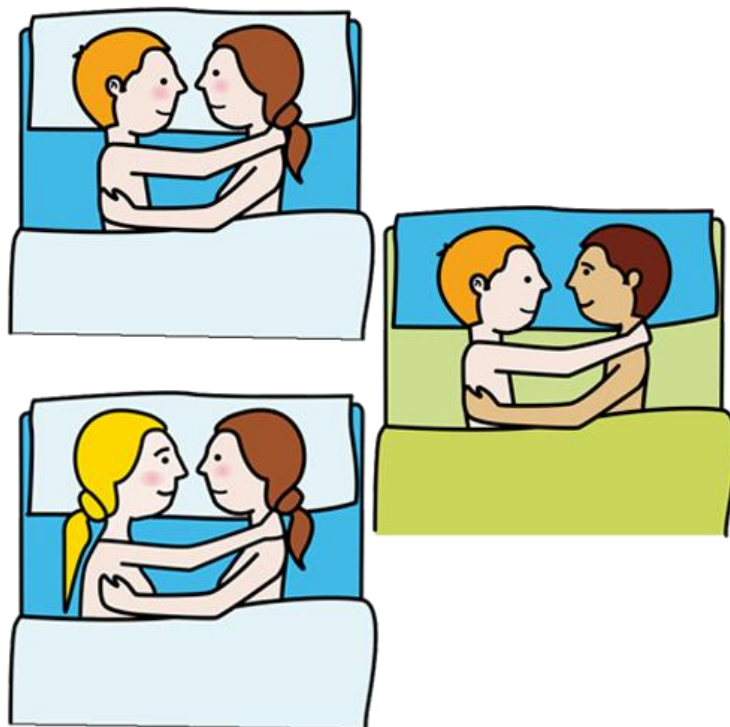




## Visa pour le net



## Vie relationnelle affective et sexuelle



## 16. Faire l'amour

<http://www.visapourlenet.be/vie-relationnelle/faire-l-amour/>

## Table des matières

1.	Partager du plaisir sexuel .....	3
2.	Les corps réagissent.....	4
3.	Avec qui avoir une relation sexuelle ?.....	6
4.	L'intimité du plaisir sexuel .....	7
	Parfois, cela ne nous gêne pas.....	9
5.	Les rapports sexuels.....	11
6.	Les préliminaires.....	17
7.	Les positions sexuelles .....	20
8.	La pénétration.....	22
9.	Les autres jeux sexuels .....	25
10.	Après le rapport sexuel .....	27
11.	Le premier rapport sexuel de la femme .....	28
12.	A-t-on toujours du plaisir ?.....	29
13.	Se protéger .....	34
14.	Les lieux de l'amour .....	35
15.	Faire l'amour avec tout le monde ? .....	36
16.	J'ai envie mais pas lui/elle .....	40
17.	Conception, grossesse, naissance .....	41
<hr/>		
18.	Dictionnaire : pour bien comprendre.....	42
19.	Partenaires.....	53
20.	Références.....	54
21.	Auteurs du texte .....	54

## 16. Faire l'amour

Quand nous sommes en **couple**, nous pouvons partager notre **plaisir sexuel**.

Cela veut dire que nous donnons du plaisir à l'autre. Et l'autre nous donne aussi du plaisir sexuel.

C'est cela, **faire l'amour**.



### 1. Partager du plaisir sexuel

Il y a différentes façons de donner du **plaisir sexuel** à l'autre :

- en se caressant l'un l'autre,
- en **embrassant** l'autre,
- en **se masturbant** devant l'autre,
- en ayant une **relation sexuelle** avec l'autre.

Si je respecte les goûts de l'autre et si je ne lui fais pas mal, je partagerais encore plus de plaisir. Nous pouvons aussi inventer des positions et des jeux sexuels.



