le début des activités sexuelles.

Test de résistance des condoms



OBJECTIFS :

- Connaître les étapes d'une bonne utilisation du condom;
- Augmenter le degré de confiance des jeunes envers les condoms;
- Se familiariser avec la texture, l'odeur et la manipulation des condoms;
- Se familiariser avec les lubrifiants adéquats à utiliser avec des condoms;
- Démontrer la résistance et la grandeur des condoms.



DURÉE : 60 minutes



MATÉRIEL : Feuille support : *Étape d'utilisation du condom*, des condoms, au moins un lubrifiant à base d'eau ou de silicone et plusieurs lubrifiants à base de corps gras (nourriture : huile végétale, crème fouettée, nutella, miel, margarine, etc., « gloss » pour les lèvres, huile à massage, crème pour le corps, etc.), lunette de protection, vêtement de protection (sarraus, vieux vêtements ou grands sacs de poubelle troués au niveau de la tête et des bras pour chaque jeunes afin d'éviter qu'ils se salissent), feuilles blanches, crayons, chronomètre. **Attention :** L'activité peut être salissante, prévoir un espace adéquat et du matériel pour nettoyer.



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant présente le condom aux élèves comme étant le meilleur moyen de se protéger des ITSS et du VIH. Avec l'aide des jeunes, il rappelle les étapes d'utilisation du condom. Il ajoute que, pour assurer son efficacité, le condom doit être utilisé avec un lubrifiant adéquat, c'est-à-dire à base d'eau ou de silicone, pour éviter que sa membrane ne se brise. L'enseignant invite ensuite les jeunes à faire une expérience avec les condoms dans le but de tester leur résistance. Il leur demande de se placer en équipe de deux ou trois et il leur distribue un condom et une sorte de lubrifiant par équipe. Un membre de l'équipe devra gonfler le condom, y faire un nœud et le tenir à bout de bras par le nœud. Un second équipier devra prendre un lubrifiant et frotter le condom jusqu'à ce qu'il éclate. Le troisième jeune sera désigné comme secrétaire pour prendre en note les statistiques (la sorte de condom, la sorte de lubrifiant, les dates d'expiration, la durée avant que le condom éclate). Une fois que toutes les équipes auront terminé leur expérience, l'enseignant demandera aux secrétaires des équipes de présenter et comparer les résultats obtenus selon les types de lubrifiants. La classe devra en tirer des conclusions.

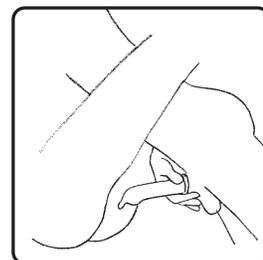
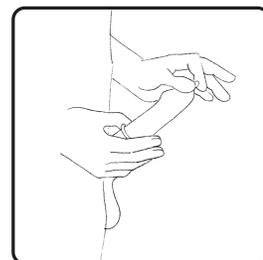
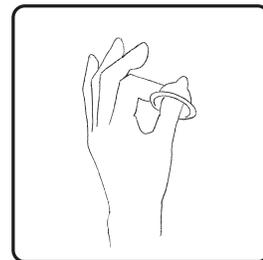
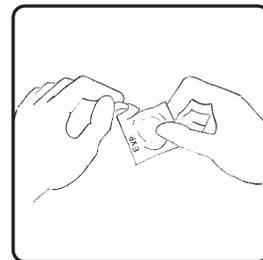


CONCLUSION :

L'enseignant fera un retour sur l'activité en expliquant que la membrane du condom est fragile et qu'il est essentiel d'utiliser du lubrifiant à base d'eau ou de silicone pour diminuer les risques de bris pendant les relations sexuelles. De plus, les corps gras peuvent venir causer des irritations au moment de la pénétration. L'enseignant conclura l'activité en précisant que mettre deux condoms, dans le but de se protéger doublement, est plus risqué en termes de bris que d'en mettre un seul. Il expliquera le concept de la double protection, qui consiste en l'utilisation du condom **et** l'utilisation d'un moyen de contraception.

