



# Plein phare sur... Vie affective relationnelle et sexuelle

La newsletter sur les outils

## EDITO

Cette newsletter a pour objectif de vous informer sur les outils « Coups de cœur » repérés par le groupe « Outils » de l'IREPS Bretagne et disponibles dans vos centres de documentation.



© Benjavisa Ruangvaree

Les mois d'avril-mai-juin sont consacrés à « **Vie affective, relationnelle et sexuelle** », expression qui fait référence à la santé sexuelle, aux relations affectives, aux Infections Sexuellement Transmissibles (IST), au Sida, à la grossesse, à l'Interruption Volontaire de Grossesse (IVG), à la contraception, aux violences sexuelles et liées au genre, à l'orientation sexuelle et à l'identité de

genre, ainsi qu'à l'impact des maladies et handicaps sur le bien-être sexuel.

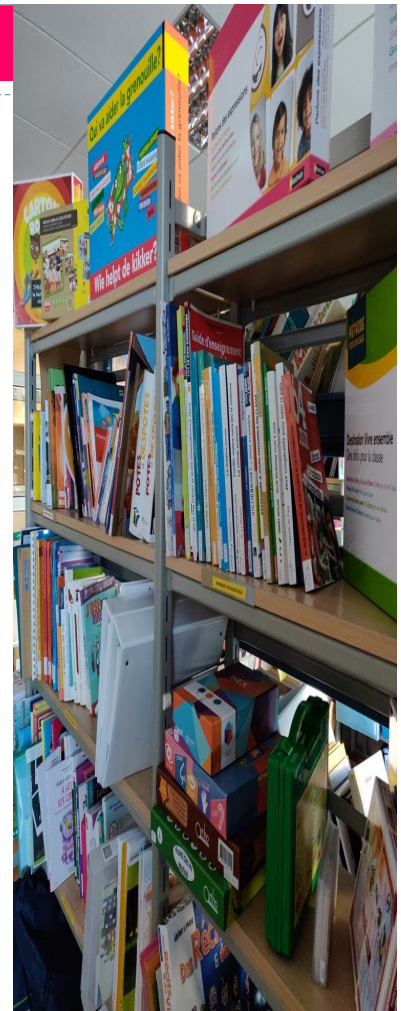
L'OMS (Organisation mondiale de la santé), affirme que "la santé sexuelle fait partie intégrante de la santé, du bien-être et de la qualité de vie dans leur ensemble et requiert une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles agréables et sûres, sans contrainte, discrimination et violence [1]". En France, la Stratégie nationale de santé sexuelle 2017-2030 [2] confirme cette orientation, notamment avec son objectif "promouvoir la santé sexuelle et l'éducation à la sexualité".

Vous souhaitez mettre en œuvre des activités d'éducation à la sexualité ? Prenez rendez-vous dans le centre de documentation le plus proche de chez vous pour découvrir la sélection que nous vous avons concoctée!

## A VOS AGENDAS !

SEPTEMBRE - OCTOBRE  
« Conduites addictives »

NOVEMBRE - DECEMBRE  
« Santé mentale, Bien-être »



## DANS CE NUMÉRO

A vos agendas.....	1
Nos coups de cœur ! .....	2
A découvrir en plus ! .....	4
Focus sur les personnes en situation de handicap .....	6
Sites ressources .....	7
Vidéos .....	8
Pour aller plus loin .....	8

[1] Santé sexuelle à tous les stades de la vie. Organisation mondiale de la santé, 2011.

[2] Stratégie nationale de santé sexuelle (SNSS) 2017-2030. Ministère des affaires sociales et de la santé, 2017. 75 p.



