

Francine Duquet  
Geneviève Gagnon et Mylène Faucher



# OSER

être soi-même



Projet «Outiller les jeunes face à l'hypersexualisation»

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



Francine Duquet  
Geneviève Gagnon et Mylène Faucher



# OSER

être soi-même



Projet « Outiller les jeunes face à l'hypersexualisation »

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





# *Ressources en ligne*



Projet « Outiller les jeunes face à l'hypersexualisation »

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



## Quelques sites éducatifs sur la sexualité pour les jeunes ou les intervenants ou même les parents<sup>1</sup>

J=Jeunes I=Intervenants P=Parents

### **Aide et écoute**

[www.teljeunes.com](http://www.teljeunes.com) [J]

*Tel-jeunes*: organisme d'aide où des intervenants répondent, soit par messagerie électronique, soit par téléphone, aux préoccupations générales des enfants et des jeunes (5 à 20 ans), mais aussi aux appels à l'aide. Confidentiel et gratuit, et accessible 24hres/7 jours.

[www.ligneparents.com](http://www.ligneparents.com) [I-P]

Site Internet à l'intention des parents ou des intervenants travaillant auprès d'enfants âgés entre 0 et 20 ans. Ce site offre soutien et réconfort aux parents et aux intervenants en leur donnant la possibilité de participer aux forums, de les consulter ou encore de partager leurs préoccupations. Des intervenants professionnels de *LigneParents* sont également disponibles en tout temps, au téléphone, au numéro sans frais : 1 800 361-5085.

[www.jparle.com](http://www.jparle.com) [J-I-P]

*Parler, c'est grandir...* Site du Gouvernement du Québec: ministère de la Santé et des Services sociaux. Trois grands blocs: parler, communiquer et écouter et où l'on peut choisir le point de vue des ados ou celui des adultes.

[www.jeunessejecoute.ca](http://www.jeunessejecoute.ca) [J-I-P]

*Jeunesse j'écoute*: organisme d'aide où des intervenants répondent, soit par messagerie électronique, soit par téléphone, aux préoccupations générales des jeunes, mais aussi aux appels à l'aide. Site s'adressant également aux parents et intervenants. Bloc d'infos sur divers thèmes liés aux préoccupations des jeunes.

### **Médias et Internet**

[www.coalition-cncps.org/](http://www.coalition-cncps.org/) [I-P]

La *Coalition nationale contre les publicités sexistes* (CNCPS) est un organisme sans but lucratif qui a été mis sur pied dans le but d'éliminer les publicités sexistes en les dénonçant et en exigeant leur retrait. Le site contient un Guide de dénonciation contre les publicités sexistes en plus de présenter différentes actions de la CNCPS et de ses membres. Des lettres de dénonciation sont également fournies.

[www.media-awareness.ca](http://www.media-awareness.ca) [I-P]

Ce site du *Réseau Éducation-médias* (organisme canadien à but non lucratif, pionnier de l'éducation aux médias depuis 1996) présente une vaste gamme de ressources pour contribuer à développer l'esprit critique des jeunes à l'égard des médias. Le site concerne les parents et le personnel enseignant. Il leur fournit de la documentation, des conseils, de même que des suggestions d'activités pour discuter avec les jeunes et gérer efficacement les médias à la maison comme à l'école. Comment aider les enfants et les adolescents à devenir des internautes avertis? Des pistes d'action et bien plus!

<sup>1</sup> Il se peut que des adresses ne soient plus effectives au moment où vous avez accès à ces informations. Dernière mise à jour juin 2010.

[www.genrimages.org](http://www.genrimages.org) [I-P]

*Genrimages* est un site Internet pédagogique à l'intention des enseignants, des éducateurs, des parents. Il a été conçu et réalisé par le Centre audiovisuel Simone de Beauvoir pour sensibiliser les élèves, les jeunes au décodage et à l'analyse de représentations sexuées trop souvent stéréotypées.

