



MILITER POUR UNE MEILLEURE
SANTÉ AFFECTIVE
ET SEXUELLE

ÉDITION 2023

SOMMAIRE



I - AVANT-PROPOS	3
A - Qu'est-ce que la FAGE ?	3
B - Qu'est-ce que l'innovation sociale ?	4
II - PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES	5
A - Définition	5
B - Contexte : santé sexuelle chez les jeunes	6
C - Des champs d'action variés	7
Informer sur les IST pour mieux combattre leur transmission	8
La contraception, comment ? Pour qui ?	12
Le consentement et la prévention des Violences Sexistes et/ ou Sexuelles	17
D - Quel rôle pour les associations étudiantes ?	22
E - Des ressources en ligne pour s'(in)former	23
III - PASSER À L'ACTION	24
Les outils à votre disposition	24
Organiser une action	25

I. AVANT-PROPOS

A. QU'EST-CE QUE LA FAGE ?

La Fédération des associations générales étudiantes - FAGE - est la première organisation étudiante de France. Fondée en 1989, elle assure son fonctionnement sur la démocratie participative et regroupe près de 2000 associations et syndicats, soit environ 300 000 étudiantEs.

La FAGE a pour but de garantir l'égalité des chances de réussite dans le système éducatif. C'est pourquoi elle agit pour l'amélioration constante des conditions de vie et d'études des jeunes en déployant des activités dans le champ de la représentation et de la défense des droits. En gérant des services et des œuvres répondant aux besoins sociaux, elle est également actrice de l'innovation sociale.

La FAGE est reconnue organisation étudiante représentative par le Ministère en charge de l'enseignement supérieur. Indépendante de tout parti, elle base ses actions sur une démarche militante, humaniste et pragmatique. Partie prenante de l'économie sociale et solidaire, elle bénéficie par ailleurs de l'agrément « Jeunesse et Education Populaire » par le ministère en charge de la jeunesse.

I. AVANT-PROPOS

B. QU'EST-CE QUE L'INNOVATION SOCIALE ?

Outre son action de représentation et de plaidoyer, la FAGE s'est fixée comme objectif d'améliorer les conditions de vie étudiante à travers l'innovation sociale. C'est pourquoi elle encourage les associations étudiantes à informer, sensibiliser et orienter les jeunes au sujet des problématiques de santé qu'ils et elles rencontrent. Ainsi la conception de l'innovation sociale repose sur trois piliers :

A - La prévention par les pairs. Attachée à l'éducation populaire, la FAGE est convaincue que les jeunes peuvent être acteurs et actrices de leur santé. Elle les sensibilise quant aux risques encourus par leur mode de vie, facilite la prise de conscience et les accompagne vers un changement de comportement plus responsable et citoyen. Pour soutenir les associations étudiantes dans cette mission, elle développe des outils visant à permettre la prise de contact et les échanges entre jeunes.

B - La promotion du bien-être. L'état de santé est directement lié à la question du bien-être. En termes d'accès, d'égalité et de réussite dans l'enseignement supérieur, la santé joue un rôle déterminant. C'est la raison pour laquelle la FAGE mène des actions ayant pour objectif de prévenir les situations de mal-être, sans juger ni stigmatiser les comportements à risque.

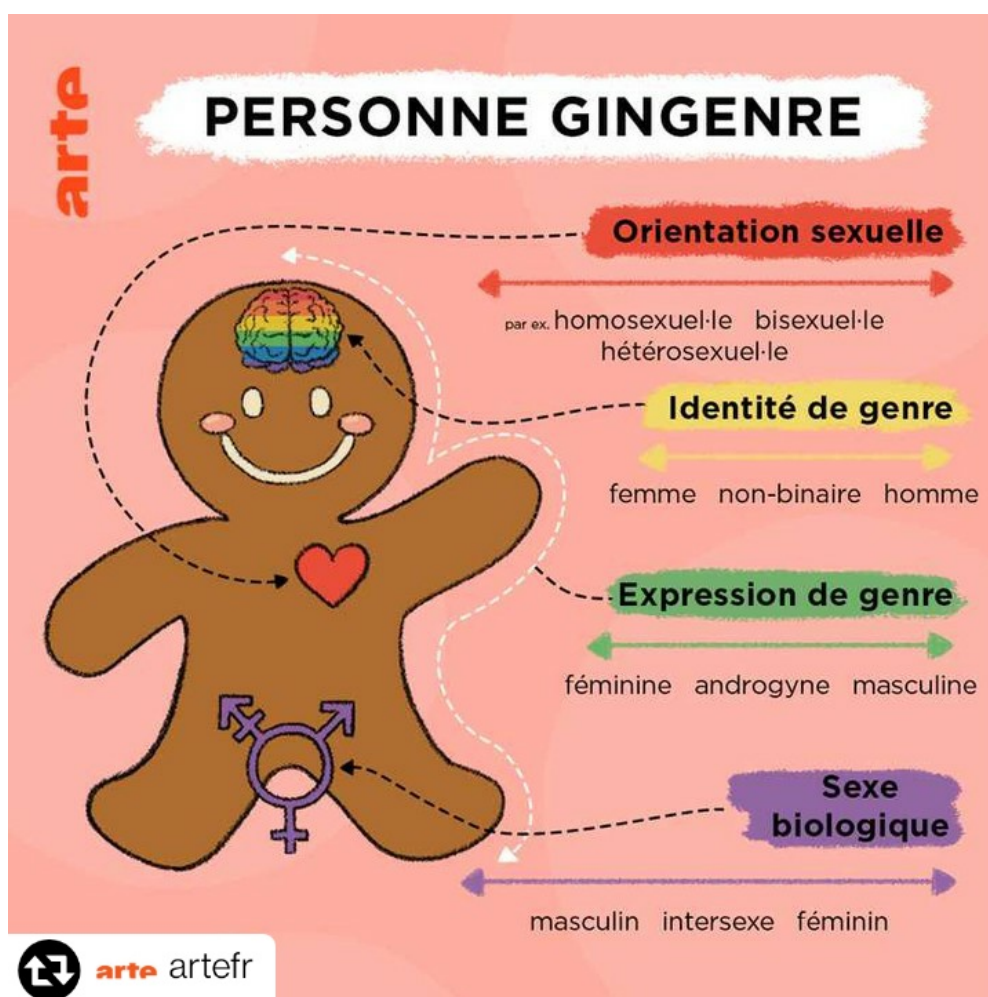
C - La complémentarité avec l'écosystème. Consciente que les jeunes ont peu recours aux dispositifs auxquels ils et elles peuvent accéder, la FAGE s'attache à faciliter la mise en relation. C'est pourquoi elle encourage les associations étudiantes à s'entourer d'acteurs spécialistes de la santé, tels que les services de santé étudiante (SSE), et à orienter les jeunes vers eux et elles.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