Étapes d'utilisation du condom

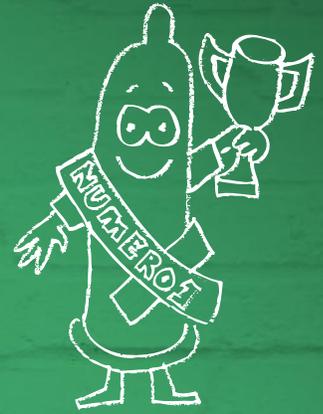
1. Vérifier la date d'expiration;
2. Déchirer l'emballage délicatement (faire attention aux ongles, aux bijoux et éviter d'ouvrir l'enveloppe avec les dents);
3. Vérifier le sens du déroulement du condom;
4. Appliquer du lubrifiant à base d'eau ou de silicone à l'intérieur du condom pour bien le lubrifier. Une à deux gouttes suffiront, sinon le condom pourrait glisser;
5. Pincer le bout (réservoir du condom) entre vos doigts pour enlever l'air afin de diminuer les risques qu'il éclate;
6. Déposer le condom sur le gland du pénis en érection et le dérouler jusqu'à la base du pénis;
7. Appliquer du lubrifiant à base d'eau ou de silicone à l'extérieur du condom pour faciliter la pénétration et diminuer les risques de bris causés par le frottement;
8. Débuter la pénétration vaginale, anale ou orale;
9. Lorsque la pénétration est terminée, tenir le condom à la base du pénis tout en vous retirant de votre partenaire;
10. Enlever le condom délicatement tout en prenant soin de ne pas déverser son contenu;
11. Faites un nœud dans le condom pour éviter que le sperme ne coule à l'extérieur de celui-ci;
12. Jeter le condom dans une poubelle et non dans une toilette pour éviter des problèmes de plomberie.



Les illustrations proviennent de l'affiche "Le condom", réalisée par la Direction régionale de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale et le comité Organismes communautaires jeunesse (OCJ).



Négocier le condom par écrit



OBJECTIFS :

Apprendre à négocier en faveur du port du condom;
Développer des habiletés de communication en lien avec la sexualité;
Connaître des arguments en faveur du condom;
Se familiariser avec des arguments en défaveur du condom;
Développer son pouvoir d'action en lien avec la sexualité.



DURÉE : 45 minutes



MATÉRIEL : Crayons, feuilles supports : *Raisons pour ne pas mettre un condom... Trouvez une ou des réponses possibles !* et *Réponses en faveur du condom.*



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant invite les jeunes à former des équipes de trois ou quatre personnes. Il distribue à chaque équipe les feuilles support : *Raisons pour ne pas mettre un condom... Trouvez une ou des réponses possibles !* Il demande à chaque équipe de trouver des arguments en faveur du port du condom et de les inscrire sur cette feuille. Une fois que toutes les équipes ont écrit leurs arguments en faveur du condom, l'enseignant les invite à partager leurs réponses avec le reste de la classe.



CONCLUSION :

L'enseignant fait un retour sur les réponses en faveur du condom et encourage les jeunes à ne pas hésiter à utiliser ces arguments pour faire valoir leur point de vue. L'enseignant précise que les jeunes peuvent, à tout moment, refuser d'avoir une relation sexuelle, par exemple, si le ou la partenaire refuse toujours l'utilisation du condom malgré l'argumentation ou pour toutes autres raisons.

Reisons pour ne pas mettre le condom..

Trouvez une ou des réponses possibles!



Arguments en défaveur du condom	Réponses en faveur du condom
<p>Je ne veux pas utiliser le condom, mais ne t'inquiète pas, je vais me retirer avant d'éjaculer.</p>	
<p>Tu n'as pas besoin de mettre un condom, car je prends la pilule.</p>	
<p>Je ne veux pas aller acheter des condoms, car j'ai toujours peur de me faire regarder d'une drôle de façon par la caissière.</p>	

Arguments en défaveur du condom	Réponses en faveur du condom
<p>Je ne veux pas utiliser le condom, car je trouve que ça coupe la spontanéité.</p>	
<p>Pas besoin d'utiliser le condom, je suis « safe ».</p>	
<p>Je ne veux pas utiliser le condom; je t'aime et je te fais confiance... et toi ?</p>	
<p>On n'a pas besoin d'utiliser le condom, car je suis vierge.</p>	

Arguments en défaveur du condom	Réponses en faveur du condom
<p>Je ne veux pas utiliser le condom, car ça me fait perdre mon érection.</p>	
<p>Je ne veux pas utiliser un condom, car ça m'enlève les sensations.</p>	
<p>Je ne peux pas utiliser le condom parce que je suis allergique au latex.</p>	
<p>Je ne veux pas utiliser le condom, car ça me sert le pénis.</p>	

