

# Education à la santé sexuelle dans le canton de Fribourg

Cycle 3 de la scolarité obligatoire

---



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

Centre fribourgeois de santé sexuelle CFSS  
Freiburger Fachstelle für sexuelle Gesundheit FFSG



## Cycle 3: 10H

### « Ma sexualité à l'adolescence : une approche positive de respect et de bien-être »

Deux interventions de deux périodes (environ 200 minutes)

#### Principaux objectifs

- Connaître les transformations du corps, les changements psychiques et les sensations nouvelles en lien avec la puberté
- Comprendre que la sexualité est un processus qui englobe des sentiments, des échanges et une succession de premières fois qui est propre à chaque personne
- Connaître les infections sexuellement transmissibles, leur mode de transmission et sensibiliser au dépistage
- Connaître les moyens de contraception (féminine, masculine, d'urgence), leur fonctionnement, leur efficacité et savoir où se les procurer
- Développer des attitudes de respect, de non-discrimination et un esprit de tolérance
- Sensibiliser à l'égalité des sexes, des genres et à la diversité affective et sexuelle
- Pouvoir déconstruire les clichés et les stéréotypes sur la sexualité
- Reconnaître ses propres besoins et souhaits, être capable d'exprimer ses sentiments et ressentis, se différencier de l'influence ou de la pression des pairs
- Sensibiliser à la communication et comprendre l'importance d'un consentement mutuel dans les relations affectives et sexuelles

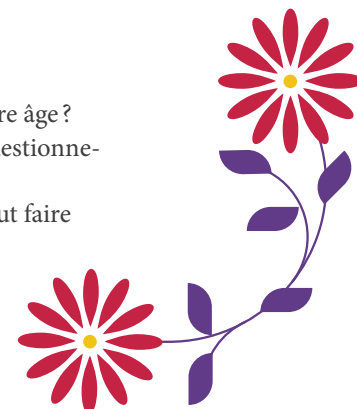
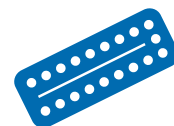


- Développer un sens critique envers les médias, les nouvelles technologies et la pornographie et pouvoir faire face au cyberharcèlement
- Connaître les lois, ses droits ainsi que ses responsabilités en matière de sexualité
- Savoir identifier les situations à risque, où s'informer et chercher de l'aide si nécessaire
- Comprendre les diverses formes de violences sexuelles et leurs conséquences



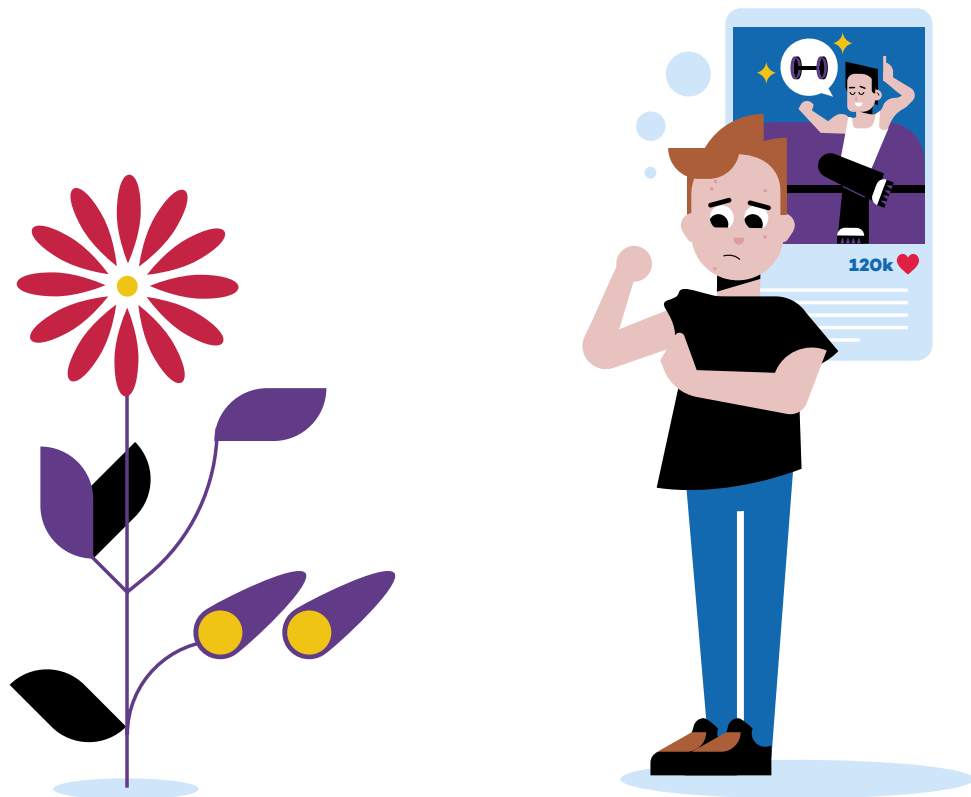
#### Certaines questions que se posent les élèves

- La taille du pénis est importante ? La rupture du frein c'est grave ?
- Est-il possible de ne pas se rendre compte qu'on est enceinte et d'avoir toujours ses règles ?
- C'est quoi l'hymen ? Quel est l'âge idéal pour la première fois ?
- Est-ce qu'avoir des pertes blanches constamment, sauf pendant les règles, est un signe de maladie ?
- Comment trouver la bonne taille de préservatif ?
- Comment se passe l'excitation chez une femme ?
- Si une fille ne crie pas, c'est qu'elle n'a pas de plaisir ?
- C'est quoi les préliminaires ? Ça sert à quoi ?
- Peut-on avoir une maladie avec une fellation ?
- Pourquoi on ne peut pas voir de la pornographie à notre âge ?
- Que faire si on a du mal avec son corps (complexes, questionnements en lien avec son genre) ?
- Qu'est-ce que je dois faire si mon copain/ma copine veut faire l'amour mais moi pas ?



L'éducation à la santé sexuelle est donnée par des spécialistes en santé sexuelle et est complémentaire à l'éducation des parents. Elle contribue à l'égalité des chances et transmet des informations fiables, factuelles et scientifiquement correctes, adaptées à l'âge et au développement des élèves. Le but est de les préparer à vivre leur vie intime et relationnelle de manière saine, positive, respectueuse et auto-déterminée.

Faisant partie du Plan d'Etudes Romand (PER), le cours est obligatoire pour tous les élèves. Toutefois, un-e élève peut être dispensé-e sur demande motivée adressée à la direction de l'établissement scolaire ou de l'institution.



**Centre fribourgeois de santé sexuelle CFSS**

Rue la Grand-Fontaine 50, 1700 Fribourg  
<https://www.fr.ch/dsas/cfss>

**Service du médecin cantonal SMC**

Rte de Villars 101, 1752 Villars-sur-Glâne  
<https://www.fr.ch/dsas/smc>

**Direction de la santé et des affaires sociales DSAS**

Route des Cliniques 17, 1700 Fribourg  
[www.fr.ch/dsas](http://www.fr.ch/dsas)

—  
Illustrations: Madame Marilou  
Imprimé sur papier 100% recyclé