Puberté



## « NOS COUPS DE COEUR »

**Et si on se parlait ? 3-6 ans : le petit livre pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou! [Littérature jeunesse] : BESCOND A., TUCKER M. HarperCollins, 2020.**

Ce petit livre vise à informer les jeunes enfants de 3 à 6 ans (maternelle) sur leurs droits face aux diverses formes de violences et les aider à y faire face. Il est construit sous la forme d'un dialogue avec l'enfant lecteur. Quatre jeunes enfants y témoignent de leur histoire, chacun des témoignages s'achevant sur une double page de questions pour permettre les échanges et l'expression. Le premier témoignage aborde l'arrivée d'un petit frère et la jalousie, la colère qui en découlent. Le second aborde les parties intimes du corps, en les nommant pour les filles et les garçons, informe sur la pédocriminalité en invitant l'enfant à en parler à un adulte s'il en est victime. Le troisième témoignage parle des parents, de l'éducation pour permettre d'aborder les tensions qui peuvent exister en famille, les disputes, les colères... Le dernier enfin aborde les écrans pour aider à comprendre qu'un temps limité de consommation d'écran est préférable pour bien grandir. L'ouvrage met par ailleurs en avant les différents numéros nationaux d'urgence ou d'écoute. L'album fait partie d'une collection qui comporte 2 autres titres : pour les 7-10 ans (primaire) et pour les 11 ans et plus (collège).



**Public : Enfant 3-7 ans**

**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**

*Ces petits livres peuvent être utilisés en individuel soit par des professionnels soit par des parents pour répondre aux questions des enfants, sans tabou !*

Transversal



**Sexploration [Coffret de jeux] / PIERRE E. Topla, 2019.**

4 jeux de cartes : « le nuancier contraceptif », « le jeu des privilèges », « le jeu de rôle du consentement », « vrai ou faux les IST », 1 jeu de plateau : « c'est pas tabou », 1 guide pour parents et accompagnateurs

Destinés aux adolescents ainsi qu'aux familles, les cinq jeux de Sexploration abordent les problématiques du consentement, des moyens de contraception, des infections sexuellement transmissibles, des pratiques et des identités de genres ou des orientations sexuelles, et des discriminations et stéréotypes. L'objectif est de créer un partage et des échanges entre les parents et leurs enfants. Ces jeux ont été validés par des médecins et le Planning Familial.

Contactez les antennes 22 et 35 pour connaître la disponibilité des jeux dans leur fonds.



**Public : Adolescent 11-14 ans, adolescent 14-18 ans, jeune adulte 18-25, adulte, parent**

**Localisation : IREPS 29, 56**

*Cette mallette est très complète et possède de multiples jeux pour aborder la thématique auprès des jeunes à partir de 12 ans : la contraception, les IST, les inégalités, le consentement, et le vocabulaire de la VAS.*

*Nous aimons particulièrement le « Jeu des privilèges », le « Jeu du consentement » et « C'est pas tabou » pour aborder le sujet avec des lycéens. Cet outil, qui les rend acteurs dans l'animation, permet d'échanger avec eux sur les notions d'égalité, de choix/d'écoute, de libre arbitre et de mettre des mots sur la sexualité.*

*Conseils indispensables : animer les séances en binôme avec des professionnels formés et très à l'aise avec la thématique sans oublier de bien travailler le cadre de bienveillance avec le groupe.*

*Groupe outils IREPS*

Transversal

**Câlins-malins - Edition 2021 [Jeu].** Saint-Brieuc : ADIJ 22 (Association départementale Information Jeunesse des côtés d'Armor), 2021.

Cet outil (entièrement refondu et réactualisé en 2021), destiné aux jeunes de 12 à 25 ans, permet de travailler sur la contraception et plus largement la vie affective et sexuelle. Il a pour objectifs d'apporter des informations précises aux jeunes sur la sexualité en mettant l'accent sur la dimension affective ; de faire émerger les idées reçues et les aprioris sur la contraception, les IST, les relations de couple, la grossesse désirée ou non, la sexualité, le genre, les stéréotypes, etc. ; de libérer la parole et l'expression des jeunes en favorisant l'écoute et le dialogue par une approche ludique ; de favoriser la mise en réseau des différents acteurs de prévention autour de la thématique de la vie affective et sexuelle. Les questions proposées par le jeu abordent également le corps humain (appareils génitaux masculin et féminin), le fonctionnement du cycle féminin, le respect de soi et des autres ainsi que les violences et les discriminations. Le livret pédagogique propose des pistes d'organisation et d'animation et apporte des connaissances (scientifiques, médicales, législatives...) sur les différents sujets abordés par le jeu.