Arguments en défaveur du condom	Réponses en faveur du condom
<p>Je ne veux pas utiliser un condom parce que je ne sais pas comment l'installer.</p>	
<p>Je ne peux pas utiliser de condoms parce que je n'ai pas d'argent pour aller en acheter.</p>	
<p>Je ne veux pas utiliser le condom parce que ça rend la pénétration douloureuse.</p>	
<p>Je ne veux pas utiliser de condoms parce que ce n'est pas nécessaire pour les relations orales.</p>	

Réponses en faveur du condom



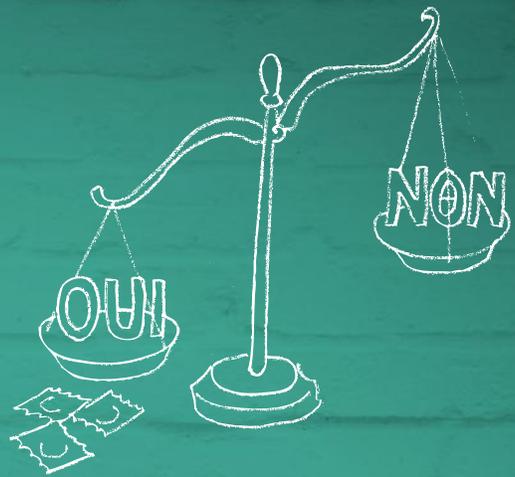
Arguments en défaveur du condom	Réponses en faveur du condom
<p>Je ne veux pas utiliser le condom, mais ne t'inquiète pas, je vais me retirer avant d'éjaculer.</p>	<p><i>Tu es sûr que tu pourras te contrôler? Pas moi...</i></p> <p><i>Les ITSS se retrouvent autant sur les organes génitaux que dans le liquide pré-éjaculatoire, alors c'est prendre un risque.</i></p> <p><i>Le liquide pré-éjaculatoire peut contenir des spermatozoïdes, donc il peut y avoir un risque de grossesse non planifiée.</i></p> <p><i>Avec un condom, tu pourras te laisser aller à ton plaisir sans devoir réfléchir à te retirer avant d'éjaculer.</i></p>
<p>Tu n'as pas besoin de mettre un condom, car je prends la pilule.</p>	<p><i>La pilule protège contre la grossesse, pas contre les ITSS!</i></p> <p><i>Ce sera une double protection pour prévenir la grossesse.</i></p> <p><i>La pilule n'est pas une méthode efficace à 100% pour prévenir une grossesse, surtout si elle n'est pas prise de façon régulière et à une heure fixe.</i></p> <p><i>Pour les garçons, c'est la seule façon de se protéger d'une grossesse non désirée au cas où la fille ne prendrait pas correctement la pilule.</i></p>
<p>Je ne veux pas aller acheter des condoms, car j'ai toujours peur de me faire regarder d'une drôle de façon par la caissière.</p>	<p><i>Acheter des condoms est un comportement très mature, tu devrais en être fier(ère).</i></p> <p><i>Fais-toi accompagner par quelqu'un, tu te sentiras plus à l'aise.</i></p> <p><i>C'est encore plus gênant de dire ou de se faire dire qu'on a une ITSS.</i></p> <p><i>Tu peux t'en procurer auprès de l'infirmière de l'école, du responsable de la maison des jeunes, des amis, des parents, etc.</i></p> <p><i>Demande à ton ou ta partenaire d'aller en acheter avec toi ou pour toi.</i></p>