A. DÉFINITION

La santé sexuelle est définie par l'OMS comme “un état de bien-être physique, mental et social” dans le domaine de la sexualité.

Elle requiert une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles qui soient sources de plaisir et sans risque, libres de toute coercition, discrimination ou violence.” On ajoute “affective” pour insister sur le fait que la santé sexuelle ne se limite pas aux relations sexuelles proprement dites, mais inclut l'affectivité, la bienveillance et l'intégrité de soi et de l'autre/des autres, le droit au plaisir, à l'intimité et à la reproduction ou non.



II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

B. CONTEXTE : SANTÉ SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

Il faut savoir que selon la loi, 3 séances annuelles doivent être dispensées dans les écoles, collèges et lycée. Selon une enquête menée par IGESR en 2021 dans une académie, moins de 15% des élèves bénéficient de trois séances d'éducation à la sexualité pendant l'année scolaire en école et au lycée.

Un constat est alors dressé : le système scolaire actuel ne donne pas les clés aux jeunes sur la vie affective et sexuelle. Vos projets d'innovation sociale vont pouvoir ouvrir la discussion, apporter des connaissances, peut-être répondre à des questions que les jeunes n'auront jamais osé poser, mais surtout leur donner les clés pour savoir vers qui se tourner pour consulter et pour pouvoir consulter des sources d'informations fiables.

Encore en 2021, c'est plus de 5 000 personnes qui ont été découverte de séropositivité VIH. Le manque d'accès à l'information pour les personnes LGBTQIA+ est illustré par le fait que 44% de ces personnes sont des hommes homosexuels. De plus, ce sont jusqu'à 90% des infections HPV à l'origine de cancers qui pourrait être évité avec la vaccination contre les HPV.

**MOINS
DE 15%**

*ÉLÈVES BÉNÉFICIAINT
DE 3 SÉANCES
D'ÉDUCATION
À LA SEXUALITÉ
AU COLLÈGE / LYCÉE*

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Anatomie

Lors de tes projets, n'hésite pas à préférer les mots "personne à vulve" et "personne à pénis". Ceci permet d'éviter de mélanger le sexe et le genre. Le site OnSexPRIME (de Santé Publique France) est dédié à l'éducation à la sexualité, schématise l'anatomie et parle de genre et d'orientation sexuelle.



En effet, chez un corps avec vagin et une vulve nous retrouvons :

Au niveau le plus extérieur : une vulve, avec les lèvres internes et les lèvres externes. On retrouve entre ces lèvres, le méat urinaire (là où le pipi s'écoule), une partie du clitoris, et l'entrée du vagin.

- On préfère parler de lèvres internes et externes car elles peuvent être plus ou moins grandes, foncées, et de différentes textures.

Au niveau interne : on retrouve en avant le clitoris, puis la vessie, puis l'utérus et enfin le rectum.

- Le vagin : il relie l'utérus à la vulve.
- L'hymen : c'est un morceau de chair élastique à l'entrée du vagin. Beaucoup de mythes demeurent autour de celui-ci, mais il n'existe pas forcément. Sa dilatation ou son déchirement peut provoquer des petits saignements, qui peuvent-être apparaitre dans pleins de contextes différents comme la première pénétration vaginale.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Informier sur les IST pour mieux combattre leur transmission

Les IST sont des Infections Sexuellement Transmissibles, qui peuvent se transmettre d'une personne à l'autre. Elles se transmettent lors de rapport anal, vaginal, orogénital (autrement dit lors d'un contact d'une partie génitale et de la bouche). Elles peuvent également se transmettre par exposition d'une personne à du sang contaminé (exemple : partage de seringue lors de consommation de drogues) ou dans le cas d'une transmission parent-enfant (plus fréquent dans le cas d'une grossesse pas suivie, et sans traitement adapté).

En effet, lors de rapport non pénétratif, l'utilisation d'objets sexuels la transmission d'IST est donc également possible !

Les IST les plus courantes et leur traitement

Les IST regroupent autant des infections causées par des virus, que par des bactéries par exemple.

Depuis plusieurs années, on constate une augmentation continue des cas de chlamydia et de gonocoque en France selon Santé Publique France. Il y a également une recrudescence de cas de syphilis.

L'infection la plus courante chez les jeunes est l'infection à chlamydia. Elle peut entraîner à long terme (et dans certains cas uniquement), des troubles de la fertilité.