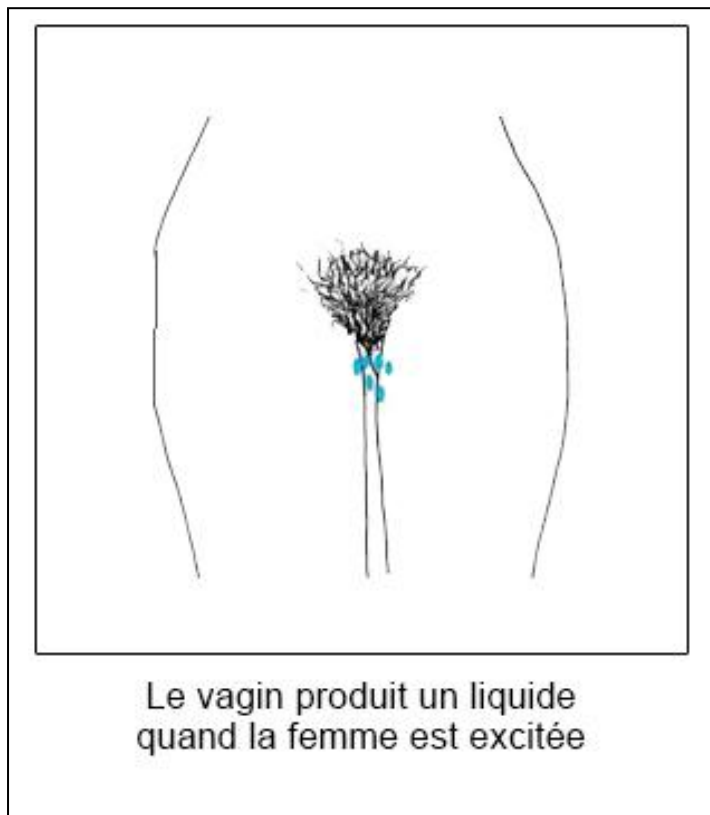
## 2. Les corps réagissent

Pendant l'**acte sexuel**,  
le corps de la femme réagit.

Le **vagin** peut émettre un liquide  
qui **humidifie** le vagin.

Ce n'est pas sale. C'est normal.

C'est le signe que la femme a du **plaisir**  
et que son corps fonctionne bien.

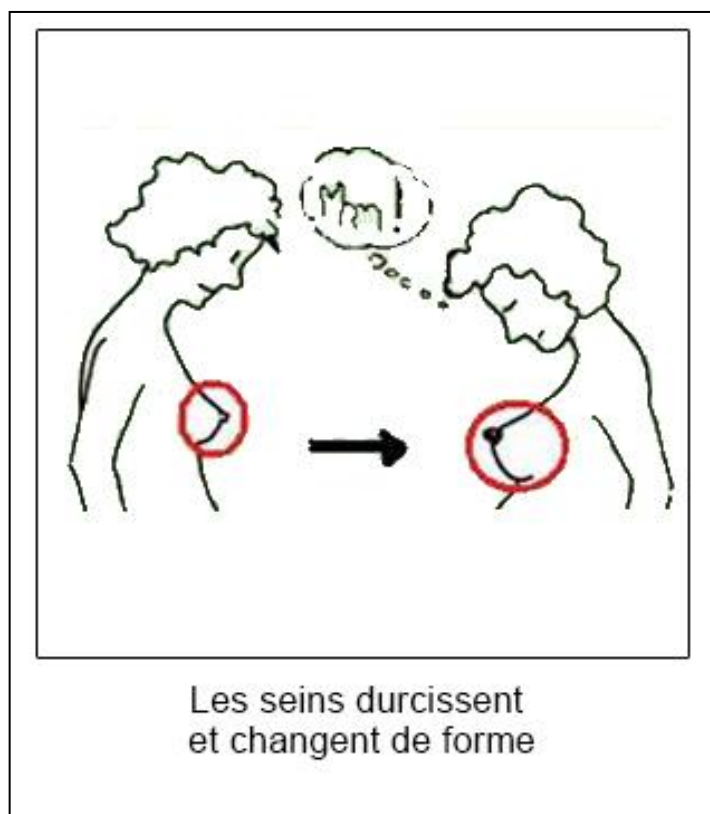


Pendant l'**acte sexuel**,  
le corps de la femme réagit.