Arguments en défaveur du condom	Réponses en faveur du condom
<p>Je ne veux pas utiliser le condom, car je trouve que ça coupe la spontanéité.</p>	<p><i>Une ITSS risque aussi d'interrompre votre plaisir et la spontanéité.</i></p> <p><i>Il s'agit d'intégrer le condom avec fantaisies ou humour dans la relation sexuelle.</i></p> <p><i>L'autre partenaire peut l'installer à ta place.</i></p> <p><i>Laisse les condoms à la vue, de cette façon, ils seront à ta disposition le moment venu.</i></p> <p><i>Tu peux ouvrir l'emballage juste avant la relation sexuelle, comme cela, vous pourrez l'utiliser plus rapidement.</i></p>
<p>Pas besoin d'utiliser le condom, je suis « safe ».</p>	<p><i>Les ITSS ne laissent souvent aucun symptôme apparent. Les apparences sont souvent trompeuses.</i></p> <p><i>Plusieurs personnes ont une ITSS sans même le savoir.</i></p> <p><i>La seule façon de savoir si on est «safe», c'est de passer un test de dépistage. J'aimerais voir tes résultats de ces tests.</i></p>
<p>Je ne veux pas utiliser le condom; je t'aime et je te fais confiance... et toi ?</p>	<p><i>Les ITSS ne présentent pas toutes des symptômes, tu peux en avoir une sans le savoir. Ce n'est pas une question de confiance.</i></p> <p><i>Je te fais confiance si tu me démontres du respect en mettant un condom!</i></p> <p><i>C'est justement parce que je t'aime et que je te respecte que je veux qu'on se protège!</i></p>
<p>On n'a pas besoin d'utiliser le condom, car je suis vierge.</p>	<p><i>Il suffit d'une seule relation sexuelle pour attraper une ITSS.</i></p> <p><i>On peut avoir une ITSS sans avoir eu de relations sexuelles (Ex : VIH transmis par la mère pendant la grossesse ou l'allaitement, herpès).</i></p> <p><i>Est-ce que la virginité inclut le sexe oral parce qu'on peut avoir des ITSS en le pratiquant.</i></p> <p><i>Peut-être que tu es vierge, mais moi j'ai peut-être eu d'autres partenaires avant toi, qui eux en ont eu d'autres, etc.</i></p>

Arguments en défaveur du condom	Réponses en faveur du condom
<p>Je ne veux pas utiliser le condom, car ça me fait perdre mon érection.</p>	<p><i>Avec ton ou ta partenaire, faites une mise en situation excitante...</i></p> <p><i>Détends-toi, c'est juste du latex.</i></p> <p><i>Attraper une infection risque encore plus de te faire perdre ton érection.</i></p> <p><i>Ajoute une goutte de lubrifiant à l'intérieur du condom, cela procure une sensation plus naturelle et diminue les risques de déchirures.</i></p> <p><i>Tu peux te pratiquer à mettre un condom pendant la masturbation</i></p>
<p>Je ne veux pas utiliser un condom, car ça m'enlève les sensations.</p>	<p><i>Mets une goutte de lubrifiant à base d'eau à l'intérieur du condom, cela procure une sensation plus naturelle et diminue les risques de déchirures.</i></p> <p><i>Utilise des condoms texturés (nervurés, perlés...) ou ultra-sensibles.</i></p> <p><i>La sensation que procure une ITSS est bien moins agréable.</i></p>
<p>Je ne peux pas utiliser le condom parce que je suis allergique au latex.</p>	<p><i>Il y a des condoms en polyuréthane pour les allergies au latex.</i></p> <p><i>On peut avoir beaucoup de plaisir sans pénétration.</i></p> <p><i>Moi, c'est aux ITSS que je suis allergique!</i></p> <p><i>Parfois, on peut croire être allergique au latex, mais en changeant de sorte de condoms ou de lubrifiant, le problème se règle.</i></p> <p><i>Parfois, on peut croire être allergique au latex, mais en ajoutant du lubrifiant à base d'eau, on se rend compte que l'irritation provenait du frottement.</i></p>
<p>Je ne veux pas utiliser le condom, car ça me sert le pénis.</p>	<p><i>Choisis un condom adapté à ton pénis! Il y a des condoms de grands formats ou avec un embout élargi par exemple.</i></p> <p><i>Ajoute une goutte de lubrifiant à base d'eau à l'intérieur du condom.</i></p> <p><i>Le condom c'est comme une paire de jeans, il faut en essayer plusieurs pour trouver la bonne sorte.</i></p> <p><i>Il est normal que le condom serre un peu le pénis, sinon il glisserait.</i></p>

