

# À partir de la 7<sup>e</sup> année

## Document de soutien au programme d'études sur le développement humain et la santé sexuelle de Durham Region Public Health

### Examen de la puberté

#### Discussion sur les ententes de groupe

Travaillez avec les élèves pour établir une liste d'ententes de groupe qui renforcera leur sentiment de sécurité et de confort pendant les cours de santé sexuelle.

Il est essentiel d'inclure les éléments suivants :

- Pas de questions personnelles ni de partage de renseignements privés.\*
- Vous avez le droit de sauter une question.
- Mettez l'accent sur le respect.

*\*Il convient de trouver un équilibre entre le fait d'encourager les élèves à parler de la vie réelle et une divulgation excessive de renseignements privés. Encouragez les élèves à utiliser l'expression "Je connais quelqu'un qui..." au lieu de divulguer le nom de la personne si vous divulguez des renseignements de nature personnelle.*

#### Activité 1: Introduction

##### Question de l'enseignant :

- Qui a suivi des cours sur la puberté en 5<sup>e</sup> ou 6<sup>e</sup> année? Qui n'a pas suivi de cours sur la puberté?

Rassurez les élèves en leur disant que la séance sera plus qu'une simple révision. Les cours suivants porteront sur les sorties et la prise de décision en matière de sexualité.

## Activité 2: Questionnaire sur la puberté

---

Lisez à haute voix les déclarations suivantes. À l'aide du guide de réponses en annexe, discutez des réponses avec la classes.

### Vrai ou faux

#### A. Changements corporels

1. La plupart des changements qui surviennent à la puberté sont les mêmes pour tous les genres.
2. Certains jeunes se posent des questions sur leur genre.
3. Les érections surviennent pour la première fois pendant la puberté.
4. Tous les pénis se ressemblent.
5. Peu importe le genre, chacun fait des rêves érotiques.
6. Les règles et l'urine (pipi) sortent du même orifice.
7. Il est sans danger d'utiliser des tampons en 7e année si l'on fait attention.
8. Des fluides vaginaux normaux changent tout au long du cycle menstruel.

#### B. Relations

1. De nombreux élèves de 7e année n'ont pas encore envie de "se fréquenter".
2. Une personne peut entendre un commentaire et penser que cette personne est en train de flirter. Une autre personne peut entendre le même commentaire et penser qu'il est blessant.
3. Vous pouvez amener quelqu'un à vous "aimer".
4. Les gens disent toujours la vérité sur les autres et sur ce qu'ils font

#### C. Sentiments sexuels

1. Il est normal d'avoir des sentiments sexuels en 7e année et il est normal de ne pas en avoir.
2. Il est important de parler à un adulte de confiance si vous avez été victime d'abus sexuels.
3. Il est courant d'avoir des attirances pour des personnes du même sexe pendant l'adolescence.

#### D. IST/VIH

1. Les personnes atteintes d'une infection sexuellement transmissible (IST) le savent toujours.
2. Les jeunes et les jeunes adultes présentent le plus grand nombre d'IST.
3. Toutes les IST peuvent être traitées.
4. Il est plus facile de contracter le VIH si vous avez déjà eu une IST.
5. Les préservatifs constituent une excellente protection contre de nombreuses IST.

## E. Ressources

1. L'internet est le meilleur endroit pour obtenir des renseignements sur les relations sexuelles.
2. Quiconque peut appeler la clinique de santé sexuelle de Durham (905 433 8901 pour Oshawa et 905 420 8781 pour Pickering), ou la Ligne Info-Santé sexuelle de l'Ontario si elle a une question sur la santé sexuelle.
3. Il y a un numéro à composer si vous pensez être attiré par une personne du même sexe et souhaitez en parler.

## Conclusion

- Résumez ce dont il a été question au cours de cette séance et demandez s'il y a des questions.
- Encouragez les élèves à parler de ce qu'ils ont appris avec un adulte de confiance.
- Écrivez au tableau les coordonnées pour contacter Jeunesse, J'écoute (1 800 668 6868, <https://jeunessejecoute.ca>) et rappelez aux élèves que ce service est gratuit, confidentiel, anonyme et qu'il peut s'agir d'un endroit sûr pour discuter de ses inquiétudes.

*Adapté avec la permission de le Bureau de santé publique de Toronto (octobre 2022)*



HEALTH  
DEPARTMENT

Durham Health Connection Line | 905-668-2020 or 1-800-841-2729  
**[durham.ca/sexualhealth](https://durham.ca/sexualhealth)**

Pour obtenir un format accessible, appelez-nous au 1-800-841-2729.