En CeGIDD : 65% des personnes touchées par une infection à chlamydia avaient moins de 26 ans.

En médecine générale : 55% des cas déclarés étaient des femmes.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Les IST les plus courantes et leur traitement

Heureusement, la syphilis, le gonocoque et la chlamydia peuvent être traitées par des antibiotiques jusqu'à présent, tant que ces micro-organismes ne sont pas résistants aux antibiotiques. D'autres IST peuvent être prévenues par la vaccination, comme l'hépatite A ou B. Il existe aussi un vaccin contre le papillomavirus ou HPV (human papillo-mavirus). Il concerne toutE jeune.

Zoom VIH

"Selon certaines études épidémiologiques ou modélisations, un homme jeune qui serait dépisté en 2018 juste après une contamination, qui serait traitée et suivie médicalement de manière régulière, qui ne présenterait pas de co-infection, pourrait espérer vivre jusqu'à l'âge de 89 ans. Soit près de dix ans de plus que l'espérance de vie d'un homme en France en 2018. Ce chiffre surprenant s'explique sans doute par un suivi médical beaucoup plus rapproché que dans la population générale masculine, le dépistage et le traitement plus précoces des maladies associées (risques cardio-vasculaires, diabète, insuffisance rénale, hépatites C et B, IST, etc.)."(3)

Le VIH entraîne un affaiblissement des défenses immunitaires, et peut mener au SIDA (Syndrome d'ImmunoDéficiency Acquis) si le porteur ou la porteuse n'a pas accès aux traitements appropriés à temps. Il existe plusieurs traitements différents :

- Le TPE, Traitement Post Exposition au VIH, prit rapidement et jusqu'à 48h il empêche une personne séronégative d'être contaminée,

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Les IST les plus courantes et leur traitement

- La PrEP ou prophylaxie pré-exposition, qui est un traitement à commencer avant l'exposition au VIH,
- Le TasP Traitement antirétroviral s'il est pris régulièrement par les personnes vivant avec le VIH fait disparaître le virus de leur sang et des sécrétions génitales.

Le nombre de nouvelles contaminations au VIH en France a reculé de 38 % depuis 2010, passant de 2,1 millions à 1,3 million en 2022. Vivre avec le VIH est possible. Malheureusement, ces progrès ne sont pas toujours connus de touTEs et en particulier des jeunes.

“L'accès aux soins des personnes transgenres, lesbiennes et homosexuelles”

Celui-ci est structurellement défavorable (4) Plusieurs facteurs provoquent cette situation :

- *L'ignorance d'une partie du corps médical ;*
- *La communication pas toujours adaptée / inclusive : qui fait que certaines per- sonnes se sentent moins concernées ;*
- *La crainte de subir de la LGBTQIA+phobie en consultation ;*

Notons également que la précarisation de certaines personnes (qu'elles appartiennent à une minorité de genre ou non) rend plus complexe l'accès aux soins de manière générale par le coût que ces démarches et traitements représentent. Cela a de graves répercussions : à cause de ces facteurs, les personnes gays, bi et trans sont aujourd'hui plus touchéEs que les autres.

1. Santé publique France
2. Prévention cancer -Papillomavirus humains (HPV) | service-public.fr (service-public.fr)
3. Extrait de la brochure “LE VIH EN 2019 – Les clefs pour comprendre” CRIPS Ile-de-France
4. Sida info service <https://www.sida-info-service.org/sante-des-personnes-lgbt-paris/>

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Les IST ne sont plus une fatalité !

La plupart des IST se soignent facilement mais, non traitées, elles peuvent avoir des répercussions importantes sur la santé des porteurs et porteuses.

Par ailleurs, la plupart des IST se soignent et lorsque l'on découvre que l'on est infecté il convient de :

- Prendre les traitements prescrits par le ou la médecin et les suivre jusqu'au bout.
- Prévenir son ou ses partenaire(s) afin qu'il(s) ou elle(s) puisse(nt) également se faire dépister et traiter le cas échéant.

Il existe des gestes simples pour traiter et stopper la transmission des IST, mais pour cela il faut les connaître et savoir comment s'en saisir. **Plus de 60% des contaminations en 2010 sont faites par des personnes qui ne connaissent pas leur statut.** Ces personnes alimentent le plus l'épidémie (5). Les jeunes sont particulièrement exposés à certaines IST et peuvent ne pas avoir suffisamment d'informations pour agir ou désamorcer leurs peurs ou leurs tabous.

C'est une des missions des associations étudiantes : rendre tangible ce qui est flou, rendre accessible ce qui semble parfois hors de portée.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

La contraception : comment, pour qui ?

Selon les données dont nous disposons, en France, en 2016, environ **80% des femmes sont concernées par la contraception (6)**. Plus de 7 femmes sur 10 recourent à une méthode médicalisée pour assurer leur contraception en France en 2016.

*Consultez le livret **Mon Contrat'ception** de la FAGE pour vous informer sur les différents moyens de contraception.*

En voici un panorama :



Certaines de ces contraceptions sont également des dispositifs de prévention des transmissions d'IST. La digue dentaire n'a pas d'objectif de contraception mais est utilisé lors de relations sexuelles type cunilingus. D'autres méthodes permettent aussi de prévenir une grossesse, comme la stérilisation tubaire ou la vasectomie. Pour plus de détail sur ces contraceptions, tu peux consulter le site [Tout savoir sur la sexualité | QuestionSexualité \(questionsexualite.fr\)](http://Tout savoir sur la sexualité | QuestionSexualité (questionsexualite.fr)), ou le livret **Contrat'ception** de la FAGE.

Bon à savoir : depuis début 2023, certains préservatifs sont gratuits pour les moins de 26 ans (mis à disposition dans les pharmacies).

