

## 1. Séance de démarrage : créer son groupe

## 2. Cycle d'ateliers : le corps

- Séance(s) : l'image corporelle
- Séance(s) : l'intimité
- Séance(s) : la rencontre de l'autre
- Séance(s) : les conséquences liées à la sexualité

## 3. Cycle d'ateliers : les relations

- Séance(s) : les différents types de relation
- Séance(s) : la rencontre
- Séance(s) : les réseaux sociaux
- Séance(s) : le consentement

## 4. Cycle d'ateliers : le respect de soi et des autres

- Séance(s) : les règles de vie en société
- Séance(s) : l'identité et l'orientation sexuelle
- Séance(s) : l'égalité hommes-femmes
- Séance(s) : les stéréotypes de genre

## 5. Cycle d'ateliers : les dispositifs et structures

- Séance(s) : les dispositifs et structures
- Séance(s) : localiser et se rendre dans une structure

## 6. Cycle d'ateliers : la parentalité

- Séance(s) : désir de grossesse, désir d'enfant
- Séance(s) : le projet d'enfant
- Séance(s) : être ou devenir parent

## La mixité

Il n'est pas toujours utile de séparer des groupes « femmes » des groupes « hommes », la mixité existant dans la vie en société doit aussi se refléter dans les échanges.

Pour certains thèmes concernant le corps notamment il peut être intéressant, selon le degré de connaissance ou de compréhension de proposer des temps non mixtes, mais ceux-ci doivent se terminer par un temps en commun où chacun pourra bénéficier d'une restitution des échanges de l'autre groupe qui pourraient être abordées ensemble (synthèses des échanges de manière anonyme par les animateurs-trices et débat autour du « qu'en pensez-vous » ? « Êtes-vous d'accord, pas d'accord ? »).

# 1-Séance de démarrage : créer son groupe

## OBJECTIFS

**Créer une atmosphère de convivialité et de bienveillance**  
**Faire connaissance**  
**Présenter le programme des cycles et séances choisies**  
**Organiser le calendrier**  
**Explorer les représentations sur la sexualité**

## EXEMPLE D'ACTIVITÉ

**Activité « brise glace » qui permet de faire connaissance et d'instaurer une dynamique de groupe**  
Chaque personne (y compris les animateurs) se place dans l'espace selon son genre puis selon son lieu d'habitation, puis selon sa couleur de cheveux, puis selon une passion.

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
**- PHOTO EXPRESSION**  
**- BRAINSTORMING**

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE CPS-10** Le langage des émotions  
**FICHE VAS-1** Adolescence, amour et sexualité

## 2-Cycle d'ateliers : le corps

### OBJECTIFS

Comprendre le fonctionnement de son propre corps  
Comprendre la notion d'intimité

## Séance(s) : l'image corporelle

### OBJECTIFS

Explorer les représentations des participants sur leur image corporelle  
Identifier les différentes parties du corps

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

**Proposer aux participants de dessiner** ou représenter un corps humain en utilisant différents supports : dessin, découpage dans les magazines, pâte à modeler, puzzle,... Travail individuel puis chacun présente aux autres sa production.

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

#### FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION

- PHOTO EXPRESSION
- BRAINSTORMING

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

- FICHE VAS-5** Connaître son corps
- FICHE CPS-10** Le langage des émotions
- FICHE VAS-23** Tabliers pédagogiques

## Séance(s) : l'intimité

### OBJECTIFS

Questionner les notions de sphère privée et sphère publique  
Identifier ce que dit la loi : ce qui est permis, ce qui n'est pas permis

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

À partir de situations présentées oralement ou par des photos/dessins découpés dans les magazines, questionner ce qui peut se faire en public/ce que ne se fait jamais en public/ ce qui peut parfois se faire en public : qu'est-ce que vous en pensez ? Pour quelles raisons ?  
Exemples de situations : une personne prend sa douche/ un couple s'embrasse/ un couple fait l'amour/...

## RESSOURCES

### TEXTES DE RÉFÉRENCE

**LOI N° 2018-703 DU 3 AOÛT 2018**  
RENFORÇANT LA LUTTE CONTRE LES VIOLENCES  
SEXUELLES ET SEXISTES

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-2** Arrêtons-les

## Séance(s) : la rencontre de l'autre

### OBJECTIFS

Explorer la relation à soi  
Identifier les différentes formes de relation à l'autre

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

À partir d'un outil pédagogique, un temps d'échange peut être proposé sur les **relations et la rencontre** : qu'est-ce qu'avoir de l'affection pour une autre personne/être amoureux ? Comment montrer qu'on apprécie quelqu'un ? Est-ce qu'il existe plusieurs façons d'aimer ? Comment savoir si l'autre nous apprécie ?