Les **seins** de la femme  
peuvent se durcir.

Les **mamelons** changent de forme.

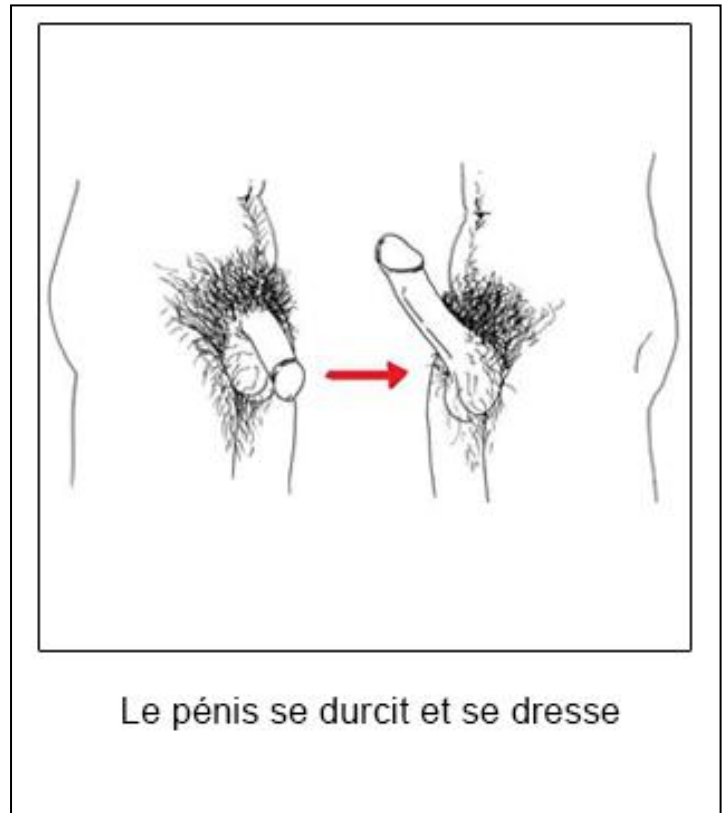
Des **rougeurs** peuvent apparaître  
sur la **peau** du visage de la femme.



Pendant la **relation sexuelle**,  
le corps de l'homme réagit aussi.

Son **cœur** bat plus vite  
et sa **respiration** s'accélère.

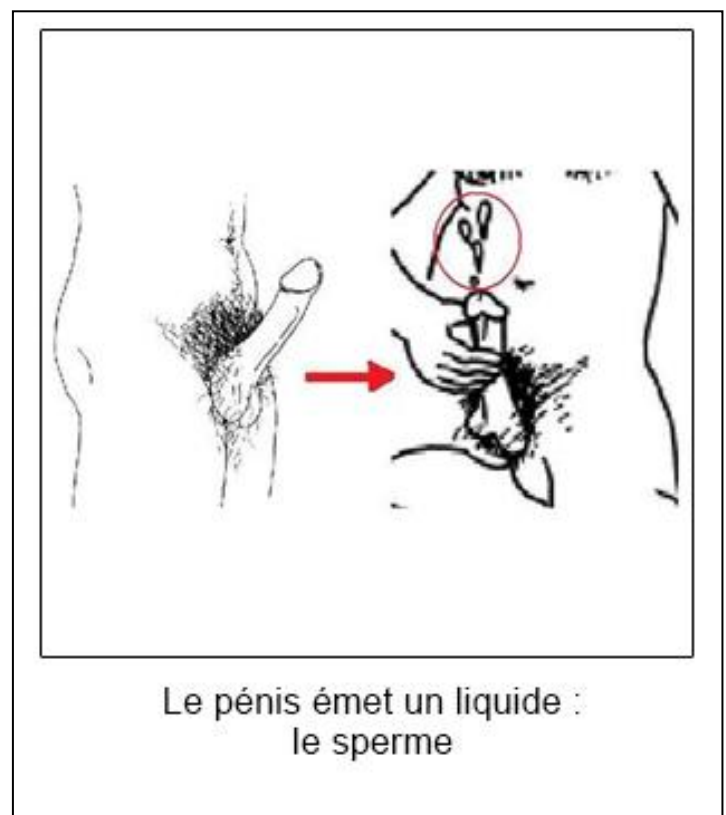
Son **pénis** se durcit  
et se dresse, c'est **l'érection**.