(5) brochure "LE VIH EN 2019 – Les clefs pour comprendre" CRIPS Ile-de-France

(6) Il s'agit d'une enquête réalisée par Santé Publique France du 8 janvier au 1er août 2016 auprès d'un échantillon de 15 216 personnes âgées de 15 à 75 ans. Les analyses portent sur 4 315 femmes âgées de 15 à 49 ans concernées par la contraception, femmes non ménopausées, non stériles, non enceintes, qui ont eu un rapport sexuel avec un homme au cours des 12 derniers mois et qui ne cherchent pas à avoir un enfant. Lien téléchargement : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/sante-sexuelle/documents/depliant-flyer/barometre-sante-2016-contraception>

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

La contraception : comment, pour qui ?

Le baromètre santé de 2016 [1] sur la contraception présente plusieurs évolutions par rapport à l'enquête de 2010 sur la santé et les pratiques des FrançaisEs. Ces évolutions sont principalement dû aux changements dans les représentations que nous avons sur la pilule. L'utilisation de la pilule chez les personnes de 20 à 24 ans (concernées par la contraception – non ménopauséEs ayant des rapports Hommes/Femmes, non enceintE, non stérile, qui ne cherchent pas à avoir d'enfants) reste le 1er moyen de contraception utilisé. Toutefois, il recule au profit d'autres méthodes contraceptives comme l'implant, le stérilet ou encore le préservatif.

« La crise de la pilule » : Un débat médiatique remettant en question la sécurité de la contraception a eu lieu en 2012

En 2012, Marion LARAT a été victime à l'âge de 19 ans d'un AVC dû à la prise d'une pilule contraceptive. Elle décide alors de faire connaître l'affaire au public, d'informer les potentielles utilisatrices de pilules de 3ème et 4ème génération des risques encourus, et porte plainte contre le groupe Bayer et l'Agence Nationale de sécurité du médicament. Pourtant elle précise : « Je ne suis pas contre la pilule. Je souhaite juste que les femmes puissent choisir leur mode de contraception en connaissance de cause. ». Ensuite, plus d'une centaine de femmes victimes d'embolie, de thrombose ou d'AVC ont porté plainte. Depuis juin 2020, l'Agence Nationale de Sécurité du Médicament (ANSM) alerte sur les risques liés à certaines pilules.

Les pilules progestatives, comme l'Androcur qui avait lui aussi défrayé la chronique en 2018, Lutényl, Lutéran et leurs génériques ne seraient pas sans danger. Selon une étude commandée par l'Agence nationale de sécurité du médicament (ANSM) et la Cnam (Caisse nationale de l'Assurance maladie), les femmes traitées plus de six mois par ces médicaments s'exposent à un risque de développer un méningiome (une tumeur du cerveau bénigne) multiplié respectivement par 3,3 par rapport au risque de base, puis par 12,5 à partir d'une dose cumulée correspondant à 5 ans de traitement. Alors qu'une certaine défiance s'est installée vis-à-vis de la pilule, quel est le « meilleur » moyen de contraception ?

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Le meilleur moyen de contraception est celui qui vous convient !

L'indice de Pearl est une méthode utilisée pour mesurer la fiabilité des méthodes contraceptives utilisées de façon optimale.

tous les contraceptifs n'ont pas la même efficacité. Renseignez-vous sur le site Efficacité des moyens contraceptifs | ameli.fr | Assuré et prenez connaissance de l'indice de Pearl pour vous aider dans votre choix. Tous les partenaires, quelque soit le sexe, doivent être inclus dans les discussions autour de la contraception, et sa prise en charge lorsque possible.

Quelle place pour les hommes hétérosexuels sur le sujet de la contraception ?

Le port des préservatifs, internes ou externes, peuvent être utilisés comme moyen de contraception ET pour lutter contre la transmission des IST. De plus en plus de moyens de contraceptions sont développés pour permettre aux hommes cis hétérosexuels de prendre en charge la contraception (par exemple le slip chauffant, la pilule dite "masculine"). La décision finale doit revenir à la personne / aux personnes qui prennent / portent / gèrent la contraception au quotidien. Exemple : Une femme qui souhaiterait porter un stérilet doit pouvoir le faire sans entrave du ou des partenaires.

Les moyens d'urgence :

Avant ou au cours d'un rapport sexuel, il peut y avoir des erreurs ou accidents de contraception (un préservatif qui se déchire par exemple). Il se peut aussi qu'un moyen de contraception soit oublié ou mal utilisé (par exemple en cas de vomissement ou diarrhée, il faut prendre en compte le fait que la pilule peut ne plus être efficace en fonction de l'heure de prise – voir notice des pilules contraceptives).

Il existe des méthodes dites d'urgence pour pallier ces situations : la contraception d'urgence au levonogestrel est disponible en pharmacie, sans ordonnance et est gratuite pour les mineures, ou bien l'interruption volontaire de grossesse (IVG).

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Non, les personnes ayant recours à l'avortement ne sont pas irresponsables.

Avortement : Selon le planning familial, 70% des personnes ayant eu recours à l'avortement utilisaient un moyen de contraception. L'avortement est un droit ; c'est aussi une solution quand les autres moyens de contraception ne peuvent plus être utilisés. Bien souvent, le recours à l'IVG marque une méconnaissance des moyens de contraception ou une inadaptation de ceux-ci en fonction du profil des personnes.

En France, le délai légal pour avorter dépend de la méthode choisie :

L'IVG médicamenteuse est possible jusqu'à la fin de la 5e semaine de grossesse, soit 7 semaines après le début des dernières règles. Si l'interruption volontaire de grossesse médicamenteuse est pratiquée dans un établissement de santé, ce délai peut s'étendre à 7 semaines de grossesse soit 9 semaines après le début des dernières règles.