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
- **PHOTO EXPRESSION**

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-12** Image langage  
**FICHE VAS-13** Info Intox

## Séance(s) : les conséquences liées à la sexualité

### OBJECTIFS

Comprendre la grossesse, la contraception et l'IVG  
Comprendre le VIH, les IST et les moyens de protection

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

Proposer à chacun de dire oralement ou d'écrire sur un post-it (si les personnes sont à l'aise à l'écrit) le nom d'une IST sur un post-it. Après une mise en commun, chacun s'exprime : le nom de l'IST ? Comment ça s'attrape ? Comment on s'en protège ?

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

#### FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION

- BRAINSTORMING
- MÉTAPLAN

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-3** Câlins Malins

**FICHE VAS-20** Santé BD

**FICHE VAS-21** Séquence préservatifs

#### FICHE BROCHURES - PAGE

Choisir sa contraception

Que faire en cas d'oubli de pilule

## 3-Cycle d'ateliers : les relations

### OBJECTIFS

Comprendre les différents types de relations  
Comprendre la rencontre et savoir se protéger  
Reconnaître ses émotions/Accepter les émotions de l'autre

## Séance(s) : les différents types de relation

### OBJECTIFS

Identifier différents types de relations  
Reconnaître ses émotions et celles des autres  
Exprimer ses émotions

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

**À partir de situations découpées dans des revues**, les participants collent individuellement ou en binôme les situations sur des feuilles (une mère avec son enfant/ un couple/un groupe de personnes/ des personnes qui se promènent dans la rue,...)

Chaque situation est ensuite classée par type de relations après discussion avec le groupe : quels contacts peuvent avoir ces personnes ? (Famille, amis, inconnus, amoureux,...) Quelles sont les indications qui le montrent ?

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
- PHOTO EXPRESSION

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE CPS-8** L'expression des besoins  
**FICHE CPS-10** Le langage des émotions

## Séance(s) : la rencontre

### OBJECTIFS

Identifier les différentes manières d'être en relation, ce qu'on accepte ou non et pourquoi  
Développer le respect des différences, l'écoute des autres

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

**À partir de situations types (ou vécues par les participants) :** je veux être son ami(e) mais il/elle ne veut pas/ je veux avoir des rapports sexuels avec elle/lui mais elle/il ne veut pas/ je veux me séparer mais elle/il ne veut pas,...

Échanger en groupe sur ce qui est possible, pas possible, pour quelles raisons, trouver des idées de solutions, de réponses à apporter.

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
- **BRAINSTORMING**

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-14** L'info accessible : VAS  
**FICHE VAS-19** Sans tabous  
**FICHE VAS-25** Zone de tolérance

## Séance(s) : les réseaux sociaux

### OBJECTIFS

Connaître l'utilisation d'Internet et des réseaux sociaux  
Identifier les risques en lien avec les rencontres sur Internet

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

**À partir de découpage dans les revues** chacun énonce les situations dans lesquelles il utilise le numérique : portable, ordinateur, tablette. Réseaux sociaux, lesquels ? Sites de rencontres ? Connaissez-vous les risques ? Lesquels ? Engager un échange sur l'utilisation d'Internet.

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
- **BRAINSTORMING**

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-7** Des femmes et des hommes  
**FICHE VAS-25** Zone de tolérance

## Séance(s) : le consentement

### OBJECTIFS

Explorer les représentations des participants sur le consentement  
Comprendre ce que veut dire le consentement

### EXEMPLES D'ACTIVITÉ

**À partir de situations types :** j'étais d'accord pour faire l'amour mais je change d'avis en cours de route/ je ne suis pas d'accord mais j'ai trop peur de lui dire/ je n'ai pas envie de l'embrasser mais je veux lui faire plaisir/ J'ai dit non mais il/ elle insiste/Hier on a eu des rapports sexuels mais aujourd'hui je n'ai pas envie/ je suis marié(e) je me sens obligé(e) de dire oui à ses désirs même si je n'ai pas envie /...

