

# POURQUOI LES FILLES? LA SANTÉ SEXUELLE?

## QU'EN EST-IL VRAIMENT DE LA SANTÉ SEXUELLE ET DE LA SEXUALITÉ SAINE?

Imaginons que les filles et les jeunes femmes puissent explorer leur sexualité à leur manière et sous leurs conditions, sans violence et sans craindre d'être jugées. Imaginons qu'elles sachent apprécier leur corps, quel que soit sa forme, son poids et sa taille. Qu'elles prennent conscience de la force et de la confiance que procure la connaissance de son propre corps, pour ensuite mieux communiquer leurs besoins, leurs limites et leurs désirs. Imaginons si *toutes* les filles pouvaient renforcer leur pouvoir d'agir en ayant accès à du soutien, de l'information, des ressources et à des soins de santé qui correspondent à leur diversité.

« Lorsque nous parlons de nos corps, nous avons le droit de parler de notre culture, de notre spiritualité et de nos communautés. »

- Native Youth Sexual Health Network

« Je me suis souvent demandée quelle était la place de mon orientation sexuelle dans l'éducation sexuelle. Pendant longtemps, j'ai pensé que les femmes queers n'avaient juste pas leur place. Que l'éducation sexuelle ne s'adressait qu'aux hétérosexuelLes et que l'information ne s'appliquait pas aux autres. »

- Joy, Edmonton, A.B.

## SOYONS HONNÊTES : SOYONS CRITIQUES

Soyons honnêtes : les filles et les jeunes femmes ont des désirs sexuels et sont curieuses. Cela ne changera pas et il n'y a aucune raison pour que ça change ! La sexualité est un aspect important de notre santé mentale et émotionnelle.

Si nous souhaitons que les filles et les jeunes femmes abordent leur santé sexuelle de façon positive, il faut commencer par les écouter. En effet, les expériences vécues par les filles et les jeunes femmes contredisent souvent les croyances populaires et simplistes à propos de leur sexualité et de leur santé sexuelle.

Il est temps d'être critiques et de relativiser la panique que suscite trop souvent la sexualité des filles et des jeunes femmes. Si nous tenons vraiment à leur bien-être, à leur santé et à leur bonheur, nous devons être franches avec nous-même et envers les filles et les jeunes femmes qui nous entourent à propos de leur sexualité et de leur santé sexuelle.



FONDATION  
FILLES D'ACTION

# LA SANTÉ SEXUELLE, PLUS QU'UNE QUESTION « PERSONNELLE »

« Alors, nous avons finalement trouvé le courage d'aller voir l'infirmière de l'école pour lui demander des condoms... Mais elle nous a plutôt fait la leçon comme quoi nous n'étions pas prêtes pour avoir des rapports sexuels et que nous devrions vraiment y réfléchir. Finalement, nous sommes reparties sans les condoms... »

- Jeune femme

« Honnêtement, je ne passe pas de tests de dépistage d'ITS ou de tests Pap parce que les médecins réagissent bizarrement quand je leur dis que je couche avec des femmes. Même qu'une fois, une médecin ne voulait pas me faire passer les tests parce que, selon elle, la « sexualité lesbienne » ne comporte pas de risques de ITS, ce qui est complètement faux ! En plus, comme les médecins ne parlent pas ma langue maternelle, c'est d'autant plus difficile d'aborder ces questions et d'en parler. »

- Jeune femme

Les adolescentes mentionnent fréquemment avoir peur d'être rejetées par leurs familles, leurs pairEs et leurs communautés en raison de leur comportement sexuel prétendument « inacceptable »

- Jean Shoveller et al. **Socio-cultural influences on young people's sexual development.**

Le manque de soins de santé multiethniques et multilingues est une lacune majeure dans le système de santé, surtout si l'on souhaite réellement répondre aux besoins de l'ensemble des jeunes femmes au Canada.

- **Women's Health in Women's Hands, Centre de santé communautaire.**

Les membres des groupes minoritaires sont souvent confrontés au racisme institutionnalisé dans le système des soins de santé, qui est caractérisé par des barrières linguistiques, des perceptions stéréotypées qu'entretiennent certains professionnels de la santé, le manque de sensibilisation aux différentes cultures, l'absence de compétences sur le plan culturel, les obstacles à l'accès et à l'usage des services et le financement inadéquat à l'égard des services de santé communautaires.