**Public :** Adolescent 11-14 ans, adolescent 14-18 ans, jeune adulte 18-25

**Localisation :** IREPS 22, 29, 35, 56

*L'outil, fréquemment emprunté, est une valeur sûre dans nos centres de doc pour les animations sur ce thème avec un public jeune à partir de 12 ans. Sous forme de jeu de société, il permet d'aborder la thématique de manière ludique. Pour l'animation, il nous semble indispensable d'être en binôme avec un animateur de jeu pour rythmer les échanges et un professionnel de santé pour aborder les contenus théoriques et répondre avec précision aux questions des jeunes. La nouvelle version de cet outil propose des défis ludiques à relever. Petit bémol, le plateau de jeu est désormais plus petit mais le dé de couleurs permet de s'en passer !*

Groupe outils IREPS



**Place2be. Et si vous preniez le contrôle du réseau ? [Jeu] /** PLISNIER D., HUPIN A., FRETTO A., et al. Soignies : Centre de planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes asbl, 2020.

Place2Be est un outil jeu destiné aux adolescents de 11 à 18 ans qui permet d'ouvrir avec les jeunes un espace de discussion et de débat autour des réseaux sociaux et des comportements relationnels, C'est un jeu de société coopératif qui invite les joueurs à s'impliquer en prenant des décisions qui influenceront le déroulement du jeu. Il présente 15 histoires dont certaines s'adressent aux élèves plus âgés alors que d'autres peuvent être utilisées dès 11 ans.

Transversal



**Public :** Adolescent 11-14 ans, adolescent 14-18 ans

**Localisation :** IREPS 22, 29, 35, 56

*Place2be est un outil coopératif destiné aux ados qui permet d'échanger avec les jeunes sur différentes thématiques à travers l'usage des réseaux sociaux. A partir de l'histoire de personnages nous pouvons aborder des thèmes tel que le sexisme, le porn Revenge, l'homophobie, le cyber harcèlement, les rencontres amoureuses, etc. La prise en main de l'outil vous demandera un peu de temps d'appropriation pour pouvoir l'animer. Nous vous conseillons d'être en binôme avec un professionnel qui maîtrise bien les codes de communication des réseaux sociaux. L'utilisation de cet outil nécessite une expérience dans l'animation de débats entre jeunes.*

Groupe outils IREPS



## A DÉCOUVRIR EN PLUS !

### Puberté



**Publics : Enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans**

**Localisation : IREPS 29, 56**

*Cet outil contient des planches anatomiques et peut venir en support lors d'animation.*

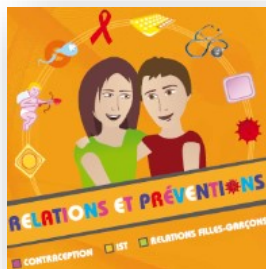


**Publics : Enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans**

**Localisation : IREPS 22, 29, 56**



### Contraception, IST, IVG



*Point de vigilance : Prendre en compte les évolutions du cadre légal.*



4

**Tom et Léa : en route vers la puberté [Coffret pédagogique] /** PLISNIER D., HUPIN A., FRETTO A. Bruxelles [Belgique] : Centre de planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, 2019.