**Échanger sur les différents aspects du consentement :** Qu'est-ce que consentir ? Comment sait-on que l'autre est d'accord/pas d'accord ? Comment montre-t-on que l'on est d'accord/pas d'accord ? Si je ne dis rien est-ce que je suis forcément d'accord ? Comment peut-on le savoir ? Est-ce que l'on peut changer d'avis ? Quand ? Est-ce que l'autre peut insister si je change d'avis ? À quel moment s'agit-il d'une agression sexuelle ?

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

#### FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION

- BRAINSTORMING
- PHOTO EXPRESSION

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-6** Corps, communication et violence à l'adolescence

**FICHE VAS-24** L'info accessible : VAS



## 4-Cycle d'ateliers : le respect de soi et des autres

### OBJECTIFS

Comprendre les stéréotypes, les rôles sexués dans la société  
Comprendre la question de l'identité sexuelle  
Favoriser l'égalité homme-femme

## Séance(s) : les règles de vie en société

### OBJECTIFS

Comprendre les règles de vie en société, les comportements sociaux  
Connaître les comportements sexuels interdits par la loi

### EXEMPLES D'ACTIVITÉ

**À partir de situations imaginées** proposer de réfléchir en binôme sur ce qui est différent/pas différent et échanger ensuite en groupe sur les règles de vie en société, sur ce qui évolue, sur ce qui ne change pas...

- Un père peut faire/ne peut pas faire
- Une mère peut faire/ne peut pas faire
- Une fille peut faire/ne peut pas faire
- Un garçon peut faire/ne peut pas faire

Proposer à chacun de dire les comportements sexuels qu'ils pensent être interdits par la loi (voyeurisme, utilisation de photo pornographique, rapports sexuels avec des enfants, entre personnes du même sexe ? ...). Donner les éléments réels de la loi en France. Penser à indiquer la différence selon les cultures, l'évolution dans le temps...

## RESSOURCES

### TEXTES DE RÉFÉRENCE

- **Loi n° 2018-703 du 3 août 2018**  
RENFORÇANT LA LUTTE CONTRE LES VIOLENCES  
SEXUELLES ET SEXISTES

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-2** Arrêtons-les

## Séance(s) : l'identité et l'orientation sexuelle

### OBJECTIFS

Comprendre ce qu'est l'identité sexuelle  
Comprendre ce qu'est l'orientation sexuelle et l'homophobie

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

**A partir d'une vidéo sur l'homosexualité**, engager un échange sur les questions d'identité et d'orientation sexuelle : qu'est-ce que c'est être une femme/un homme ? Comment sait-on qu'on est homosexuel ? Qu'est-ce que c'est qu'être un « vrai homme » /une « vraie femme » ? Qu'est-ce que dit la loi à ce sujet ? Qu'est-ce que l'homophobie ? Quelle est la différence entre identité et orientation sexuelle ? /...

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
- **BRAINSTORMING**

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-14** L'info accessible : VAS  
**FICHE VAS-15** Jeu de définitions  
**FICHE VAS-16** Jeunes et homos

## Séance(s) : l'égalité hommes-femmes

### OBJECTIFS

Comprendre l'égalité homme-femme dans la société  
Définir sa sexualité

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

**À partir de la vidéo « sexualité » de Santé Publique France**, engager un débat à partir de questions : qu'en pensez-vous ? Que diriez-vous à quelqu'un qui viendrait vous demander conseil ?...

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
- **BRAINSTORMING**

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-9** Genre  
**FICHE VAS-14** L'info accessible : VAS

## Séance(s) : les stéréotypes de genre

### OBJECTIFS

Identifier les stéréotypes dans la société  
Identifier les rôles sexuels et le sexisme

### EXEMPLES D'ACTIVITÉ

**Proposer aux participants de découper des images dans des revues/ préparer des vidéos sur des clips de chansons de rap/ préparer des exemples de publicités sexistes...**

À partir de ces différents supports, échanger sur les stéréotypes dans la société : les filles en rose/les garçons en bleu/ les rôles de femme au foyer/ les catalogues de jouets,... Qu'en pensez-vous ?

**Chaque participant imagine des situations qui ont trait aux rôles assignés aux femmes et aux hommes** dans la vie quotidienne, au travail, dans les médias, dans les publicités, dans les pratiques sportives et de loisirs,... Il y a ensuite mise en commun, chacun présente sa situation, dit s'il a déjà été confronté à ces questions. Chacun peut donner son avis et rebondir à partir des situations présentées sur ce que ça lui évoque.