- **Agence de la santé publique du Canada - Les déterminants sociaux de la santé : L'inclusion sociale comme facteur déterminant de la santé.**

Le grand nombre d'infections du VIH chez les jeunes femmes autochtones âgées entre 15 et 29 ans représente des statistiques alarmantes. (...) Les efforts intensifs et continus du gouvernement pour coloniser les peuples autochtones du Canada ont eu un effet néfaste au niveau de la situation socioéconomique des hommes et des femmes autochtones. (...) Ces conditions socioéconomiques sont fortement liées à la séropositivité au VIH chez les femmes autochtones. De plus, ces conditions socioéconomiques contribuent à créer des conditions de vie précaires et difficiles, contexte dans lequel la survie incorpore des activités à risques.

- **Le Réseau canadien autochtone du sida, Les femmes, les enfants et les familles autochtones face au VIH/SIDA**

« Parce que parfois, tu ne peux pas vraiment dire les choses... Tu dois parler avec une fille. Tu ne peux pas vraiment parler à quelqu'un d'autre, comme à un garçon ou même à tes parents. »

- Une fille, Montréal, QC

« La puberté est un coup dur... Le Club des filles l'aide à comprendre qu'elle est normale, qu'elle n'est pas différente, que ce n'est pas mal. »

- Une mère, Verdun, QC



Presque deux fois plus de filles que de garçons disent avoir été incitées à avoir des relations sexuelles alors qu'elles ne le voulaient pas.

- William Boyce et al. *Étude sur les jeunes, la santé sexuelle, le VIH et le sida au Canada (EJSSVS) "Canadian Youth, Sexual Health and HIV/AIDS Study"*

Les jeunes sont représentés de façon disproportionnée parmi la population touchée par les ITS. Le taux le plus élevé d'infection se trouve chez les jeunes femmes âgées entre 15 et 24 ans.

- Gudrun Schultz, *It's time to face the hidden epidemic of STIs*

Les jeunes avec qui nous parlons sont généralement frustrés par l'éducation sexuelle reçue à l'école ou dans leurs milieux communautaires. Certains se plaignent que des enseignantEs leur donnent des renseignements inexacts, alors que d'autres disent s'ennuyer, être mal à l'aise ou se sentir peu concernés. L'une d'entre elles a fait la remarque suivante : « Les brochures ne servent à rien ; il nous faut des vraies personnes qui ont des liens avec notre communauté. »

- Sarah Flicker, et al., *'It's Hard to Change Something When You Don't Know Where to Start': Unpacking HIV Vulnerability with Aboriginal Youth in Canada*

La santé sexuelle, c'est bien plus que les décisions prises et les choix personnels faits par chaque fille et jeune femme à propos de leur propre vie sexuelle. La santé sexuelle dépend d'une multitude de facteurs : des normes sociales et de genres irréalistes, des stigmatisations, des suppositions (par exemple, l'idée que tout le monde est hétérosexuelLE), l'accès ou le manque d'accès à de l'information et à des ressources, et enfin, par les peurs et les inquiétudes reliées à la sexualité des filles et des jeunes femmes (par exemple, l'hypersexualisation). La santé sexuelle est également influencée par la marginalisation de certaines communautés, la discrimination, la violence, la pauvreté, l'isolement, le statut d'immigrantE ou de réfugiéE et par plusieurs autres éléments. La santé sexuelle doit être comprise en tenant compte de l'ensemble des relations avec les communautés, les écoles, les soins de santé et les gouvernements. Nous devons prendre nos responsabilités pour reconnaître les facteurs qui nuisent à la santé sexuelle des filles et des jeunes femmes et agir pour corriger ces obstacles.

# CE QUE NOUS SAVONS

La sexualité saine des filles et des jeunes femmes comporte plusieurs aspects :

- Un esprit, un corps et un milieu de vie sans violence émotionnelle et physique;
- La possibilité pour les filles et les jeunes femmes d'être écoutées (plutôt que de seulement écouter ce que les adultes ont à dire);
- L'accès à de l'information, des services et des ressources pertinentes ainsi qu'à des personnes qui vont prendre le temps d'écouter les questions et préoccupations des filles et des jeunes femmes et y répondre sérieusement sans porter de jugement.

Les filles et les jeunes femmes sont confrontées à de nombreux obstacles, qui limitent leur accès à des renseignements pertinents et exacts.

Les filles et les jeunes femmes subissent à la fois la pression de ne pas avoir de rapports sexuels et celle d'en avoir et ce, au risque de se faire juger par leur entourage quoiqu'elles décident. De plus, elles subissent de la pression de la part des adultes qui leur disent ce qu'elles devraient ou ne devraient pas faire.