Cet outil d'animation sur le thème de la puberté est destiné aux 10-14 ans. Il est conçu autour du parcours de Tom et Léa, une paire de faux jumeaux âgés d'environ 10 ans qui entrent dans la puberté et qui vivent de nombreux changements du corps et des pensées : boutons, poils, règles, érections, crise d'adolescence... Grâce à de nombreuses planches anatomiques et à un système de silhouettes évolutives, les corps de Tom et Léa évoluent au fil de l'animation, passant de corps d'enfants à des corps d'adolescents. Tous les changements majeurs de la puberté peuvent ainsi être abordés de manière simple, claire et visuelle. Un livret pédagogique accompagne l'outil pour fournir aux intervenants les informations essentielles sur les thématiques abordées : l'acné, les poils, les organes génitaux, les règles, la poitrine, les éjaculations et le prépuce, la mue de la voix, la fécondation et la grossesse, les jumeaux, les relations amoureuses, les relations familiales...

**Que se passe-t-il dans nos culottes? : carnet d'activités pour les filles et les garçons à partir de 9 ans et son carnet d'accompagnement pour les adultes [Dossier pédagogique].** Ixelles [Belgique] : FCPPF (Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial), 2020.

Ce dossier pédagogique est composé de deux cahiers à destination des enfants à partir de 9 ans et des adultes. Ils contiennent des informations, des activités et des conseils pour mieux se connaître et comprendre les menstruations, la sexualité et la puberté. Le cahier pour les adultes a pour objectif de les aider à échanger sur le sujet avec les enfants.

**Relation & prévention [Jeu] ! /** PINTAS C., CARTON V. Nantes : Gynécologie sans frontières, 2013.

Ce jeu permet d'aborder trois thèmes de santé : la contraception, les infections sexuellement transmissibles, les relations filles garçons. L'outil vise à apporter des connaissances, à corriger certaines idées fausses, à faire découvrir les différents moyens contraceptifs, à sensibiliser au dépistage des IST et à développer des stratégies de prévention efficaces. Cette nouvelle version se substitue au premier jeu "Contraception et IST".

**Publics : Adolescent 14-18 ans , jeune adulte 18-25, adulte**  
**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**

**Contraception : tout SEXplique [Exposition].** Grenoble : MFPP (Mouvement français pour le planning familial) d'Isère , 2014. 11 affiches - 47 x 70 cm

Cette exposition a pour but de favoriser le dialogue autour de la contraception. L'objectif est de que les hommes et les femmes se sentent concernés à part égale. Il s'agit également de mobiliser sur la défense du droit à la contraception et à l'avortement. Plan de l'exposition : introduction ; les grandes dates ; le corps : appareil génital de la femme et de l'homme ; les différentes méthodes de contraception ; les méthodes hormonales, la méthode thermique ; les méthodes barrières ; les méthodes dites naturelles, la stérilisation à visée contraceptive ; les oublis, les imprévus ; l'interruption volontaire de grossesse ; le droit à l'avortement ; questions fréquentes.



### Genre et égalité

**Les p'tits égaux [Répertoire]** / BRUN Delphine, DEVIGNY Delphine. Annecy : Préfecture de Haute Savoie , 2005.

La socialisation des enfants, différenciée selon que l'on soit fille ou que l'on soit garçon, contribue à l'émergence et à l'aggravation des inégalités entre les femmes et les hommes. Aussi, le programme " Les p'tits égaux " est un répertoire d'activités novateur pour la construction de rapports égalitaires entre les filles et les garçons âgés de 5 à 10 ans .

**Publics : Enfant 3-7 ans**

**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**



**Filles et garçons : questions de respect ? [Jeu].** Paris : Valoremis, 2010.

Issu de la collection "Questionnons Autrement", voici un support de cartes au service de débats éducatifs et citoyens dans le cadre d'ateliers.