[www.webaverti.ca/french/default.html](http://www.webaverti.ca/french/default.html) [P]

*WebAverti* est le fruit d'une préoccupation commune de Microsoft Canada, du Réseau Éducation-Médias et de Bell Canada à l'égard de la sécurité dans Internet. Ce site regorge d'informations, d'outils et de conseils qui aideront les parents qui veulent enseigner à leurs enfants comment réagir aux dangers

[www.rcmp-grc.gc.ca/is-si/index-fra.htm](http://www.rcmp-grc.gc.ca/is-si/index-fra.htm) [J-I-P]

Ce site de la Gendarmerie royale du Canada aborde le thème de la « sécurité dans Internet » et réfère également au site « Fais le bon choix.org » au <http://deal.org/fr/the-knowzone/internet-safety/>. Est présentée une panoplie d'outils tels que des conseils de sécurité, des présentations, des jeux pour les enfants ainsi que des liens donnant accès à des ressources approuvées par la police, qui aident les enfants et les jeunes ainsi que leurs parents à naviguer dans Internet en toute sécurité.

[www.decodeleweb.com](http://www.decodeleweb.com) [J]

Dans la continuité de son action pour la protection de l'enfance dans Internet, MSN a créé *decodeleweb.com*, un site destiné aux 11-15 ans. Au cours d'un itinéraire ludique, ces derniers pourront suivre les pérégrinations de CYB404, un cyberguide qui leur apprendra à reconnaître et à éviter tous les dangers du Réseau. Des exemples, plus ou moins caricaturaux, des personnages « louches » qui hantent le Web sont présentés et servent à donner des outils aux jeunes pour ne pas tomber dans les pièges du cyberspace et être en mesure de mieux réagir face à différentes situations qui peuvent se présenter dans Internet.

### **Égalité des sexes**

[www.csf.gouv.qc.ca](http://www.csf.gouv.qc.ca) [I-P]

Il s'agit du site du *Conseil du statut de la femme du Québec* (CSF). Le CSF est un organisme gouvernemental de consultation et d'études qui veille, depuis 1973, à promouvoir et à défendre les droits et les intérêts des Québécoises. Le site contient des publications de même que les numéros du magazine *La Gazette des femmes*. Deux numéros de la Gazette s'adressent aux jeunes (septembre-octobre 2006 et novembre-décembre 2007).

[www.fillesdaction.ca](http://www.fillesdaction.ca) [J]

*Filles d'action/POWER Camp National* est un organisme sans but lucratif qui soutient le renforcement du pouvoir d'agir et le leadership des filles et des jeunes femmes au Canada. Les programmes abordent des thèmes tels que la prévention de la violence, l'engagement citoyen, l'éducation par les arts, l'antiracisme et la promotion d'une santé générale et d'une sexualité saine. À travers ses programmes locaux pour les filles et les jeunes femmes, le réseau national *Filles d'action* œuvre à ce que chaque fille possède les éléments indispensables pour participer activement à la société, développer ses forces, découvrir son potentiel et acquérir la confiance nécessaire pour partager ses talents avec le monde.



### ***Image corporelle et affirmation de soi***

[www.initiativevraiebeaute.ca](http://www.initiativevraiebeaute.ca) [J-I-P]

Sous la bannière *Dove*, la compagnie Unilever a mis en œuvre la campagne *Initiative vraie beauté* visant à sensibiliser les filles à l'importance d'être bien dans sa peau et à surmonter les pressions des médias et de l'industrie de la beauté. Des ressources sont également disponibles pour les parents et les personnes qui œuvrent en éducation. Le site présente aussi des capsules vidéo captivantes qui portent un regard critique sur l'industrie de la beauté. En cliquant sur l'onglet Fonds d'estime de soi, le site donne accès à des pistes pour encourager une estime de soi plus positive chez les jeunes filles et les femmes, que ce soit en tant que parents ou éducateurs.