L'IVG instrumentale (par dilatation du col et aspiration du contenu de l'utérus) peut être réalisée jusqu'à la fin de la 14e semaine de grossesse, soit 16 semaines après le 1er jour des dernières règles (et ce depuis 2022). Pour vérifier l'âge de la grossesse, une datation est effectuée avant l'IVG, le plus souvent au moyen d'une échographie. Celle-ci permet ensuite au médecin et à l'intéressée de choisir la technique d'IVG la plus adaptée à la situation.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Non, les personnes ayant recours à l'avortement ne sont pas irresponsables.

On le voit de par le monde (notamment aux Etats-Unis après la révocation en juin 2022 de l'arrêt Roe vs Wade qui garantissait le droit à l'IVG), ce droit peut être menacé encore aujourd'hui. En France, le gouvernement avait émis le souhait en 2022 d'inscrire le droit à l'IVG dans la Constitution française, cependant **aucun calendrier de mise en place n'a été dévoilé pour le moment.**

La contraception est un enjeu majeur des politiques publiques : il s'agit de permettre à la population de prévenir des grossesses non prévues, donner aux concernéEs le contrôle de leur corps.

Les campagnes de sensibilisation visent aujourd'hui à :

- Lutter contre les obstacles à un libre exercice du droit à la contraception ;
- Mettre l'accent sur la diversité des méthodes contraceptives afin de permettre la bonne adaptation aux modes de vie, aux âges, ainsi qu'aux projets des individus.

Ainsi, la sensibilisation par les pairs permet de lever les tabous autour des IST et de la contraception, et aux jeunes d'échanger en toute liberté, sans avoir l'impression d'être jugéEs, puisque leurs interlocuteurs et interlocutrices sont confrontéEs aux mêmes problématiques et expériences. La bonne contraception est celle que l'on choisit ! Celle qui s'adapte le mieux au rythme de vie et aux pratiques de chacunE ! Avoir des enfants ou non est un choix, tout comme le moment pour en avoir. Ce choix ne doit pas être soumis à quelconque pression ou jugement, c'est un choix personnel.



II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Le consentement et la prévention des violences sexistes et sexuelles

Ce que n'EST PAS le consentement :

Quelque chose de négatif, d'honteux, rabat-joie

La connotation négative associée aux questions de sexe est envahissante ! Souvent, parler de consentement signifie qu'il nous faut surfer pas loin de sujets glissants. Même dans les cultures ou communautés dans lesquels parler de sexe est accepté, la plupart d'entre nous avons été exposéEs à ce sujet par des messages négatifs pendant une grande partie de notre enfance, adolescence et plus tard. Cela peut nous faire nous sentir « misE à nu » au début, comme pour toutes choses nouvelles que l'on apprend. Mais ce sentiment s'estompe avec la pratique.

Quelque chose dont on n'est jamais vraiment certainE

Si tu n'es pas sûrE que le consentement soit présent dans un rapport sexuel / une relation il ne doit PAS y avoir de rapport de sexuel. S'il n'y a pas d'échange, il ne peut pas y avoir de consentement, donc pas de rapport sexuel.

Quelque chose de réservé aux personnes qui ont déjà agressé d'autres personnes

Tout le monde doit travailler à développer ses pratiques, ses mots, ses postures autour du consentement. Pour les personnes qui ont commis des agressions, donc le fait d'avoir dépassé les limites d'une autre personne, c'est particulièrement important puisqu'il leur est déjà arrivé de ne pas respecter le consentement d'autrui.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Mais alors comment on le mène, le consentement ?

« On n'a plus rien le droit de faire de toute façon... »

Pour contrer ce genre d'argument, établissons la liste de ce qui est acceptable. Vous avez le droit :

De proposer un rendez-vous (ou "date"), et de ne pas être anéantiE si la réponse est non

De refuser un date sans vous sentir coupable

De suggérer des activités / De refuser n'importe quelle activité

De changer d'avis à n'importe quel moment

De formuler des demandes / de refuser des demandes

De dire que ce que dit / fait unE personne n'est pas correct

De vous faire entendre / de parler de vos relations quand vous en avez besoin / d'être discretE sur vos relations.

Le consentement sexuel est un accord mutuel entre deux ou plusieurs personnes. Il s'exprime par un oui verbal ou est expressément déclaré (un geste par exemple). Pas de oui verbal ou expressément déclaré ? Pas de consentement.

Le violentomètre : Pour celles et ceux qui décident de se mettre dans une relation avec une/d'autres personnes, une réglette existe pour se repérer dans celle-ci. L'échelle de valeur va de «je suis dans une relation saine» à «je suis en danger». Créé en Amérique latine, le violentomètre a été repris et adapté en 2018 par l'Observatoire des violences envers les femmes du Conseil départemental de la Seine-Saint-Denis, en partenariat avec l'Observatoire parisien de lutte contre les violences faites aux femmes et l'association En Avant Toutes. Présenté sous forme de règle graduée, le violentomètre rappelle ce qui relève ou non des violences à travers une graduation colorée (qui va du vert au rouge) par 23 exemples de comportements types qu'unE partenaire peut avoir. Cet outil sert d'auto-évaluation de ses relations.