Arguments en défaveur du condom	Réponses en faveur du condom
<p>Je ne veux pas utiliser un condom parce que je ne sais pas comment l'installer.</p>	<p><i>Regarde les instructions dans la boîte de condoms ou sur des sites Internet fiables (voir bottin de ressources dans le Guide pédagogique Le BOSS).</i></p> <p><i>Demande à ton ou ta partenaire de l'installer.</i></p> <p><i>Pratique-toi à mettre un condom lorsque tu te masturbes.</i></p> <p><i>Demande à un ami ou une personne de confiance pour t'expliquer comment le mettre.</i></p>
<p>Je ne peux pas utiliser de condoms parce que je n'ai pas d'argent pour aller en acheter.</p>	<p><i>Des condoms sont distribués gratuitement par certains services offerts aux jeunes (organismes VIH-sida, infirmière scolaire, clinique de planning des naissances, CSSS, Maison des jeunes, etc.).</i></p> <p><i>Demandes-en en cadeau à tes parents ou à tes amis.</i></p> <p><i>Sépare les coûts avec ton ou ta partenaire.</i></p>
<p>Je ne veux pas utiliser le condom parce que ça rend la pénétration douloureuse.</p>	<p><i>L'ajout d'un lubrifiant à base d'eau ou de silicone facilite la pénétration.</i></p> <p><i>Prendre le temps de s'exciter permet de lubrifier le vagin, ce qui réduit la friction lors de la pénétration vaginale.</i></p> <p><i>Se détendre permet aux muscles du vagin et de l'anus de se relâcher, ce qui diminuera la douleur lors de la pénétration.</i></p> <p><i>C'est peut-être une allergie. Il existe des condoms en polyuréthane pour ceux qui sont allergiques au latex.</i></p>
<p>Je ne veux pas utiliser de condoms parce que ce n'est pas nécessaire pour les relations orales.</p>	<p><i>Plusieurs ITSS se transmettent aussi par les relations orales.</i></p> <p><i>Il existe des condoms à saveur ou non-lubrifiés pour les relations orales.</i></p> <p><i>Tu peux acheter des digues dentaires ou t'en fabriquer en coupant l'extrémité du condom et en le coupant sur la longueur pour en faire un carré de latex pour pratiquer le sexe oral.</i></p>

Négocier le condom sous forme de débat



OBJECTIFS :

- Apprendre à négocier en faveur du port du condom;
- Développer des habiletés de communication en lien avec la sexualité;
- Connaître des arguments en faveur du condom;
- Se familiariser avec différents scénarios de discussions concernant le port du condom;
- Développer son pouvoir d'action en lien avec la sexualité;



DURÉE : 60 minutes



MATÉRIEL : Feuilles supports : *Raisons pour ne pas mettre le condom...* *Trouvez une ou des réponses possibles!* et *Réponses en faveur du condom* de l'activité précédente : Négocier le condom par écrit.



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant sépare la classe en deux équipes. Une équipe doit être en faveur de l'utilisation du condom tandis que la seconde équipe doit être en défaveur. À tour de rôle, l'équipe en défaveur du condom doit nommer une raison pour ne pas utiliser le condom et l'autre équipe doit répliquer en faveur de celui-ci en levant la main. L'enseignant peut compléter ou ajouter un argument en faveur du port du condom ou ajouter un argument contre le condom pour alimenter le débat.



CONCLUSION :

L'enseignant fait un retour sur les raisons énoncées par les jeunes et il les encourage à ne pas hésiter à utiliser les arguments en faveur du condom pour faire valoir leur point de vue. L'enseignant précise que les jeunes peuvent, à tout moment, refuser d'avoir une relation sexuelle, par exemple, si le ou la partenaire refuse toujours l'utilisation du condom malgré l'argumentation ou pour toutes autres raisons.

Publicité sur le condom



OBJECTIFS :

Se sensibiliser à l'importance d'utiliser le condom;
Connaître les bienfaits d'une bonne utilisation du condom;
Développer son pouvoir d'action dans la promotion de la santé sexuelle.



DURÉE : 90 minutes



MATÉRIEL : Ordinateur ou cartons, crayons, magazines à découper, ciseaux, colle, peinture, pinceaux, caméra vidéo, déguisements, accessoires, feuille support : *Suggestions de thèmes pour la publicité du condom.*



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

Les élèves sont invités à créer une publicité sur une affiche, à l'ordinateur ou une annonce publicitaire filmée afin de sensibiliser leurs pairs à l'utilisation du condom. Ils peuvent créer leur publicité en équipe ou de façon individuelle. Les élèves doivent se trouver un slogan et un visuel qui encouragent les jeunes à avoir des comportements sexuels sécuritaires. L'enseignant peut inspirer les élèves à l'aide de la feuille support : *Suggestions de thèmes pour la publicité du condom.*



CONCLUSION :

À la fin de l'activité, les élèves peuvent exposer leur publicité dans la classe ou dans l'école dans le but de faire de la prévention en matière de santé sexuelle. L'enseignant ou les jeunes font un retour sur les différentes publicités pour faire ressortir le message de prévention de chacune.