Quand il a un **orgasme**,  
le **pénis** de l'homme  
produit un liquide, le **sperme**.

Nous disons qu'il **éjacule**.  
C'est normal,  
cela veut dire que l'homme  
est en bonne **santé**.

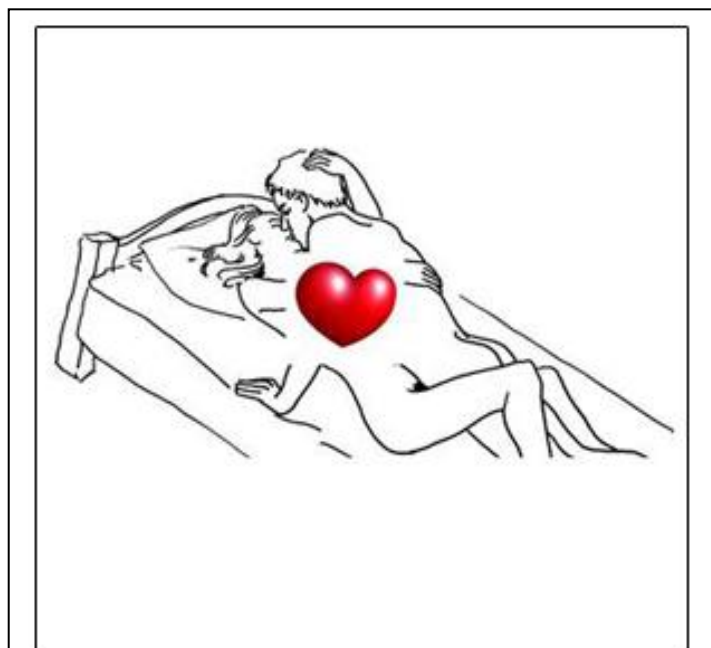
Après **l'éjaculation**,  
l'homme est parfois fatigué et s'endort.



### 3. Avec qui avoir une relation sexuelle ?

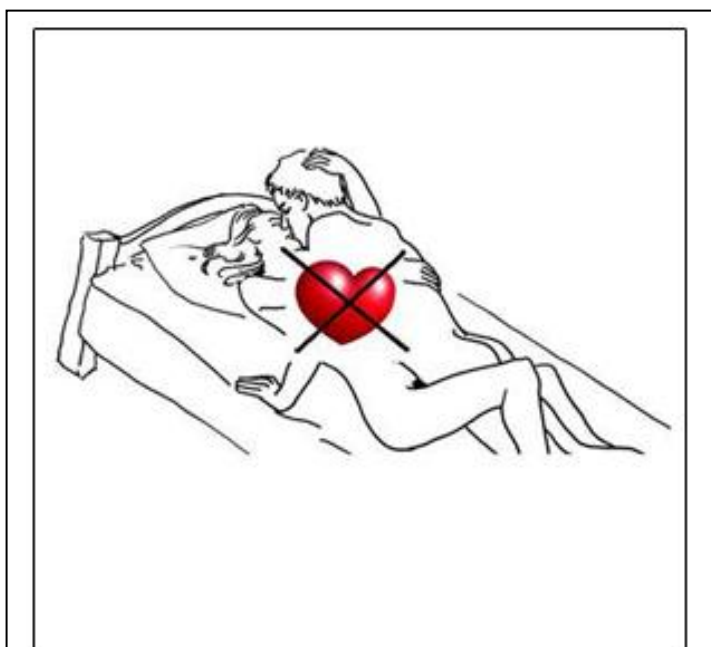
2 personnes  
peuvent avoir une **relation sexuelle**  
et se donner du **plaisir** l'une à l'autre  
si elles s'aiment  
et si elles sont **amoureuses**.

