

# La sexualité à l'adolescence



## L'essentiel



Matinée de conférence Res ado

La chapelle Blanche Saint-Martin juin 2025

## Contexte

La santé sexuelle fait partie intégrante de la santé et du bien-être, mais aussi de la qualité de vie dans son ensemble, c'est pourquoi il est essentiel de permettre à toutes et tous :

l'accès à une information de bonne qualité ;

- ♦ l'apport de connaissances sur les risques et notamment en cas de relations non ou mal protégées ;
- ♦ l'accès aux soins de santé sexuelle ;
- ♦ la possibilité de vivre dans un environnement qui affirme et promeut la santé sexuelle.

La santé sexuelle et relationnelle se construit dès le plus jeune âge et tout au long de la vie elle est appuyée par le développement des compétences psychosociales.

La dernière enquête Contexte des sexualités en France a révélé une entrée dans la sexualité plus tardive, une parole plus libre, des rapports un peu moins bien protégés ou encore des violences numériques.

La sexualité des jeunes évolue et la prévention est plus que jamais nécessaire.

**Stratégie nationale de santé sexuelle. Agenda 2017-2030.** Ministère des affaires sociales et de la santé. 2017, 74 p. [En ligne](#)



### Force de FRAPS n°7 2021

**Santé sexuelle :**

**Développer nos savoirs pour agir.**

FRAPS IREPS Centre-Val de Loire, Septembre 2021.

Un numéro de Force de FRAPS qui visite les différents âges de la sexualité et tente de lutter contre les préjugés liés à l'âge en matière de sexualité.

A télécharger à cette adresse : [https://frapscentre.org/wp-content/uploads/2021/10/F2F7\\_Sante\\_Sexuelle.pdf](https://frapscentre.org/wp-content/uploads/2021/10/F2F7_Sante_Sexuelle.pdf)

**PS Concepts : La Santé Sexuelle. A retrouver en ligne**

<https://www.youtube.com/watch?v=1feDzFPB-R8>

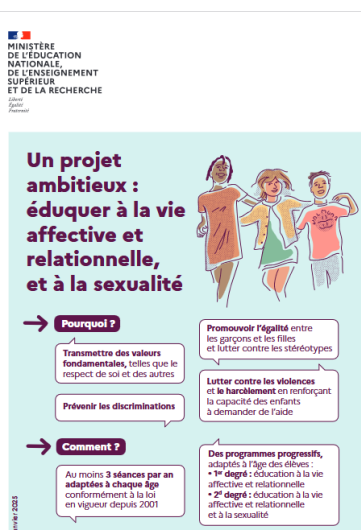


**Premiers résultats de l'enquête Contexte des Sexualités en France-2023.** Inserm, novembre 2024. En ligne <https://ansr.fr/wp-content/uploads/2024/11/rapport-enquete-sexualite.pdf>



Série de Podcast sur l'enquête CSF. France culture.fr et appli Radio France

## Santé sexuelle des jeunes et éducation à la sexualité



« Une information et une éducation à la sexualité sont dispensées dans les écoles, les collèges et les lycées à raison d'au moins trois séances annuelles et par groupes d'âge homogène »

(article L. 312-16 du Code de l'éducation). Créée par la loi n° 2001-588 du 4 juillet 2001, l'éducation à la sexualité se déploie de manière progressive de l'école maternelle jusqu'aux classes du lycée, à travers une approche globale, positive et bienveillante : elle prend la forme d'une éducation à la vie affective et relationnelle à l'école primaire et d'une éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité au collège et au lycée. Elle associe trois champs de connaissances et de compétences : le champ biologique, le champ psycho-émotionnel et le champ juridique et social. L'éducation à la sexualité s'inscrit dans la politique éducative, sociale et de santé en faveur des élèves et dans le parcours éducatif de santé, qui vise à développer le pouvoir d'agir des enfants et des adolescents ainsi que des habitudes favorables

à la santé et au bien-être. [extrait du programme d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité

Disponible en ligne : <https://www.education.gouv.fr/media/199595/download>

# Programmes et actions en santé sexuelle

## Genre et Santé Sexuelle , Le Planning Familial



Le programme genre et santé sexuelle se structure autour de 4 actions :

- les groupes de parole,
- les formations de personnes ressources/relais
- les formations de professionnel·les
- les sensibilisations.