Suggestions de thèmes pour la publicité du condom



ITSS

Hépatite A, hépatite B, hépatite C, herpès, condylomes (VPH), gonorrhée, chlamydia, syphilis, morpions.

Mode de transmission, symptômes, complications, répercussions sur la santé, comportements à risque, prévention, dépistage, préjugés, etc.

VIH-sida

Le mode de transmission, les symptômes, les stades de l'infection, les complications, les répercussions sur la santé, les comportements à risque, la prévention, le dépistage, la Prophylaxie post-exposition, les préjugés, les impacts sexuels, psychologiques, sociaux, économiques, etc.

Le sécurisexe

La notion de risques, les activités sexuelles qui comportent peu de risques, l'abstinence, le condom, la digue dentaire, etc.

Le condom

La méthode d'utilisation, les différents condoms, l'accessibilité, l'efficacité, les statistiques, la négociation en faveur du condom, la prévention de la grossesse et de certaines ITSS, etc.

La digue dentaire

La méthode d'utilisation, l'accessibilité, l'efficacité, les statistiques, la négociation en faveur de la digue dentaire, la prévention de certaines ITSS, etc.

Grossesse

La fécondation, les différents trimestres, les changements physiologiques, les types d'accouchement, les préjugés, la grossesse à l'adolescence, l'avortement, les fausses couches, les complications possibles liées à la grossesse, le post-partum, l'allaitement, etc.

Orientation sexuelle

L'hétérosexualité, l'homosexualité, la bisexualité, la démystification, les préjugés etc.

Sexualité des adolescents

La puberté, les changements corporels, les changements hormonaux, les changements psychologiques, les statistiques, les premières fois, le désir d'enfant versus le désir sexuel, les craintes des adolescents, leurs connaissances en matière de protection, leurs droits, l'âge de consentement, les préjugés, etc.

Amour

La différence entre amour et amitié, les différents couples, la monogamie, la polygamie, le mariage, l'union de fait, la fidélité, l'âge, les valeurs, la religion, l'intimité, la dépendance affective, etc.

Rédaction ou exposé oral sur le thème de la sexualité



OBJECTIFS :

- Augmenter ses connaissances au sujet de la sexualité;
- Développer des habiletés de communication en lien avec la sexualité;
- Connaître les termes exacts pour parler de la sexualité;
- Développer son aisance à aborder la sexualité.



DURÉE : Plus de 75 minutes



MATÉRIEL : Ordinateur, livres ou articles pour faire une recherche, feuilles, crayons, feuilles supports : *Suggestion de thèmes à aborder selon le sujet choisi.*



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant invite les jeunes à faire une recherche sur un thème de la sexualité pour ensuite faire une rédaction ou un exposé oral sur le sujet. L'enseignant peut aider les jeunes à trouver un sujet qui les intéresse en se basant sur les thèmes proposés dans les feuilles supports : *Suggestion de thèmes à aborder selon le sujet choisi.*

S'il s'agit d'une rédaction, l'enseignant invite les jeunes, s'ils le souhaitent, à la partager avec leurs pairs afin de faire bénéficier les autres de leur recherche.



CONCLUSION :

L'enseignant conclut l'activité en rappelant aux jeunes l'importance de se renseigner sur la sexualité et de chercher des réponses à leurs questions que ce soit en faisant une recherche, en utilisant les ressources disponibles, en demandant à un professionnel ou à une personne de confiance.

Suggestions de thèmes à aborder selon le sujet choisi



ITSS

Hépatite A, hépatite B, hépatite C, herpès, condylomes (VPH), gonorrhée, chlamydia, syphilis, morpions, lymphogranulome vénérien (LGV).

Les modes de transmission, les symptômes, les complications, la prévention, le dépistage, les préjugés, etc.

VIH-sida

Les modes de transmission, les symptômes, les stades de l'infection, les complications, la prévention, le dépistage, la Prophylaxie post-exposition, les préjugés, les impacts sexuels, psychologiques, sociaux, économiques, etc.