Dans la culture européenne, le désir sexuel est traditionnellement perçu comme une caractéristique masculine, tandis que la quête d'amour et le romantisme sont associés aux filles et aux femmes. À cause de cette attitude de deux poids deux mesures, les filles sont souvent poussées à mettre de côté leurs désirs et besoins, ce qui a un impact négatif sur leur respect de soi, leur estime de soi et leur affirmation de soi.

- M. Fine, *"Sexuality, schooling, and adolescent females: The missing discourse of desire"*

La majorité de l'information disponible sur les pratiques sexuelles saines est conçue pour des jeunes hétérosexuelLEs, de descendance européenne, issuEs de la classe moyenne et habitant en ville ou en banlieue. De plus, comme ces renseignements reposent sur des suppositions concernant la sexualité, la culture, les capacités physique et mentale, le lieu de résidence et le milieu socio-économique, plusieurs filles et jeunes femmes n'ont pas accès à de l'information qui correspond à leurs réalités.

L'éducation sexuelle doit être liée aux expériences d'une diversité de filles et de jeunes femmes. Les enseignantEs et intervenantEs doivent s'exprimer de façon à encourager le pouvoir d'agir des filles en fonction de leurs différentes orientations sexuelles, statuts sociaux, identités de genre et pratiques sexuelles.

Les filles et les jeunes femmes peuvent avoir besoin de soutien afin de remettre en question les idées reçues sur leur sexualité. Ces idées sont déterminées par des suppositions concernant leurs désirs et sur l'idée largement répandue que les filles ont besoin d'être protégées.

# NOUS SOUTENONS LA SANTÉ SEXUELLE DES FILLES ET DES JEUNES FEMMES PAR...

## L'ÉDUCATION POPULAIRE : LES FILLES S'APPROPRIENT LEUR PROPRE POUVOIR D'AGIR

Aborder la santé sexuelle en utilisant une approche d'éducation populaire c'est reconnaître que les filles sont les expertes de leurs propres expériences, de leur corps, de leurs désirs et de leurs besoins. Les filles et les jeunes femmes ont leur mot à dire au sujet de ce dont elles ont besoin de savoir et ce qu'elles souhaitent : nous devons les écouter.

Lorsqu'elles ont accès à des outils appropriés et à des renseignements pertinents, les filles et les jeunes femmes peuvent agir contre les normes sexuelles et de genre, les renseignements erronés, les préjugés et les attentes. Elles peuvent partager leurs connaissances, contribuer à sensibiliser leurs pairs et leurs communautés en créant des projets qui leur ressemblent et en lien avec la santé sexuelle.

## LES FILLES ET LA JUSTICE SOCIALE

Il existe de multiples expériences de la sexualité, qui sont en continuel changement. Mais la discrimination, sous toutes ses formes, peut avoir des effets négatifs sur les choix en matière de santé sexuelle et limiter l'accès aux ressources appropriées.

Soutenir la santé sexuelle des filles et des jeunes femmes signifie qu'il faut travailler en tenant compte des milieux de vie propres à chacune, de leurs histoires antérieures, de leurs choix et de leurs expériences. Pour que l'éducation sur la sexualité ait un impact positif dans leur vie, il faut comprendre et intégrer les différentes caractéristiques et valeurs propres aux contextes de chaque communauté, culture, société et religion.

Le Canada est une société multiculturelle. Le multiculturalisme est la vision selon laquelle toutes les cultures ont une valeur égale. Dans une société multiculturelle, une approche uniforme à la promotion de la santé est non seulement inefficace, mais va à l'encontre de cette idée d'équité.

– Centre de toxicomanie et de santé mentale,  
*Culture Counts: A Roadmap to Health Promotion.*

## LES FILLES COMME AGENTES DE CHANGEMENTS

En plus d'être bénéfique pour les filles et les jeunes femmes dans leur vie personnelle, aborder la sexualité d'une façon positive peut les mener à devenir des agentes de changements dans leurs relations, dans leurs écoles et dans leurs communautés, ainsi qu'à influencer les lois et les politiques.

Lorsque les filles s'expriment et s'engagent dans des projets et des initiatives en lien avec la santé sexuelle, elles posent des gestes qui ont un impact important : elles mènent des discussions pour identifier et développer des attitudes et des approches d'éducation sexuelle alternatives, en plus d'ouvrir de nouveaux espaces de dialogue.