Ces espaces collectifs de discussion et de formation permettent d'aborder toutes les questions de santé sexuelle avec des animateur·ices formé·es à l'écoute.

## As de cœur (anciennement Sortir Ensemble & Se Respecter)



Programme de prévention des violences dans les relations amoureuses qui s'adresse aux jeunes de 13 à 25 ans. Il mobilise différentes stratégies d'intervention en éducation pour la santé (notamment le développement des compétences psychosociales) et est centré sur les relations amoureuses (avec des applications possibles dans les relations interpersonnelles).

As de cœur est un programme probant, déployé en Suisse, qui a connu de nombreuses évaluations robustes (voir Bize et al., 2020). Initialement As de cœur est proposé en 9 séances hebdomadaires d'1h15, en petit groupe (environ 15 jeunes), par deux animateurs formés, idéalement un homme et une femme. Néanmoins, des adaptations sont possibles.

Il a été expérimenté en région Centre-Val de Loire (CVDL) de 2021 à 2023.

## La Ronde des Lucioles

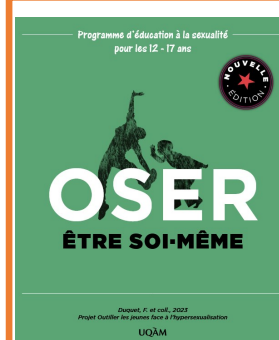


### "La Ronde des Lucioles", IREPS Pays de la Loire

Ce programme est destiné à prévenir les violences sexuelles auprès des jeunes enfants de 4 à 8 ans et plus.

Il propose un parcours pour renforcer les compétences psychosociales des enfants, en y intégrant les dimensions sur la promotion des relations égalitaires entre les genres, sur le respect de l'intimité, sur l'approche corporelle et notamment savoir nommer les parties intimes, sur le repérage des adultes de confiance, sur l'affirmation de soi et l'apprentissage du "non" dans des objectifs de prévention des violences sexuelles.

[Consultable en ligne](#)



**Oser être soi-même.** Trois rivières : Université du Québec, 2023 , 806 p. Consultable en ligne

Outils didactiques en éducation à la sexualité pour contrer l'hypersexualisation et la sexualisation précoce auprès des jeunes de 12 à 17 ans : Projet Outiller les jeunes face à l'hypersexualisation

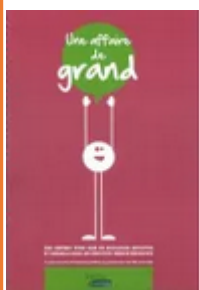
## Le PRODAS ou PROgramme de Développement Affectif et Social



Un programme québécois de prévention précoce qui vise à favoriser le bien-être et prévenir les violences en développant les compétences psychosociales.

Site : <https://www.prodass.fr/>

## Une Affaire de grand : Des repères pour agir en éducation affective et sexuelle dans les Instituts Médico-Educatifs . Nantes Promotion santé Pays de la Loire , 2011.



Résumé: Ce programme a été conçu à partir d'actions développées pendant cinq années dans des IME de Vendée. Il propose des repères et donne des exemples concrets aux professionnels qui désirent mettre en place des actions collectives d'éducation à la vie affective et sexuelle auprès de jeunes déficients intellectuels. Les séances abordent : la relation à l'autre et la gestion des conflits ; l'hygiène et le bien-être corporel ; la connaissance du corps ; le respect de l'intimité ; les bébés : de la conception à la naissance.