Le sécurisexe

La notion de risques, les activités sexuelles qui ne comportent aucun risque, l'abstinence, le condom, la digue dentaire, etc.

Le condom

La méthode d'utilisation, les différents condoms, l'accessibilité, l'efficacité, les statistiques, la négociation en faveur du condom, la prévention de la grossesse et de certaines ITSS, etc.

La digue dentaire

La méthode d'utilisation, l'accessibilité, l'efficacité, les statistiques, la négociation en faveur de la digue dentaire, la prévention de certaines ITSS, etc.

Grossesse

La fécondation, les différents trimestres, les changements physiologique, les types d'accouchement, les préjugés, la grossesse à l'adolescence, l'avortement, les fausses couches, les complications possibles liées à la grossesse, le post-partum, l'allaitement, etc.

Méthode contraceptive

Les différentes sortes, l'efficacité, les hormones, le mode d'emploi, etc.

Menstruation

Le cycle menstruel et d'ovulation, la période de fertilité potentielle, les changements corporels et hormonaux, etc.

Orientation sexuelle

L'hétérosexualité, l'homosexualité, la bisexualité, l'échelle de Kinsey, les difficultés rencontrées, la démystification, les préjugés etc.

Travail du sexe

La légalisation de la prostitution, les types de travail du sexe, les conditions de travail, la clientèle, les préjugés, etc.

Hypersexualisation

L'impact sur les jeunes, la mode, les médias, l'Internet, l'image corporelle, les conséquences, etc.

Masturbation

Les statistiques, les bienfaits, la réponse corporelle, les préjugés, les différences hommes/femmes, etc.

Identité sexuelle

Les transsexuels, les transgenres, la démarche thérapeutique, les chirurgies, la prise d'hormones, les difficultés rencontrées, les préjugés, etc.

Agressions sexuelles

Les types d'agressions sexuelles, les victimes, les agresseurs, les conséquences, les ressources, etc.

Religion et sexualité

Les interdits, ce qui est permis, les valeurs, les préjugés, etc.

Culture et sexualité

Le rite de passage, les valeurs, les interdits, ce qui est permis, les préjugés, etc.

Sexualité des enfants

Le développement sexuel, la découverte de leur corps, les différences entre les garçons et les filles, les préjugés, etc.

Sexualité des adolescents

La puberté, les changements corporels, les changements hormonaux, les changements psychologiques, les statistiques, les premières fois, le désir d'enfant versus le désir sexuel, les craintes des adolescents, leurs connaissances en matière de sexualité, leurs droits, l'âge de consentement, les préjugés etc.



Sexualité des adultes

Les changements corporels, les changements hormonaux, les changements psychologiques, les statistiques, le désir d'enfant versus le désir sexuel, les premières fois, les droits, les préjugés, etc.

Sexualité des personnes âgées

Les changements corporels, les changements hormonaux, les changements psychologiques, les statistiques, la ménopause, l'andropause, les droits, les préjugés, etc.

Stéréotypes sexuels

Les garçons, les filles, les médias, comment on influence ces stéréotypes, les préjugés, etc.

Maladie/handicap et sexualité

L'impact sur la sexualité, les ressources, etc.

Profession de sexologue

Le rôle, les études, la clientèle, les services offerts, les approches sexothérapeutiques, etc.

Le cycle de la réponse sexuelle

L'excitation, le plateau, l'orgasme, la résolution, les bienfaits, etc.

Violence dans les relations amoureuses

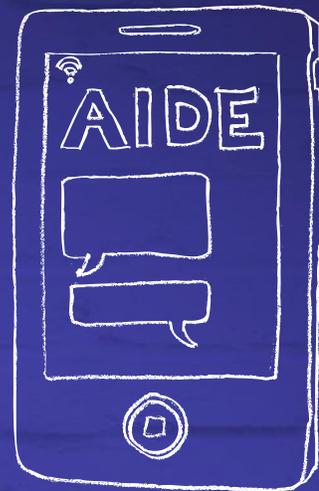
Les types d'agressions sexuelles, le cycle de la violence, les victimes, les agresseurs, les conséquences, les ressources, la jalousie, etc.

Amour

La différence entre amour et amitié, les différents couples, la monogamie, la polygamie, le mariage, l'union de fait, la fidélité, l'âge, les valeurs, la religion, l'intimité, la dépendance affective, etc.