Plus d'informations sur cet outil : [« Le Violentomètre »](http://LeViolentometre.fr) | Centre Hubertine Auclert (centre-hubertine-auclert.fr)

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Sexe et substances psychoactives

Est-ce que l'alcool et les drogues font bon ménage avec une pratique de sexe consenti ? Une prise de décision lucide peut être perturbée par la consommation de substances psychoactives (alcool, cannabis, protoxyde d'azote, etc.). Sous emprise de substances psychoactives, une personne n'est pas toujours en capacité de ressentir et d'exprimer ses propres limites, ni de se défendre. Cela dit, la consommation de substances psychoactives n'excuse en rien les comportements sexistes et/ou sexuellement offensant pour une personne. Toute personne reste responsable de ses actes.

Alcool et viol / agression sexuelle

Dans la loi, l'agression sexuelle et le viol sont caractérisés par la contrainte, la surprise, la menace ou la violence. La consommation d'alcool ou de drogues par l'auteurE des violences et/ou par la victime est pris en compte par la loi. Notamment, la contrainte s'apprécie en fonction de la capacité de résistance de la victime. La consommation d'alcool ou de drogue par la victime peut être considéré comme ayant altéré les capacités de résistance, selon les cas. La loi prévoit par ailleurs des circonstances aggravantes pour les agresseurEs qui ont agi en état d'ivresse ou sous l'emprise de stupéfiants.

Dans certains cas, les agresseurEs ont fait consommer à la victime des substances psychoactives à son insu : on parle alors de soumission chimique.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Sexe et substances psychoactives

Zoom : c'est quoi le chemsex ?

On appelle chemsex (de chem = chemical) le fait de consommer des produits psychotropes ou d'être sous emprise pendant des pratiques sexuelles. « Au-delà des contaminations par le VIH, le VHC, le VHB ou d'autres IST, les principaux problèmes rencontrés par les personnes dans le chemsex sont :

à court terme : les intoxications aiguës, les mauvaises descentes avec les produits psychoactifs, les abcès et les plaies liés à l'injection, les interactions entre drogues et antirétroviral (médicament pour traiter le VIH);

à moyen et long terme : la perte de la maîtrise des consommations et l'addiction, la désocialisation et la restriction du champ d'intérêt, la dégradation de la santé psychique, la décompensation de maladies psychiatriques » (8).

8 Livret Chemsex de la Fédération Addiction : <https://www.federationaddiction.fr/chemsex-livret-dinformation-pour-les-professionnelles-et-les-intervenantes-de-sante/>

En définitive : Quel que soit le moment : pas de “oui” verbal ou expressément déclaré (gestes par exemple), pas de rapport sexuel ! Par ailleurs, le consentement peut être retiré à tout moment, et le consentement à une pratique ne veut pas dire consentement à tout acte sexuel : les partenaires doivent échanger sur leurs limites, sur ce qu'ils et elles veulent/aiment faire ou ne veulent pas faire.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

C. DES CHAMPS D'ACTION VARIÉS

Sexe et substances psychoactives

En cas d'agression, une série de réactions se déclenche dans le cerveau : la production d'hormones du stress (adrénaline et cortisol) accélère le flux sanguin, le rythme cardiaque et la respiration qui vont contracter les muscles pour être prêts à la fuite. Mais ces réactions initiées pour la survie peuvent entraîner une « surchauffe ». **La victime est alors incapable de réagir** car l'élément de son cerveau censé gérer ses réactions de survie est en train de s'enrayer. Elle est comme paralysée : c'est l'état de sidération.

L'absence de geste vaut aussi comme non consentement. La FAGE travaille activement pour la sensibilisation contre les VSS, et met en place un **processus de traitement des cas** : l'objectif est de rendre le réseau de la FAGE sécuritaire pour l'ensemble de ses membres !

Pour plus d'informations, contacter la Vice-Présidence en charge de la lutte contre les discriminations.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

D. LE RÔLE DES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

Connue pour son caractère festif, la vie étudiante constitue malheureusement un contexte propice à la transmission des IST et aux Violences Sexistes et/ou Sexuelles. La consommation d'alcool ou de drogues lors des événements festifs favorise une baisse de la vigilance, notamment pour l'utilisation du préservatif, ainsi que des comportements malveillants. En tant qu'association étudiante, organisatrice d'événements festifs, vous avez la responsabilité de sensibiliser les jeunes aux Infections Sexuellement Transmissibles et de les faire s'interroger sur leur propre comportement et leur sexualité. L'objectif n'est pas d'adopter un discours moralisateur ni de culpabiliser vos pairs, mais au contraire de remobiliser, de proposer des solutions et d'informer sur les réflexes et pratiques à adopter. Pour réussir cette opération de prévention, il faut savoir faire appel à des professionnelLES et rediriger les étudiantEs en quête de réponses pointues vers les organismes compétents.

Les principes fondamentaux de notre action d'innovation sociale :

- *L'accès aux droits pour réduire le non-recours,*
- *L'action par les pairs : « par et pour les jeunes »,*
- *Une posture inclusive et non-discriminatoire,*
- *La complémentarité avec des partenaires spécialisés sur le domaine que nous prenons soin de rencontrer en amont du lancement d'un partenariat: il faut savoir reconnaître nos limites et renvoyer vers les bonnes personnes,*
- *La présence quotidienne en menant des actions continues tout au long de l'année (communication, stand de prévention, actions sur les campus ou ailleurs) et particulièrement à l'occasion des temps forts (ex : journée mondiale de...).*

Les EtudiantEs Relais Santé (médiateurICEs entre les étudiantEs et les services de santé au sein des universités mais aussi les professionnels de santé, structures associatives etc) peuvent être consultéEs pour un soutien sur la mise en place d'actions de sensibilisation à destination des étudiantEs. Ils et elles sont plus de 300 en France.