**Empruntable à la FRAPS**

# CAPSule Santé sexuelle

CAPSule santé est un classeur d'activités en promotion de la santé qui a pour objectif de permettre le développement des compétences psychosociales (CPS) des jeunes de 7 à 12 ans tout en leur apportant des connaissances et compétences sur 6 thématiques importantes de santé publique, dont la santé sexuelle.

Les fiches d'activités de "CAPSule – Santé sexuelle" permettent de mettre en place une démarche éducative de santé basée sur les recommandations de prévention, d'éducation et promotion de la santé.



Elles sont divisées en 3 chapitres qui permettent de travailler les différentes CPS et d'organiser une progression dans les séances :

- "C'est quoi la santé sexuelle ?"
- "La santé sexuelle et moi"
- "La santé sexuelle, moi et les autres"

Téléchargeable en ligne : <https://frapscentre.org/outil-capsule/#1717162431122-9cf67a79-1261>

# Outils d'intervention en EPS

## Outillons-nous pour : Vie affective et sexuelle : Ressources pour comprendre et supports pour intervenir.

FRAPS Centre-Val de Loire (Tours, FRANCE), Tours [FRANCE] : FRAPS IREPS Centre-Val de Loire, 2021, 168 p. Ce guide de ressources sur la santé sexuelle vous propose à la fois pour animer votre action, des supports méthodologiques et des outils d'intervention liés à la thématique. ce catalogue qui est aussi un guide, propose des outils d'intervention à destination de la jeunesse. En ligne : [https://fraps.centredoc.fr/index.php?lvl=notice\\_display&id=5638](https://fraps.centredoc.fr/index.php?lvl=notice_display&id=5638)



## Catalogue outils : Le porno : un incontournable dans la sexualité des jeunes ?

Tours : FRAPS IREPS Centre-Val de Loire, Fev 2021, 62 p. Un catalogue de ressources méthodologiques et d'outils pour préparer et mener vos interventions est intégré à ce vademecum qui s'intéresse à la place de la pornographie dans notre société, particulièrement par rapport aux adolescents et jeunes adultes (11 à 25 ans environ), à la façon dont ils y ont accès et l'impact sur leur sexualité. En ligne : [https://fraps.centredoc.fr/index.php?lvl=notice\\_display&id=5444](https://fraps.centredoc.fr/index.php?lvl=notice_display&id=5444)



# Des outils pour intervenir

Disponible sur



## Interroger les représentations

### Sang tabou. Changeons les règles

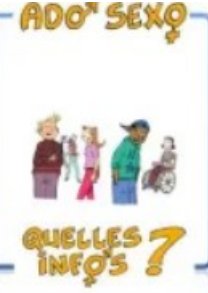
Les petits débrouillards, Planning familial 13, Coeur de Cagoles, 2024



Ce kit pédagogique permet de sensibiliser les jeunes sur l'hygiène menstruelle. Il propose différentes activités ludiques pour aborder le cycle des règles ainsi que les différentes protections, dont un atelier de confection de serviettes lavables.

### Ado sexo. Quelles infos ?

Clermont-Ferrand : Ireps Auvergne-Rhône-Alpes, délégation du Puy-de-Dôme, 2023



Cet outil de positionnement permet de faciliter le dialogue entre adolescents, et entre adultes et adolescents ; confronter des idées et des points de vue ; transmettre des informations sur différents aspects de la santé

sexuelle.

## Travailler les connaissances

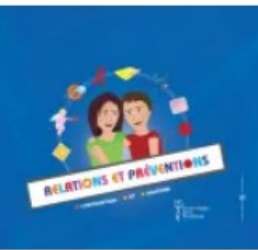
### C'est pas tabou : Sexploration.



Vimont Claire, Paris : Topla. Le jeu permet de découvrir de nouveaux mots sur le thème de la sexualité, répartis en 5 catégories : orientations & identités, prévention & protection, plaisir & sentiments, pratiques sexuelles, anatomie.

### Relations et préventions

Pintas, Catherine, Gynécologie sans frontière, 2017.