Etc.

Fiches de ressources utiles



OBJECTIFS :

Connaître différents organismes et services offerts en santé sexuelle;
Se familiariser avec une démarche de recherche de services;
Développer son autonomie dans la recherche de ressources d'aide.



DURÉE : 75 minutes



MATÉRIEL : Feuilles supports : *Fiche de ressources utiles*, *fiche du MIELS-Québec* et *Suggestions de thèmes à aborder selon le sujet choisi* de l'activité : Rédaction ou exposé oral sur le thème de la sexualité, ordinateurs pour chaque jeune avec connexion Internet, feuilles, cartable.



CONTENU DE L'ACTIVITÉ :

L'enseignant invite les élèves à faire un bottin commun de ressources utiles sur des thèmes en lien avec la santé sexuelle qu'ils pourront imprimer et laisser en classe pour consultation au besoin. Il présente la feuille support : *Fiche de ressources utiles* vierge et explique aux jeunes les éléments qu'ils devront rechercher sur Internet pour bâtir leur fiche tels que : nom de l'organisme, problématique, description des services, etc. L'enseignant peut montrer l'exemple d'une fiche comme modèle (feuille support : *Fiche de ressources utiles* du MIELS-Québec). L'enseignant peut aider les élèves à trouver une problématique en se référant aux feuilles supports : *Suggestions de thèmes à aborder selon le sujet choisi* de l'activité : Rédaction ou exposé oral sur le thème de la sexualité. Une fois qu'un jeune a trouvé son organisme ou son service, il l'inscrit sur une feuille afin d'éviter qu'un autre jeune utilise le même organisme pour sa recherche.



CONCLUSION :

Une fois les recherches effectuées, les fiches complétées et imprimées, l'enseignant demande aux élèves de présenter les services au reste de la classe. Suite aux présentations, l'enseignant classe les fiches selon les problématiques dans un cartable et il le laisse dans un endroit accessible à la consultation des jeunes. Il encourage les jeunes à venir consulter les différentes fiches ou à s'en faire des copies s'ils ont besoin des services présentés. Il précise qu'il existe une multitude de services offerts pour toutes sortes de problématiques et il encourage les jeunes à refaire des recherches au besoin ou demander de l'aide à un professionnel.

Fiche de ressources utiles



Nom de l'organisme ou du service	
Problématique	
Description du ou des services	
Clientèle	
Numéro de téléphone	
Adresse	
Site Internet	

Fiche du MIELS-Québec



Nom de l'organisme ou du service	MIELS-Québec (Mouvement d'information et d'entraide dans la lutte au VIH-sida à Québec)
Problématique	Santé sexuelle – VIH-sida et autres ITSS
Description du ou des services	<p>Pour les personnes à statut sérologiques inconnus ou séronégatives :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cliniques de dépistage et de vaccination • Activités de prévention pour la communauté gaie <ul style="list-style-type: none"> - Atelier Phénix pour hommes gais ou bisexuels de 18 ans et plus qui souhaitent allier l'érotisme et le sécurisexe. - Du Latex mur à mur pour rendre accessibles et gratuits les condoms et l'information sur la santé sexuelle dans les commerces gais de la région de Québec. - Prisme (programme de référence, d'information et de soutien entre pairs en lien avec l'orientation sexuelle). Pour hommes de 25 ans et plus. • Activités de prévention pour la clientèle jeunesse <ul style="list-style-type: none"> - Brigade caoutchouc : formation de pairs aidants pour la promotion de la santé sexuelle dans les milieux scolaires et les maisons des jeunes. - Atelier VIH-101 et témoignages de personnes vivant avec le VIH • Ligne téléphonique SIDA-AIDE • Intervention de milieux • Formations sur la santé sexuelle <p>Pour les personnes séropositives :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soutien psychosocial • Aide matérielle et financière • Programmes alimentaires • Vie communautaire, groupes de pairs • Ligne téléphonique SIDA-AIDE • Hébergement Marc-Simon
Clientèle	Population en général. Services offerts aux personnes vivant avec le VIH-sida, mais aussi aux personnes séronégatives, aux proches, aux milieux de travail, etc.
Numéro de téléphone	418-649-1720 • Ligne SIDA-AIDE : 418-649-0788
Adresse	625 avenue Chouinard, Québec, G1S 3E3
Site Internet	www.miels.org