II. PREVENTION ET PROMOTION DE LA SANTE AFFECTIVE ET SEXUELLE CHEZ LES JEUNES

E. RESSOURCES ET OUTILS POUR S'INFORMER ET SENSIBILISER

Structures et sites

Les Centres Régionaux d'Information et Prévention Sida et pour la santé des jeunes (CRIPS)

Le Planning Familial : [Libre de ses choix](#) | [Le planning familial \(planning-familial.org\)](#)

Le site Question Sexualité (site des pouvoirs publics) : [Les différents moyens de contraception \(questionsexualite.fr\)](#)

Le site Comment on s'aime d'En Avant Toutes : <https://commentonsaime.fr/>

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

AIDES.org (informations sur la lutte contre le sida) : <https://www.aides.org/>

Acceptess-Transgenres (association de lutte contre les LGBTQIA+phobies) : [Acceptess-T](#) | [Acceptess-Transgenres](#)

Le CLASHES (Collectif de lutte contre le harcèlement sexuel dans l'Enseignement Supérieur) : [CLASCHES – Collectif de lutte contre le harcèlement sexuel dans l'enseignement supérieur](#)

Défenseur des droits : [Défenseur des Droits \(defenseurdesdroits.fr\)](#)

Ressources (livres, podcasts, réseaux sociaux etc)

C'est mon corps : livre de Martin Winckler

Les couilles sur la table et le Cœur sur la table (livres et podcasts)

Un podcast à soi (podcast)

La Menstruelle (podcast)

Jouissance Club (instagram)

Merci beaucul (instagram)

Agressively trans (instagram)

III. PASSER À L'ACTION

A. LES OUTILS À VOTRE DISPOSITION

La campagne Sexe et Chocolat

La FAGE met à disposition cette campagne pour faciliter la réalisation d'actions autour de la prévention des IST et de la promotion du plaisir et du consentement, et pour favoriser le dialogue autour de ces sujets. Vous y retrouverez :

- Des affiches ;
- Des préservatifs à distribuer lors de votre action ;
- Un jeu de sensibilisation.

Sexe & Chocolat est un jeu de plateau qui permet de soulever les tabous et les questionnements rencontrés dans la santé affective et sexuelle. Un tapis en tissu géant ainsi qu'un dé aux mêmes dimensions est à déployer dans le cadre d'espaces publics et/ou de sessions de formation spécifiques. C'est un jeu qui sollicite les connaissances et opinions de touTEs, il a pour but de favoriser le dialogue entre jeunes et faire émerger des pratiques facilitant la réduction des risques en termes de transmissions d'IST et de violences affectives et/ou sexuelles. Chaque bonne réponse apportée, chaque échange fructueux réalisé, donne une carte-mystère à placer sur le plateau de jeu. Chaque carte-mystère contient un mot. Le jeu se termine quand toutes les cartes-mystères sont sur le plateau et que la phrase finale est révélée.

À noter : ce jeu peut être utilisé dans une zone de passage. Pas besoin d'avoir suivi l'intégralité du jeu pour participer ; on peut le rejoindre à tout moment.

Il est gratuit pour les fédérations et/ou les associations adhérentes (un chèque de caution de 500 euros est demandé en cas de perte / dégradation du jeu) et tu peux le réserver via le formulaire accessible ici : <https://www.fage.org/innovation-sociale/campagnes-prevention/sexe-et-chocolat/outils-campagne.htm>

III. PASSER À L'ACTION

B. ORGANISER UNE ACTION

Quelles actions possibles ?

Vos actions doivent être ludiques et attirantes, si vous voulez rencontrer du succès. Adaptées à votre public cible, elles doivent vous permettre de faire participer les personnes qui se rendent sur vos stands ou vos actions, car comme le dit cette citation : «Tell me and I forget; show me and I remember; involve me and I understand», autrement dit : “Tu me dis, j’oublie. Tu m’enseignes, je me souviens. Tu m’impliques, j’apprends» que l’on attribue à Benjamin Franklin. Le meilleur moyen de sensibiliser quelqu’un et de lui faire passer un message, est de l’impliquer en le faisant participer et réfléchir lui ou elle-même aux conditions proposées. N’hésitez pas à faire parler votre imagination, à vous demander ce qui vous attirerait vous, et à tester vos actions ! Il suffit parfois d’une simple boîte en carton pour faire une bonne action de sensibilisation !

Types d’actions possibles : En plus des jeux de prévention présentés aux paragraphes précédents, vous pouvez emprunter les jeux de prévention des fédérations de filières ou des fédérations de territoire adhérentes à la FAGE. Il y a par exemple le jeu “paye ta tolérance” à Lyon, fait par Gaelis ou encore “le jeu sous la couette” fait par l’ANESF.

Autrement, vous pouvez réaliser :

- Des cinés-débat
- Faire des formations avec la FAGE
- Signer la charte des événements responsables et mettre en place les points d’engagement de cette charte
- Mettre en place des formations lors de vos événements (congrès, weekend de formation etc),
- Faire des stands de prévention lors de vos événements responsables (n’hésitez pas à consulter la FAGE pour une aide).
- Réaliser des podcast, vidéo, visuels à diffuser
- Diffuser ce kit et mettre à disposition les brochures de partenaires spécialisés sur vos territoires

III. PASSER À L'ACTION

B. ORGANISER UNE ACTION

Quelles actions possibles ?