L'outil permet d'aborder trois thèmes de santé : la contraception, les infections sexuellement transmissibles, les relations filles garçons et vise à corriger certaines idées fausses, à faire découvrir les différents moyens contraceptifs, à sensibiliser au dépistage des infections sexuellement transmissibles (IST) et à développer des stratégies de pré-

vention efficaces.

## Tendre vers l'empowerment

### Santé sexuelle et lutte contre les discriminations.

Paris : Centre Régional d'Information et de Prévention du Sida d'Ile-de-France (CRIPS), 2021, 36 p. Ce cahier engagé est un outil destiné aux moins de 30 ans inspiré des cahiers de vacances qui invite à s'informer et réfléchir sur la santé sexuelle et les discriminations.

### Jdiwi Jdinon. Un outil pédagogique pour aborder le consentement

Bruxelles : Fédération des centres pluralistes de planning familial (FCPPF)



Vous trouverez dans cet outil des pistes d'animations concrètes et ludiques permettant de comprendre les enjeux du consentement dans les grandes lignes, de déconstruire certains mythes qui alimentent la culture du viol dans notre société et de s'essayer à une pratique du consentement à travers des petites mises en situation.

**Pornomètre.** - Centre Ressources pour Intervenants auprès d'Auteurs de Violences Sexuelles (CRIA VS) Lorraine, 2025.

**Résumé:** Le Pornomètre est un outil clinique pour évaluer la consommation de pornographie chez les adolescents et les adultes. Il est adapté du violentomètre destiné à sensibiliser aux violences au sein du couple. Le pornomètre permet de catégoriser la consommation de contenus pornographiques en 3 niveaux : récréatif, à risque, problématique.

Il existe également le

**Michetomètre** de l'association agir contre la prostitution des enfants pour prendre conscience des dangers de la prostitution et le **Violentomètre** du centre Hubertine pour sensibiliser aux violences conjugales.

Ces 3 outils sont accessibles en ligne



## Les supports de Santé Publique France

Santé Publique France met à la disposition des personnes souhaitant informer leur public, des brochures, affiches de prévention. A noter les brochures "Pour comprendre", simples et illustrées, conçues pour être accessibles à tous.

Vous pouvez les commander directement dans nos centres de ressources.



## EN LIGNE

### ON SEXPRIME

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

Plateforme Santé Publique France  
Site Internet sur la sexualité des jeunes. Des informations fiables sur le corps, les relations amoureuses, le plaisir, la contraception, les IST..., au travers de diverses rubriques : conseils, trucs à savoir, quiz, vidéos, témoignage, glossaire.



### QUESTION SEXUALITE

<https://questionsexualite.fr/>

Plateforme Santé Publique France créée en 2021 à l'occasion de la campagne contre les discriminations et violences subies par les personnes LGBT+ :

[« Face à l'intolérance, à nous de faire la différence »](#)

Infos, analyses de situations, repères vis-à-vis de la loi, numéros d'appel, sites ressources, autour de la contraception, du corps, de la sexualité et des discriminations.



## Les services documentaires de la FRAPS Centre-Val de Loire



[fraps.centredoc.fr](https://fraps.centredoc.fr)

## Contacts des centres ressources départementaux

- FRAPS 18  
[doc.antenne18@frapscentre.org](mailto:doc.antenne18@frapscentre.org)
- FRAPS 28  
[doc.antenne28@frapscentre.org](mailto:doc.antenne28@frapscentre.org)
- FRAPS 36  
[doc.antenne36@frapscentre.org](mailto:doc.antenne36@frapscentre.org)

- FRAPS 37  
[doc.antenne37@frapscentre.org](mailto:doc.antenne37@frapscentre.org)
- FRAPS 41  
[doc.antenne41@frapscentre.org](mailto:doc.antenne41@frapscentre.org)
- FRAPS 45  
[doc.antenne45@frapscentre.org](mailto:doc.antenne45@frapscentre.org)