### ***Éducation à la sexualité en général***

[www.casexprime.gouv.qc.ca](http://www.casexprime.gouv.qc.ca) [I]

Ce site présente le magazine *Ça s'exprime* qui est destiné au personnel enseignant et aux intervenants menant des activités d'éducation à la sexualité auprès des jeunes du secondaire. Les textes sont rédigés par des étudiants à la maîtrise en sexologie de l'Université du Québec à Montréal sous la supervision de Francine Duquet, professeure au Département de sexologie. Le magazine est produit par le ministère de la Santé et des Services sociaux en collaboration avec Tel-jeunes. Un forum a été développé pour les lecteurs du magazine afin qu'ils puissent communiquer entre eux et mettre en commun leurs expériences d'intervention auprès des adolescents en matière d'éducation à la sexualité suite à l'implantation d'activités proposées dans le magazine.

[www.santepub-mtl.qc.ca/relationsamoureuses/boite/index.html](http://www.santepub-mtl.qc.ca/relationsamoureuses/boite/index.html) [I]

Conscients du besoin des intervenants de disposer d'instruments pour orienter et soutenir efficacement leur travail, ils ont préparé cette boîte à outils qui répertorie les programmes et les activités concernant les relations amoureuses des jeunes, la prévention de la violence dans les relations amoureuses et interpersonnelles ainsi que des thèmes connexes comme la sexualité, l'orientation sexuelle, etc. Certains documents sont téléchargeables en format PDF (voir dossier PDF), d'autres sont disponibles sur commande moyennant certains frais.

[www.santepub-mtl.qc.ca/](http://www.santepub-mtl.qc.ca/) [I]

Le site de la *Direction de la Santé publique de Montréal* permet d'acheter une multitude de publications sur la sexualité. Cliquer sur l'onglet « publications » et sur la thématique désirée.

<http://elysa.uqam.ca> [J-I-P]

Site d'éducation à la sexualité style questions-réponses. Vous posez une question et une équipe de sexologues de l'Université du Québec à Montréal vous répond dans un délai d'une semaine environ. Vous avez également accès aux questions et réponses des années précédentes. Ce site ne s'adresse pas spécifiquement aux ados, mais on y retrouve des questions que des ados ont posées ainsi que les réponses données par les experts.

[www.jeunesensante.ca](http://www.jeunesensante.ca) [J]

Réalisation de l'*Association canadienne pour la santé des adolescents*. Cette association regroupe des intervenantes et intervenants auprès des jeunes, provenant de plusieurs professions et milieux, que ce soit du domaine de la santé mentale et physique, de la santé publique, de l'éducation, de la recherche

ou de l'action communautaire. Le site Internet propose aux jeunes des informations de qualité pour les aider à se maintenir en santé et à effectuer des choix en regard de la sexualité (rubriques : sexe sans inquiétude ; parler sans gêne ; corps et âme ; quiz et jeux ; atelier). Les jeunes sont également invités à poser des questions ou à consulter les réponses à des questions d'autres jeunes.

[www.masexualite.ca](http://www.masexualite.ca) [J-I-P]

Ce site de la *Société d'obstétrique et de gynécologie du Canada* se consacre à la diffusion d'informations fiables et d'actualité en matière de santé sexuelle. Éducatif et interactif, il comprend différentes sections informatives qui s'adressent aux parents, aux adolescents, au personnel enseignant et aux personnes qui travaillent dans le domaine de la santé. Le site offre aussi des conseils, des jeux et des pistes d'intervention. On peut également y commander gratuitement du matériel promotionnel pour les jeunes.

<http://cfsh.ca/fr/> [I-P]

La *Fédération canadienne pour la santé sexuelle* travaille à promouvoir la santé et les droits sexuels et génésiques au Canada et dans le monde. La FCSS est un organisme pro-choix. Ce site offre ressources et informations sur divers sujets liés à la sexualité (ex. prévention ITSS, contraception, anatomie sexuelle, orientation sexuelle, plaisir sexuel, grossesse, etc.).

[www.onsexprime.fr/](http://www.onsexprime.fr/) [J]

Ce site *On s'exprime...* pour de vraies réponses sur la sexualité se veut éducatif et s'adresse aux jeunes. On y retrouve des quiz, des tests, des témoignages et des réponses aux questions de jeunes. Il s'agit d'un site français ayant été conçu par l'*Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé* (INPES).