Elles donnent alors du **plaisir**  
à leurs corps et à leurs **cœurs**.



La relation sexuelle ET amoureuse

2 personnes peuvent avoir  
une **relation sexuelle**  
et se donner du **plaisir** l'une à l'autre  
si elles ne sont pas **amoureuses**,  
et qu'elles sont toutes les 2 d'accord  
d'avoir une relation sexuelle,  
juste pour donner du plaisir  
à leur corps mais pas à leur **cœur**.



La relation sexuelle  
SANS être amoureux

Il faut faire attention  
que les 2 personnes  
aient bien compris  
ce qui va se passer entre elles  
et qu'elles soient toutes les 2 d'accord.

Sinon elles risquent  
de commettre un **abus sexuel**.

L'abus sexuel est un crime pour la **loi**,  
et nous pouvons aller en **prison**.



Les 2 personnes doivent être d'accord  
sinon c'est de l'abus sexuel

## 4. L'intimité du plaisir sexuel

**L'intimité**, c'est ce qui se passe  
dans la **relation** entre toi  
et ton **partenaire**  
et que les autres ne peuvent pas voir,  
ni savoir.

Par exemple : tu ne peux te montrer **nu**  
que dans l'intimité de ton **couple**  
si toi et ton **amoureux**  
êtes tous les 2 d'accord.

On ne peut pas se montrer nu  
en **public**.



L'intimité

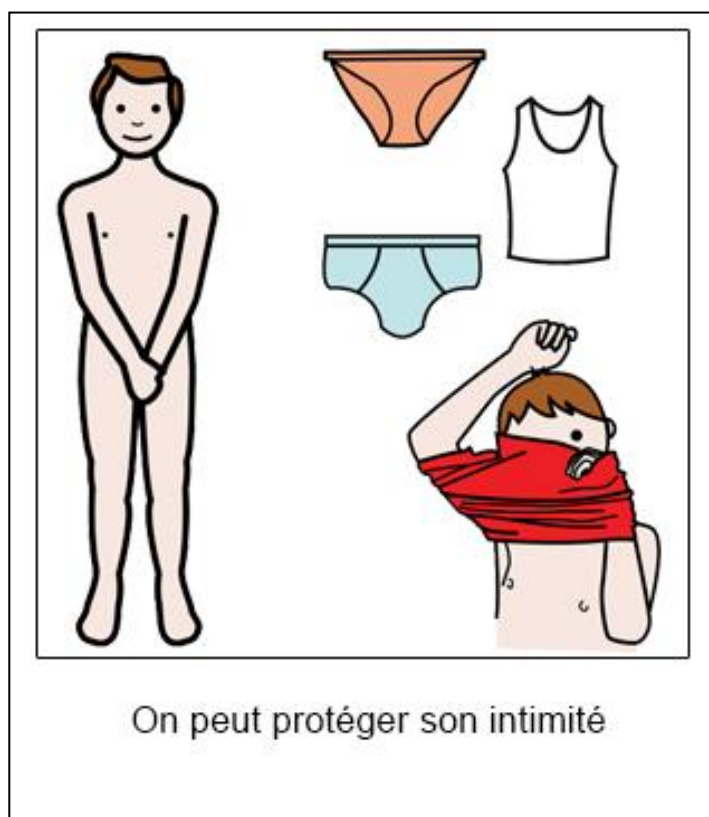
Il y a des parties du corps que nous aimons montrer et d'autres que nous n'aimons pas montrer. Nous pouvons nous sentir gênés de montrer certaines parties de notre corps. Quand nous sommes gênés, nous avons un **sentiment** de **pudeur**. C'est normal de ressentir de la pudeur.

Les parties du corps que nous voyons quand nous sommes **nus** sont les **parties intimes**.

Les parties intimes sont **privées**. Elles nous appartiennent et nous pouvons **décider** de ne pas les montrer.

C'est notre **intimité**.