Le respect, l'autonomie, la singularité, l'identité sont autant de sujets abordés par les 72 questions ouvertes proposées aux utilisateurs. Pour les professionnels en situation éducative en milieu scolaire ou périscolaire, cet outil de médiation permet d'aborder de manière vivante et ludique les stéréotypes et les attitudes discriminantes :  
-Etre en groupe. Est-ce une force? Une faiblesse? Explique.  
-Quel sujet te semble tabou pour l'autre sexe? Donne 2 exemples.  
-L'égalité Homme/Femme, cela veut dire quoi, pour toi?  
-Un couple visiblement "mixte", cela veut dire quoi pour toi?, etc.

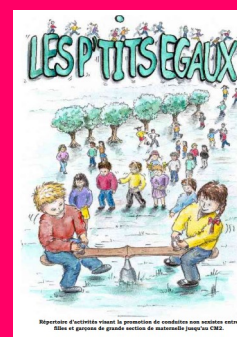
**Publics : Enfant 3-7 ans**

**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**



**Publics : Adolescent 14-18 ans, jeune adulte 18-25 ans, adulte**

**Localisation : IREPS 29**



## Violences sexistes et sexuelles



**Publics : Adolescent 11-14 ans, adolescent 14-18 ans, jeune adulte 18-25 ans**

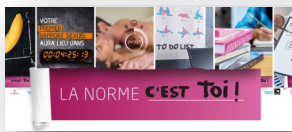
**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**

**Corps, communication et violence à l'adolescence : construire des repères en groupe. [Photo-expression]** / BELISLE C. Lyon : Chronique sociale, 2008. 79 p. + 48 photos coul.

Ce photo-expression est un outil pour l'éducation des adolescents et jeunes adultes à la sexualité, et plus particulièrement pour travailler avec eux les difficiles questions de la transformation corporelle, encore trop souvent liée à l'ignorance et à l'indicible, ou à l'interdit et à la violence. Cet outil, qui résulte du travail d'un groupe de professionnels de l'éducation à la santé, fait partie d'un projet collectif de prévention initié par le Point accueil écoute jeunes Le passage de Carpentras, en partenariat et avec l'appui du Comité départemental d'éducation pour la santé de Vaucluse.



## Transversal



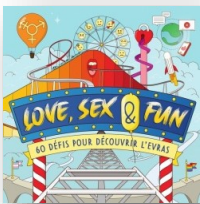
**Publics : Adolescent 14-18 ans**

**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**



**La norme, c'est toi ! [Exposition].** Rennes : Conseil régional de Bretagne, 2018. 10 affiches, 1 guide d'animation, 30 dépliants d'information

L'outil est composé d'un ensemble de 10 affiches qui interrogent de façon ludique et décalée les normes et stéréotypes, les représentations sociales et sociétales qui peuvent impacter l'épanouissement de la sexualité des jeunes. Un guide d'animation et un dépliant d'information sont également présents.



**Publics : Adolescent 14-18 ans, jeunes adulte 18-25, adulte**

**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**



**Love, sex & fun : 60 défis pour découvrir l'EVRAS [Jeu].** Ixelles [Belgique] : FCPPF (Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial), 2020.

Ce jeu propose de relever des défis en lien avec les thèmes de l'Éducation à la Vie Relationnelle, Affective et Sexuelle (EVRAS). Dans cet outil pédagogique, vous découvrirez ou approfondirez des sujets passionnants comme : la sexualité, la puberté, les relations amoureuses, les violences, les stéréotypes de genre...

Les défis ? Mimer, modeler, dessiner, répondre aux différentes questions ou encore faire deviner un mot aux équipes adverses.

*Point de vigilance : A adapter car l'outil s'appuie sur la réglementation belge ! Un tri dans les cartes peut être nécessaire en fonction de l'âge.*

## FOCUS SUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP



**Vie affective, relationnelle et sexuelle des personnes en situation de handicap** / CARLES-ONNO Flora. Rennes : IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion pour la santé Bretagne), 2020. 69 p.