- Mettre en place des dispositifs de sensibilisation et de prévention des VSS dans vos événements, comme par exemple les Personnes de confiance (accompagnement des victimes, prise en charge des agresseurEUSEs)
- Recenser ce qui est mis en place à côté de chez vous
- Organiser une collecte au profit de la lutte contre le VIH-Sida : Si vous avez décidé de réaliser une collecte, vous pouvez très bien allier collecte et sensibilisation. Du plus simple au plus complexe, vous pouvez par exemple vendre des rubans rouges ou des pin's Sida, mais vous pouvez aussi mettre en place des activités payantes ou contre un don, avec des gains à la clé, comme des préservatifs que vous donnerez en contrepartie. Libre à vous, tant que la collecte reste cohérente avec le thème de l'action et que vous en profitez pour faire de la prévention et de la sensibilisation !

Des impératifs temporels à retenir :

Avant l'évènement >

Déterminer les réponses à ces questions : Quoi ? Pour qui ? Où ? Quand ? Comment ? Pourquoi ? Pour vous aider : consulter la boîte à outils du GRABE ici. Vous pouvez utiliser la fiche type projet pour vous lancer ! <https://www.fage.org/formations/grabe/boite-a-outils.htm> Il est essentiel d'annoncer à l'avance l'action que vous vous apprêtez à mettre en place. Envoyez des mails à votre réseau, effectuez des affichages attractifs aux alentours du lieu que vous allez occuper afin qu'un maximum de personnes soient prévenues de votre événement, organisez votre présence en ligne sur vos différents réseaux sociaux, demandez à vos assos et à votre université de relayer...

III. PASSER À L'ACTION

B. ORGANISER UNE ACTION

Quelles actions possibles ?

Pendant l'évènement >

Assurez une bonne signalétique.

Filmez, photographiez, écrivez... Il est très important de garder une trace du déroulé de vos actions !

Après l'évènement >

Vous pouvez par exemple prévoir une petite exposition récapitulative de votre action (photos, films) afin de remercier les participantEs et les personnes qui auront collaborées à la mise en place de cet événement. Si vous avez organisé une collecte : pensez également à afficher votre résultat de collecte dans votre asso et dans votre école ou votre campus ! Un affichage dans l'école ou l'université est vivement conseillé après l'événement : photos, montant de la collecte etc. C'est un dispositif qui valorise et identifie l'association auprès des étudiants mais aussi auprès du personnel de l'université ou de l'école, institut...etc.

Réalisez un bilan de votre action ! Conviez touTEs les membres de votre équipe ayant organisé l'évènement / l'action et débriefez ensemble : les difficultés rencontrées, les réussites, ce qui aurait pu être amélioré etc. Soyez bienveillantE lors de ce temps ! Ecoutez-vous, chacunE peut prendre la parole sans jugement et exprimer ce qu'il ou elle a pu ressentir. Ce bilan est essentiel pour clôturer votre action, il vous sera utile lors de vos passations avec les futurs éluEs après vous et pour les financeurEs de votre fédération et/ou association. **La FAGE pourra également mettre en valeur vos actions** en communiquant auprès de ses contacts locaux et nationaux (partenaires associatifs, privés, publics par exemple) mais aussi au travers de ses différents supports de communication : site internet, newsletter, réseaux sociaux etc. N'hésitez donc pas à partager des photos et descriptifs de vos actions avec la FAGE et son réseau, pour inspirer d'autres associations dans leurs actions !

III. PASSER À L'ACTION

B. ORGANISER UNE ACTION

Quand se mobiliser ?

Les actions ponctuelles, une seule fois par an, ne sont pas recommandées. Elles doivent s'inclure dans une stratégie plus large d'actions. Préférez des événements simples, tout au long de l'année.

Dates nationales et internationales importantes : pour vous faciliter l'organisation des actions, et attirer plus d'attention sur votre action, vous pouvez vous ancrer dans des campagnes nationales ou journée internationales de sensibilisation. Vous trouverez ici une liste non exhaustive des journées nationales ou internationales sur lesquelles vous pouvez mener des actions :

6 février : Journée internationale de tolérance zéro à l'égard des mutilations génitales féminines

8 mars : Journée internationale de lutte pour les droits des femmes

17 mai : Journée mondiale contre l'homophobie, la transphobie et la biphobie

19 juin : Journée internationale pour l'élimination de la violence sexuelle en temps de conflit

12 août : Journée internationale de la jeunesse

13 septembre: journée internationale sur l'innovation et la recherche en éducation à la santé sexuelle et aux droits humains

26 septembre : Journée mondiale de la contraception

28 septembre : Journée internationale pour le droit à l'avortement

20 novembre : Journée internationale du souvenir trans

25 novembre : Journée internationale pour l'élimination des violences à l'égard des femmes

1 décembre : Journée mondiale de lutte contre le sida

III. PASSER À L'ACTION

B. ORGANISER UNE ACTION

Quand se mobiliser ?

Evènements nationaux importants :

- Sidaction : avril
- Solidays : juin
- Les Université d'été de la FAGE : fin juin

Avec quels partenaires ?

Les structures citées précédemment peuvent être mobilisées, pour vous conseiller, vous fournir des outils ou ressources ou même pour intervenir sur vos actions. Voici d'autres interlocuteurs possibles :

Proches de vous : les services de santé étudiante (anciens SSU)

L'Instance Régionale d'Education et de Promotion Santé - Ireps

Le site On s'exprime

Les professionnelLES de santé L'Agence régionale de santé · ARS

Des professionnelLES en libéral

Des étudiants et étudiantes en santé (notamment du réseau de l'ANESF)

Pipelettes : tchat tenu par des sages-femmes

CPAM

**Vous souhaitez être soutenuEs
dans votre action ?**

**L'équipe Innovation Sociale de
la FAGE est à votre disposition
pour vous conseiller et vous
aider !**

CONTACTEZ-NOUS :

is@fage.org

01 40 33 70 70