Nous décidons qui peut nous voir en **sous-vêtements** ou **nus**.





Parfois, cela ne nous gêne pas de montrer nos **parties intimes**.

Mais il faut **respecter** les autres, et ne pas les **obliger** à nous voir **nus** ou en **sous-vêtements**.



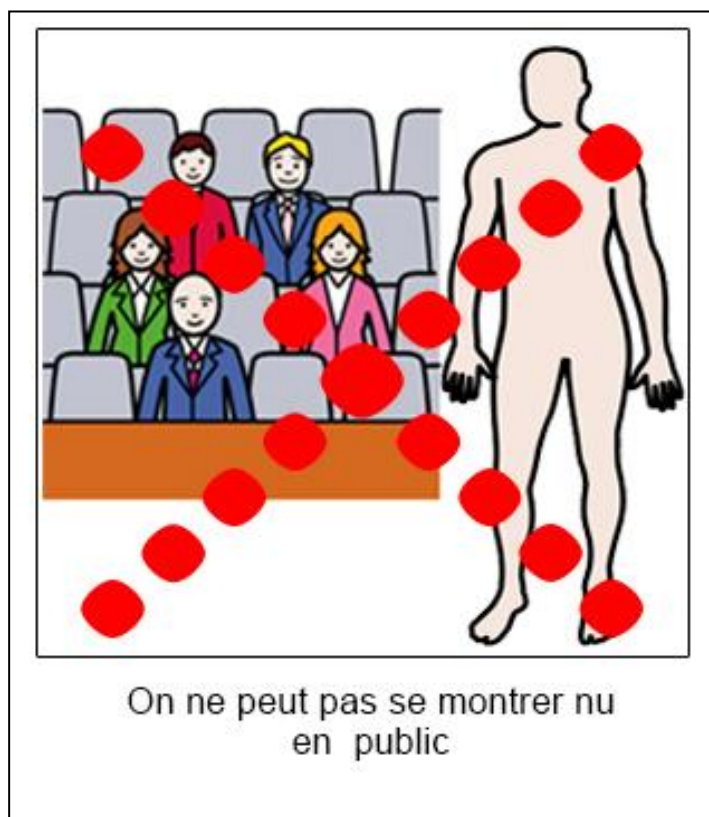
Que nous soyons seuls ou à 2, nous ne pouvons pas nous montrer **nus** ou en **sous-vêtements** devant tout le monde.

Par exemple, un couple ne doit pas être nu devant tout le monde.

Tout le monde ne veut pas nous voir nus

ou voir nos parties **intimes**.

Tout le monde ne veut pas toucher nos parties intimes.

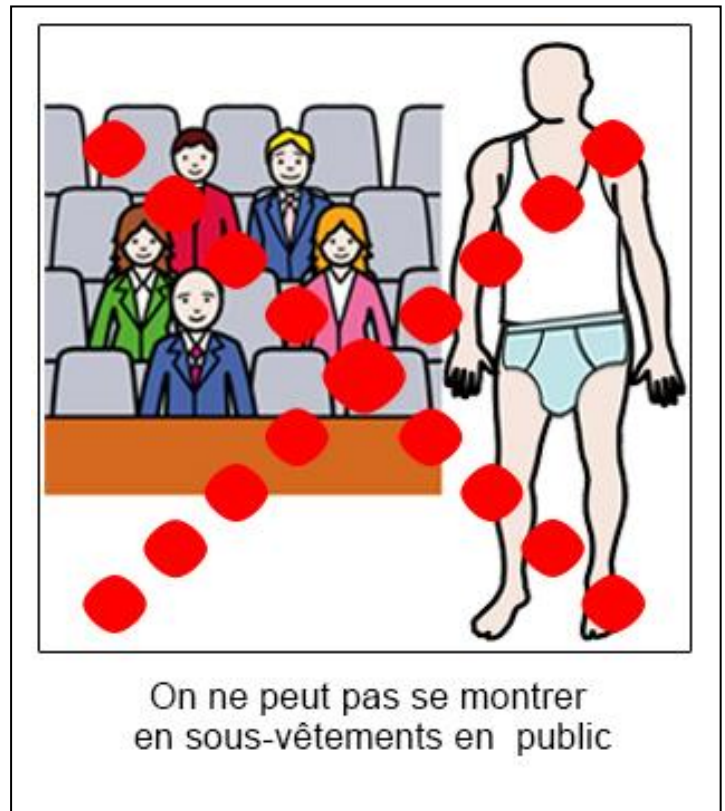


Il est **interdit** par la **loi** de se montrer nu en **public**.