La santé sexuelle est reliée à plusieurs enjeux de justice sociale plus vastes, comme la pauvreté, la violence faite aux femmes, le racisme, l'homophobie, l'immigration et la migration, la criminalisation et le colonialisme. Pour que les filles et les jeunes femmes puissent aborder leur sexualité d'une façon plus positive, il est important de tenir compte de ces enjeux et de travailler à y remédier.

## LE POUVOIR DES FILLES

Il est sain et positif pour les filles et les jeunes femmes d'avoir des désirs et de la curiosité sexuelle. Alimenter la panique morale autour de leur sexualité n'est pas productif.

Les filles et les jeunes femmes sont les mieux placées pour savoir ce dont elles ont besoin quand il est question de leur vie sexuelle. Elles ont besoin d'être soutenues lorsqu'elles cherchent à établir leurs limites et à comprendre ce qui se passe en elles et autour d'elles.

## DES ESPACES POUR LES FILLES

Les espaces pour les filles favorisent davantage l'ouverture et la confiance que les groupes mixtes. Ces deux éléments sont essentiels pour favoriser les dialogues sur la sexualité.

Les espaces réservés aux filles permettent également de rompre l'isolement et le silence. Les filles peuvent partager au groupe les émotions et les problématiques qu'elles vivent. Le poids de devoir affronter un problème seule est ainsi levé : les enjeux rencontrés deviennent collectifs. Un tel espace pour les filles permet de créer des occasions pour passer à l'action ensemble.

# COMMENT VOUS IMPLIQUER

Encourager une approche positive de la sexualité et de la santé sexuelle :

- Ne pas juger la sexualité ou les choix sexuels;
- S'assurer que les filles et les jeunes femmes ont accès à l'information, aux ressources et au soutien qui répondent à leurs besoins;
- Accorder de l'importance aux habiletés de communication, à l'autodétermination et au consentement, ce sont des aspects fondamentaux d'une sexualité saine;
- Offrir des moyens réalistes et concrets de réduire les risques pour tous les actes sexuels, peu importe les orientations, y compris l'usage de condoms, de digues dentaires et de gants, ou offrir des moyens pour choisir les activités sexuelles qui comportent moins de risques que les autres;
- Soutenir et renforcer la capacité d'agir de toutes, quelles que soient leurs sexualités, y compris lesbienne, bisexuelle, queer, bispirituelle, en questionnement et hétérosexuelle.

-----  
Offrir des espaces seulement pour les filles ou des moments animés par une diversité de femmes.  
-----

Créer des occasions pour que les filles puissent discuter et poser des questions sur la santé sexuelle et la sexualité dans une ambiance détendue et sans jugements.  
-----

Offrir aux filles et aux jeunes femmes des occasions de réfléchir de façon critique aux relations saines et malsaines, ainsi qu'aux facteurs qui contribuent à chacune d'entre elles.  
-----

Offrir des occasions aux filles pour qu'elles puissent développer leurs habiletés de communication, discuter des droits dans une relation et améliorer leur connaissance des ressources qui sont disponibles dans leurs communautés.  
-----

Se familiariser avec les ressources pertinentes et fiables sur la santé sexuelle qui sont disponibles dans la communauté des filles ou sur Internet et s'assurer de pouvoir leur en fournir une liste.

Remettre en question les stéréotypes, la stigmatisation et les messages qui limitent la perception qu'ont les filles d'elles-mêmes.  
-----

Écouter ce que les filles et les jeunes femmes ont à dire. *Vraiment* écouter.  
-----

Être conscientes que vous ne possédez pas toutes les réponses. Reconnaître que les filles ont beaucoup de connaissances et sont expertes dans leurs propres vies sexuelles. Il faut être prêtes à poser des questions et à trouver des ressources externes pour compléter l'information dont vous disposez.  
-----

Installer une boîte à questions et réponses anonymes afin de permettre des discussions informelles sur la santé sexuelle et la sexualité. Être prêtes à chercher des ressources extérieures pour fournir des réponses plus détaillées.  
-----

Inviter des femmes de tous les âges qui se sentent à l'aise de parler de santé sexuelle et de sexualité d'une manière qui permet de renforcer le pouvoir d'agir et qui sont prêtes à être remises en question. Ce type d'échange intergénérationnel peut rompre l'isolement et fournir des modèles d'identification positifs.  
-----