[www.ciao.ch](http://www.ciao.ch) [J]

Site suisse donnant des informations aux adolescents sur différents thèmes, dont la sexualité humaine. Le site donne aussi accès à des forums de discussion et à diverses ressources relativement aux thématiques abordées. De plus, les jeunes peuvent poser leurs questions à des professionnels.

<http://www.aitq.com/documentation/repertoires.htm> [I]

Site de l'*Association des intervenants en toxicomanie du Québec* qui présente un Répertoire des activités et programmes reliés à la sexualité et aux ITSS.

[www.adosante.org](http://www.adosante.org) [J]

Site fournissant de l'information fiable et à jour sur les questions que se posent les jeunes des provinces de l'Atlantique sur la santé générale, avec un volet santé sexuelle. Le site propose également un répertoire de ressources et services disponibles pour les jeunes.

### **Prévention de la violence**

[www.santepub-mtl.qc.ca/relationamoureuses](http://www.santepub-mtl.qc.ca/relationamoureuses) [I]

Le *Projet Relations amoureuses des jeunes* s'adresse aux intervenants des milieux de l'éducation, des services sociaux, de la santé et du milieu communautaire qui œuvrent auprès des jeunes. Leurs objectifs sont d'offrir de la formation et de favoriser les échanges entre les intervenants, de soutenir la production et la diffusion d'outils, de soutenir des activités régionales et locales qui permettent de sensibiliser les jeunes et les milieux en plus de sensibiliser les décideurs, les milieux jeunesse et les médias.

## Ressources en ligne

[www.msss.gouv.qc.ca/sujets/prob\\_sociaux](http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/prob_sociaux) [I]

Site du ministère de la Santé et des Services sociaux présentant diverses ressources en lien avec des problèmes sociaux (ex. agressions sexuelles, jeunes en difficulté, toxicomanie, violence conjugale, grossesse à l'adolescence, etc.).

[www.agressionsexuelle.com](http://www.agressionsexuelle.com) [J-P]

Site issu de la campagne *Parler, c'est grandir* parrainée par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Gouvernement du Québec. Des informations sur ce qu'est une agression sexuelle, sur les conséquences et sur l'aide que la victime peut obtenir sont données.

[www.aimersansviolence.com/fr](http://www.aimersansviolence.com/fr) [J]

*Aimer sans violence. La violence, c'est pas toujours frappant, mais ça fait toujours mal!* est conçu par le ministère de la Santé et des Services sociaux du gouvernement du Québec. Des infos, des jeux-questionnaires, des vidéos sont présentés pour développer chez les jeunes des relations amoureuses saines.

<http://viraj.psy.ulaval.ca> [I]

Ce site donne accès gratuitement à deux programmes de prévention et de promotion des relations amoureuses des jeunes, de la violence et du harcèlement. Le site contient toute l'information pour permettre au personnel enseignant et aux animatrices et animateurs d'offrir les programmes *VIRAJ* et *PASSAJ* et de diriger les jeunes vers les ressources adéquates.

[www.cliquesurtoi.com](http://www.cliquesurtoi.com) [J-I]

Ce site, conçu par le *Centre de Prévention et d'Intervention pour les Victimes d'Agression Sexuelle* (CPIVAS) de Laval, rend accessible le contenu du programme de prévention des agressions sexuelles et de la violence dans les relations amoureuses du CPIVAS. Il peut être utile pour les jeunes qui se posent des questions sur leur relation ou pour les professeurs ou éducateurs qui désirent aborder cette problématique.

[www.cendrillon.ca](http://www.cendrillon.ca) [J]

Ce site est conçu par l'organisme *Projet Intervention Prostitution de Québec* (PIPQ). Il explique aux jeunes la prostitution juvénile par les gangs de rue ainsi que ses conséquences. Se veut un outil de prévention.

[www.adoslaviolence.org/](http://www.adoslaviolence.org/) [J]

Le projet *Ados la violence*, subventionné par l'Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière, vise à sensibiliser les jeunes à la violence dans les relations amoureuses et à promouvoir les rapports égalitaires entre les garçons et les filles de 12 à 14 ans. Le site contient des vidéos, des jeunes, une foire aux questions, des ressources et des informations sur la violence et ses conséquences.