Ce catalogue vous présente une sélection de supports pour vous aider dans le choix d'outils pédagogiques adaptés à des interventions sur la vie affective, relationnelle et sexuelle pouvant être menées auprès de personnes en situation de handicap mental ou moteur.

[En ligne](#)



## GROUPE « OUTILS » DE L'IREPS BRETAGNE

L'IREPS Bretagne a décidé d'améliorer ses services et son conseil dans le choix des outils adaptés aux besoins de ses usagers en s'appuyant sur l'expertise du groupe « Outils », constitué de chargés de projet et de documentalistes/chargées de diff. des départements 29 et 56.

-Une sélection d'outils « Coups de cœur » est valorisée dans les centres de documentation et au travers des newsletters « Plein phare sur... »

-Des avis sur les outils formulés par les chargés de projet de l'IREPS Bretagne ainsi que que les emprunteurs des centres de documentation sont consultables sur les portails documentaires. Ils prennent la forme d'un commentaire sur les conseils d'utilisation, les points forts, les points de vigilance, etc.

-Des ateliers de découverte outils :

- À Auray : le 13/10/2022
- À Quimper : le 20/10/2022

Et très prochainement sur les autres départements.

IREPS Bretagne et ses antennes

4A, rue du Bignon  
35000 Rennes

2 rue Alexander Fleming -  
Impasse des Villes Hervé  
22190 Plérin

9-11, rue de l'Île d'Houat  
29000 Quimper

24, rue Colonel Faure  
56400 Auray

Email : [contact@irepsbretagne.fr](mailto:contact@irepsbretagne.fr)

Site internet :

<https://irepsbretagne.fr>



## VIDÉOS

### -Lumni

Cette plateforme à destination des enseignants propose de courtes séquences vidéo (notamment la série "1 jour 1 question") accompagnées de documents, dossiers ou sites complets, jeux... [En ligne](#)

### -Genitalia

Cette série de 10 vidéos pédagogiques aborde sans tabou les organes génitaux, l'identité et le genre. Elle propose 5 vidéos d'animation et 5 vidéos de témoignages.

[En ligne](#)

### -OnSexprime.fr

Le site propose un large choix de vidéos dont la série « Sexo tuto » et « Askip ».

[En ligne](#)

### -Consentement « Tasse de thé »

Le consentement sexuel expliqué à travers une tasse de thé. [En ligne](#)

### -Mathilda

Plateforme de vidéos pédagogiques dédiées à l'égalité entre les sexes. [En ligne](#)

### -Et tout le monde s'en fout

Web-série diffusé sur youtube qui aborde des thèmes aussi variés que le désir, le bonheur mais également le genre, l'estime de soi, le couple et les femmes. [En ligne](#)

[En ligne](#)

### -La sexualité. Pour comprendre

Cette série sur la sexualité, proposée par Santé publique France, contient 4 vidéos animées simples à comprendre, conçues pour être accessibles à tous.

[En ligne](#)

### -Amour sans violence

Les 4 vidéos de la campagne #AmourSansViolence présentent des situations de jeunes couples dans laquelle une relation d'emprise s'installe ou s'est installée.

On y voit les 4 phases du cycle des violences s'y dérouler. [En ligne](#)

## POUR ALLER PLUS LOIN



La vie affective  
et sexuelle

### La vie affective et sexuelle : comprendre et agir en promotion de la santé

Ce dossier, disponible dans la rubrique « Je fais le point sur... » du [portail Infodoc](#) en Promotion de la santé Bretagne a été produit par les documentalistes de l'IREPS Bretagne pour faciliter votre recherche et vous fournir des informations sélectionnées et structurées sur le sujet.

#### Comité de rédaction :

Maud Begnic / Alexandrine Gandon (IREPS 56)

[contact56@irepsbretagne.fr](mailto:contact56@irepsbretagne.fr)

Lucie Rigaudière/Flora Carles-Onno (IREPS 29)

[contact29@irepsbretagne.fr](mailto:contact29@irepsbretagne.fr)