Nous ne pouvons pas nous montrer **nus** ou en **sous-vêtements** partout.

Nous ne faisons pas ce que nous voulons n'importe où.

Nous devons être dans un **lieu privé** pour pouvoir montrer nos **parties intimes**.



Comment **protéger** son **intimité** lors d'un **rapport sexuel** ?

Quand nous avons un rapport sexuel avec notre **partenaire**, nous devons protéger notre intimité.

Ce qui se passe entre nous et notre partenaire doit rester **privé**, cela fait partie de notre intimité.



Pour cela, on doit s'arranger pour **faire l'amour** dans un **lieu privé**, par exemple : la chambre.

On pense à bien fermer la porte à clef.

On s'arrange pour être sûrs qu'on ne sera pas dérangés par d'autres. On n'en parle pas aux autres, c'est un **secret** entre soi et son **partenaire**.



## 5. Les rapports sexuels

Avoir une **relation sexuelle**, c'est quand 2 personnes **décident** d'avoir du **plaisir sexuel** ensemble ou d'avoir un **enfant**.

Leurs **organes sexuels** se touchent ou s'emboîtent.

Nous parlons aussi de **pénétration**.



Avant d'avoir un **rapport sexuel**,  
il faut être sûr  
que les 2 personnes sont d'accord.

Nous ne sommes pas obligés  
d'avoir un rapport sexuel.

C'est bien de dire « Non »  
quand nous n'en avons pas **envie**.

L'autre aussi peut dire « non »  
et nous devons le **respecter**.



## Faire l'amour

ce n'est pas que la **pénétration**.

Il y a aussi les **préliminaires**.  
La pénétration n'est pas **obligatoire**.

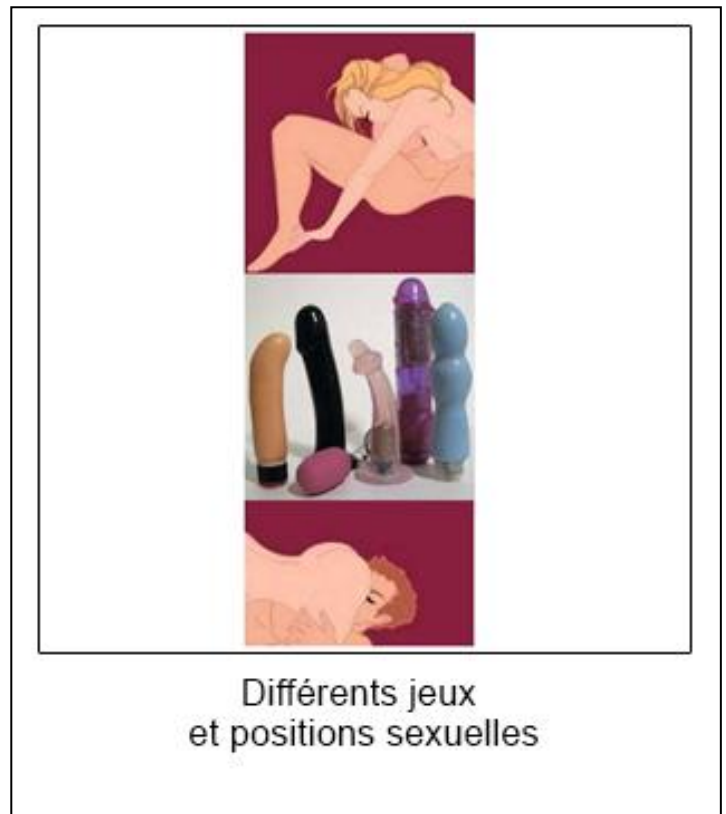
Si nous décidons d'avoir  
un **rapport sexuel** avec pénétration,  
le **pénis** en **érection** de l'homme  
entre doucement  
dans le **vagin** de la femme,  
et fait des mouvements de va et vient  
pendant que la femme  
bouge son **bassin**.