[www.crpssp.qc.ca/](http://www.crpssp.qc.ca/) [I]

Site du *Centre québécois de ressources en promotion de la sécurité et en prévention de la criminalité* présentant divers programmes notamment sur l'intimidation, les gangs de rue, la prostitution juvénile, la violence en milieu scolaire et la violence dans les relations amoureuses.

[www.croixrouge.ca](http://www.croixrouge.ca) [J-I-P]

Site de la *Croix-Rouge* canadienne ayant une section entière dédiée à la prévention de la violence, volet *ÉduRespect*. La violence dans les fréquentations amoureuses, les droits des enfants, l'intimidation et l'éducation préventive en ligne sont divers thèmes abordés.

### **Orientation sexuelle**

[www.algi.qc.ca/asso/p10/](http://www.algi.qc.ca/asso/p10/) [J]

Le site explique le mandat de l'organisme *Projet 10*, situé à Montréal et qui s'adresse aux jeunes gais, lesbiennes, bisexuels-les, intersexuels-les, allosexuels-les, transsexuels-les, bispirituels-les. Ils ont une ligne d'écoute et abordent divers thèmes liés à des préoccupations précises (ex. clarification de son orientation sexuelle, dépression, drogues, prévention du suicide, développement et épanouissement des jeunes gais, lesbiennes et bisexuel(le)s (GLB), etc.).

[www.gai-ecoute.qc.ca](http://www.gai-ecoute.qc.ca) [J-I-P]

*Gai Écoute* propose des services d'aide et de renseignements à l'intention des personnes intéressées par les questions relatives à l'orientation sexuelle. Cet organisme offre gratuitement une écoute téléphonique (7 jours/semaine ; entre 8:00 heures AM et 3:00 heures AM), des réponses à des questions envoyées par courriel et un site bien étoffé dans lequel on peut trouver diverses ressources et des regroupements gais et lesbiennes partout au Québec.

[www.algi.qc.ca/asso/jlambda](http://www.algi.qc.ca/asso/jlambda) [J]

*Jeunesse Lambda* est un groupe d'accueil francophone de discussion et d'activités par et pour les jeunes gais, lesbiennes, bisexuel(le)s ou en questionnement âgés de 25 ans et moins. C'est un organisme à but non lucratif, situé à Montréal, qui a été créé par des jeunes voyant dans l'entraide par les pairs et la socialisation, la réponse aux questions de coming-out et d'acceptation.

[www.sero-zero.qc.ca](http://www.sero-zero.qc.ca) [I]

*Rézo* (anciennement *Séro-Zéro*) est un organisme communautaire montréalais, actif depuis 1991, qui propose aux hommes gais, bisexuels ou ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes divers programmes gratuits de promotion de la santé et de prévention du VIH/sida et des ITSS.

### **Planning des naissances**

[www.sosgrossesse.org/](http://www.sosgrossesse.org/) [J-I-P]

*S. O. S. Grossesse* est un organisme offrant un service d'écoute téléphonique, d'information et d'accueil à toute personne directement ou indirectement concernée par des situations relatives à la grossesse qu'elle soit planifiée ou non, à la contraception, à l'avortement et à la sexualité. Leur site donne des informations sur les droits des femmes enceintes, la contraception, l'IVG, etc.

[www.sicsq.org/](http://www.sicsq.org/) [I-P]

Le *Service d'information en contraception et sexualité de Québec* poursuit deux grands objectifs: sensibiliser et informer la population en matière de santé de la reproduction et de la sexualité. Le site contient des informations au sujet des ITSS, de la contraception, de la ménopause et de l'andropause, du syndrome prémenstruel ainsi que quelques informations destinées aux parents quant à la sexualité adolescente.

[www.fqpn.qc.ca/](http://www.fqpn.qc.ca/) [I]

La *Fédération du Québec pour le planning des naissances* (FQPN) est le seul groupe au Québec à travailler dans cette optique sur des dossiers tels que fertilité, contraception, nouvelles technologies de reproduction humaine (NTRH), avortement, éducation à la sexualité, politique familiale ainsi que femmes, population et développement. Les actions et publications de la FQPN s'adressent à toutes les femmes en âge de procréer et visent à développer leur autonomie individuelle et collective face à leur santé, leur reproduction et leur sexualité.