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
**- BRAINSTORMING**

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-8** Un homme/une femme  
**FICHE VAS-22** Si j'étais

## 5-Cycle d'ateliers : les dispositifs et structures

### OBJECTIFS

Connaître les dispositifs et structures sur la vie affective et sexuelle  
Savoir se rendre seul dans les structures

## Séance(s) : les dispositifs et structures

### OBJECTIFS

Identifier les connaissances des participants sur les structures et dispositifs  
Présenter les différents dispositifs et structures existants localement

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

Proposer à chacun de dire les lieux et professionnels connus pour identifier leurs connaissances générales et locales. Se munir d'un paperboard pour noter tous les éléments. Faire le lien avec les structures qui existent localement.

### RESSOURCES

#### TECHNIQUES D'ANIMATION

FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION - PAGE  
- BRAINSTORMING  
- MÉTAPLAN

#### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

FICHE VAS-17 Magnet Santé

## Séance(s) : localiser et se rendre dans une structure

### OBJECTIFS

Connaître géographiquement une ou plusieurs structures d'accueil sur la vie affective et sexuelle  
Savoir se rendre seul dans ce lieu

### EXEMPLES D'ACTIVITÉ

Organiser à l'avance un circuit en transports en commun pour se rendre dans la structure contactée préalablement  
**Jeux de rôle** pour apprendre à trouver l'adresse, à prendre rdv, à se présenter, à préparer son chemin

### RESSOURCES

#### TECHNIQUES D'ANIMATION

FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION  
- JEUX DE RÔLE

#### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

FICHE VAS-17 Magnet Santé

## 6-Cycle d'ateliers : la parentalité

### OBJECTIFS

Faire la différence entre désir d'enfant et désir de grossesse  
Le projet d'enfant  
Devenir parent

## Séance(s) : désir de grossesse, désir d'enfant

### OBJECTIFS

**Distinguer désir d'enfant, désir de grossesse**  
Pour cette séance il peut être utile d'être accompagné par un(e) psychologue ou une sage-femme

### EXEMPLE D'ACTIVITÉ

**Proposer à chacun de dire ou d'écrire (si les personnes sont à l'aise à l'écrit) sur un post-it ce qu'est le désir d'enfant, ce qu'est le désir de grossesse.**  
Mise en commun et chacun s'exprime : comment différencier les deux éléments ? Comment je me situe ? Est-ce que j'ai envie d'un enfant ou pas ? Pour quelles raisons ? Maintenant ou plus tard ? Dans quelles conditions ? Et avec qui ?

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

#### FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION

- PHOTO EXPRESSION
- MÉTAPLAN
- BRAINSTORMING

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-1** Adolescence, amour et sexualité

## Séance(s) : le projet d'enfant

### OBJECTIFS

S'interroger sur son projet d'enfant  
Connaître les lieux où se faire accompagner

### EXEMPLES D'ACTIVITÉ

**Proposer aux participants de découper dans des revues des photos ou de dessiner** leur image idéale de la parentalité/ce qu'ils imaginent de la vie avec un bébé, un enfant, un adolescent...

**Proposer à chacun de dire les lieux et professionnels connus** par les participants pour identifier leurs connaissances sur les questions administratives, les droits, le suivi de grossesse, la naissance, le suivi du bébé jusqu'à la maternelle... Se munir d'un paperboard pour noter tous les éléments. Faire le lien avec les professionnels et structures qui existent localement.

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

**FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION**  
- **BRAINSTORMING**

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-10** Grossesse et accueil de l'enfant

### FICHE BROCHURES

Devenir parent  
Être parent en situation de handicap

## Séance(s) : être ou devenir parent

### OBJECTIFS

**Se situer en tant que parent ou futur parent**  
**S'interroger sur le rôle de parent, sur l'éducation des enfants**

### EXEMPLES D'ACTIVITÉ

**Animer une séance d'échanges entre parents/ ou futurs parents** pour parler des préjugés, des questions d'éducation, de la vie de famille, des difficultés et des plaisirs à être parent...

**Organiser des jeux de rôles** en utilisant des poupées prévues à cet effet (poupées sexuées).

**Consacrer un temps d'échange sur l'identification des structures et dispositifs d'aide à la parentalité**, à la venue d'un professionnel de la parentalité pour expliquer ses missions : sage-femme, puéricultrice, éducateur.

## RESSOURCES

### TECHNIQUES D'ANIMATION

#### FICHE TECHNIQUES D'ANIMATION

- JEUX DE RÔLE
- BRAINSTORMING

### OUTILS ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

**FICHE VAS-4** Chemin de parents

**FICHE VAS-18** Parents en situation de souffrance psychique