Être au courant de ce qui se passe dans votre école, votre communauté et votre province en matière d'éducation sexuelle.  
-----

Si vous n'avez pas l'occasion ou les connaissances pour animer vous-même un atelier sur la santé sexuelle, vous pouvez inviter un organisme communautaire à le faire. D'excellents groupes sont en mesure de présenter des perspectives qui renforcent le pouvoir d'agir des lesbiennes, bisexuelles, queers et hétérosexuelles sur leur santé sexuelle. De plus, ces groupes peuvent fournir des informations accessibles, qui sont validées par les paires et qui ne reposent pas sur une approche prônant l'abstinence. Il peut s'avérer difficile d'aborder toute les perspectives et de présenter tous les renseignements pertinents d'un seul coup : soyez prête à organiser plus d'un atelier.

# OÙ TROUVER DES RESSOURCES?

## **LE CENTRE DE DOCUMENTATION DE FILLES D'ACTION**

Le Centre de documentation en ligne de Filles d'action comprend une importante collection de publications, documents, sites Internet et listes d'organismes qui peuvent vous aider à créer et renforcer vos programmes et espaces pour les filles. Vous pouvez entre autres trouver de l'information sur l'approche de l'éducation populaire, l'anti-oppression, la santé sexuelle, l'animation, la conception de programmes et bien plus encore.

## **LA BOÎTE À OUTILS RÉSONNANCE**

Boîte à outils Résonnance est une ressource complète et facile à utiliser pour créer, renforcer et animer des programmes pour les filles. La Boîte à outils inclut un manuel et un Guide d'ateliers. Certaines parties abordent la santé sexuelle et les relations saines. Veuillez noter que le Guide d'ateliers qui accompagne le manuel est disponible uniquement en anglais pour le moment. Pour d'autres ateliers et un complément d'information, la trousse Féminisme 101 est aussi disponible en ligne!

## **POURQUOI LES FILLES ?**

Consultez nos autres publications Pourquoi les filles?, sur les thèmes de la prévention de la violence, du leadership et des médias et de la culture populaire.

## **POUR LES FILLES ET LES JEUNES FEMMES...**

### **SCARLETEEN: SEX EDUCATION FOR THE REAL WORD (EN ANGLAIS SEULEMENT)**

Scarleteen est un site Internet novateur et un leader en matière d'éducation sexuelle en ligne pour les adoEs. En plus, le site regroupe un des centres de documentation parmi les plus complets qui existent! [www.scarleteen.com](http://www.scarleteen.com)

### **NATIVE YOUTH SEXUAL HEALTH NETWORK (EN ANGLAIS SEULEMENT)**

Un organisme nord-américain qui fait la promotion de différentes questions comme la sexualité saine, la compétence culturelle, le renforcement du pouvoir d'agir des jeunes, la justice en matière de reproduction et d'une attitude positive vis-à-vis de la sexualité, le tout par et pour des jeunes autochtones. Le site contient un lien qui permet d'acheter le livre *Sex Ed and Youth: Colonization, Communities of Colour, and Sexuality*, publié par le Centre canadien de politiques alternatives, sous la direction de Jessica Yee. [www.nativeyouthsexualhealth.com](http://www.nativeyouthsexualhealth.com)

**TOUTES NOS PUBLICATIONS SONT DISPONIBLES GRATUITEMENT AU :**  
[WWW.FONDATIONFILLESDACTION.CA](http://WWW.FONDATIONFILLESDACTION.CA)

**KICKACTION.CA** est une communauté en ligne pour les filles et les jeunes femmes qui ont des opinions à partager, prennent position et agissent de façon créative pour engendrer des changements positifs dans leur vie, leurs communautés et à travers le monde. Kickaction.ca est une initiative de la Fondation filles d'action.

**LA FONDATION FILLES D'ACTION** est une impulsion créatrice, pour provoquer l'émergence de projets pour filles partout au pays et soutenir leur réalisation, pour inspirer les filles et les jeunes femmes à développer leurs forces et leur confiance en elles et pour ensemble, ébranler les idées reçues et changer le monde.

Par ses programmes innovateurs, ses recherches et son soutien à un réseau de plus de 200 organismes, la FONDATION FILLES D'ACTION touche plus de 60 000 filles et jeunes femmes – leur permettant ainsi de prendre conscience de leurs forces, découvrir leur capacité d'agir et acquérir la confiance nécessaire pour contribuer pleinement à la société.



FONDATION  
FILLES D'ACTION