### **Prévention des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS)**

[www.msss.gouv.qc.ca/itss](http://www.msss.gouv.qc.ca/itss) (Onglet : documentation) [J-I-P]

Site du *Service de lutte aux ITSS* du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec présentant les orientations ministérielles en matière de santé sexuelle. Divers outils (guide de pratique, cadres de référence, dépliants, campagnes de communication) sont disponibles.

[www.tasjusteunevie.com](http://www.tasjusteunevie.com) [J]

Site du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec en lien avec les campagnes de prévention des ITSS, du jeu et de la dépendance aux drogues auprès des jeunes

<http://itss.gouv.qc.ca> [J-I-P]

Site du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec présentant diverses informations sur les ITSS pour la population en général. Jeu questionnaire interactif.

[www.jcapote.com](http://www.jcapote.com) [J]

Site du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec présentant aux jeunes diverses informations au sujet de la protection sexuelle. Jeu attractif de type questions-réponses.

[www.aitq.com/documentation/repertoires.htm](http://www.aitq.com/documentation/repertoires.htm) [I]

Site de l'*Association des intervenants en toxicomanie du Québec* présentant un Répertoire des activités et programmes reliés à la sexualité et aux ITSS.

[www.phac-aspc.gc.ca/std-mts/index-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/std-mts/index-fra.php) [J-I-P]

Site de l'Agence de santé publique du Canada portant sur la santé sexuelle et les infections transmissibles sexuellement.

[www.cliniquelactuel.com](http://www.cliniquelactuel.com) [I]

La *clinique médicale l'Actuel* est spécialisée dans le dépistage et le traitement des ITSS. Son site Internet offre du contenu rédactionnel et photographique, des liens et des éléments graphiques pour répondre aux attentes en termes d'informations médicales et bio-psycho-sociales sur les ITSS, le VIH et le développement d'une sexualité saine. Le site s'adresse à toute personne inquiète ou touchée par les ITSS. Il y a une section portant spécifiquement sur la santé sexuelle des GLBT (gais, lesbiennes, bisexuels-les ou transsexuel-les).

[www.bag.admin.ch/hiv\\_aids/05464/05470/05779/05787/index.html?lang=fr](http://www.bag.admin.ch/hiv_aids/05464/05470/05779/05787/index.html?lang=fr) [J-I-P]

La Confédération suisse a réalisé un jeu électronique interactif qui fait la promotion de l'utilisation du condom lors de relations sexuelles. Il s'agit de *Catch the Sperm*. Celui-ci peut être téléchargé comme outil d'éducation à la sexualité auprès des adolescents.

[www.stopsida.ch](http://www.stopsida.ch) [I]

Site suisse d'informations sur la prévention des ITSS. Spots publicitaires, affiches, informations sont disponibles.

[www.sero-zero.qc.ca](http://www.sero-zero.qc.ca) [I]

Rézo (anciennement Séro-Zéro) est un organisme communautaire montréalais, actif depuis 1991, qui propose aux hommes gais, bisexuels ou ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes divers programmes gratuits de promotion de la santé et de prévention du VIH/sida et des ITSS.

### **Loi**

[www.educaloi.qc.ca/](http://www.educaloi.qc.ca/) [J-I-P]

Site très instructif sur les différentes lois au Québec. Il y a un espace jeunesse ([www.educaloi.qc.ca/jeunes/](http://www.educaloi.qc.ca/jeunes/)) où une foule d'informations est transmise concernant les droits et obligations des adolescents, le système juridique et les différentes carrières en justice. On y retrouve des jeux, une BD, des activités éducatives.

[www.youthjusticenb.ca/fmain.asp](http://www.youthjusticenb.ca/fmain.asp) [J-I-P]

Site du *Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau-Brunswick* (Canada) présentant plusieurs publications sur les jeunes et la loi, des jeux, des ressources pour les enseignants ainsi que des renseignements sur bandes vidéo et présentations disponibles par le biais de l'organisme.