Il existe encore d'autres jeux sexuels comme, par exemple :

- la **fellation** ou « **pipe** »,
- le **cunnilingus** ou « **minette** »,
- la **sodomie**,
- les **godemichés**,...

Nous ne devons jamais être **obligés** de faire un jeu sexuel.



Quand nous avons une **relation sexuelle**, il est important de mettre un **préservatif** pour ne pas avoir de bébé et pour ne pas avoir de **maladies sexuellement transmissibles (MST)**.

Plus d'infos sur les **MST**.

Plus d'infos sur les moyens de contraception.



Nous ne pouvons pas  
**faire l'amour** partout.

C'est important d'être  
dans un **lieu privé**.

Nous ne pouvons pas avoir  
une **relation sexuelle** dans un bus,  
dans des toilettes **publiques**  
ou encore dans un parc.



Nous ne pouvons pas avoir  
de **relation sexuelle**  
avec tout le monde.

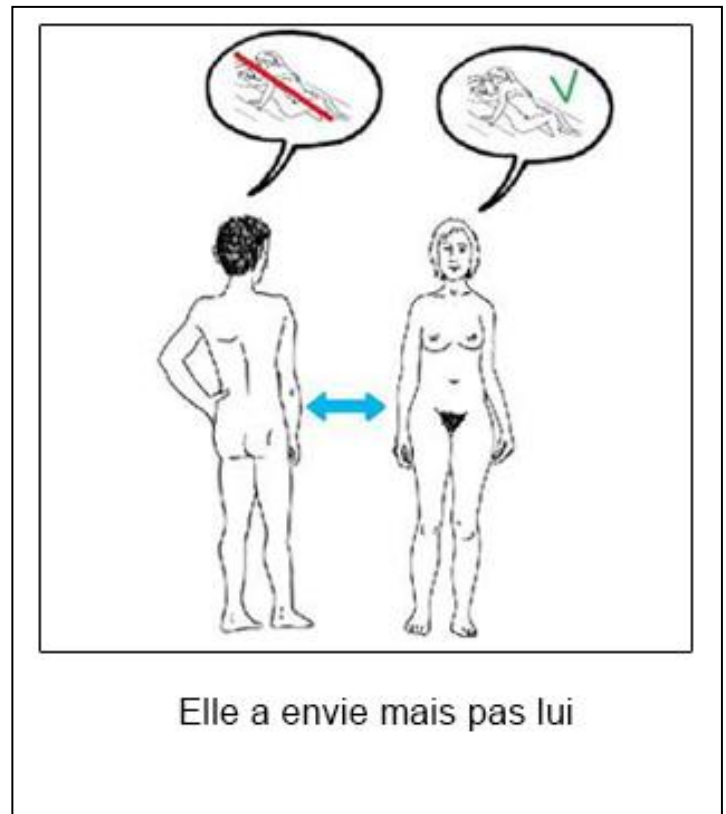
Il y a des personnes avec lesquelles  
nous ne pouvons pas **faire l'amour**.

C'est **interdit** par la **loi**  
et gravement **puni**.



Il arrive que nous ayons **envie**  
de **faire l'amour**  
mais que notre **partenaire**  
n'en ai pas envie.

C'est normal et on doit le **respecter**.



Avoir une **relation sexuelle**,  
c'est quand 2 personnes **décident**  
d'avoir du **plaisir sexuel** ensemble  
ou d'avoir un **enfant**.

Leurs **organes sexuels** se touchent  
ou s'emboîtent.

Nous parlons aussi de **pénétration**.



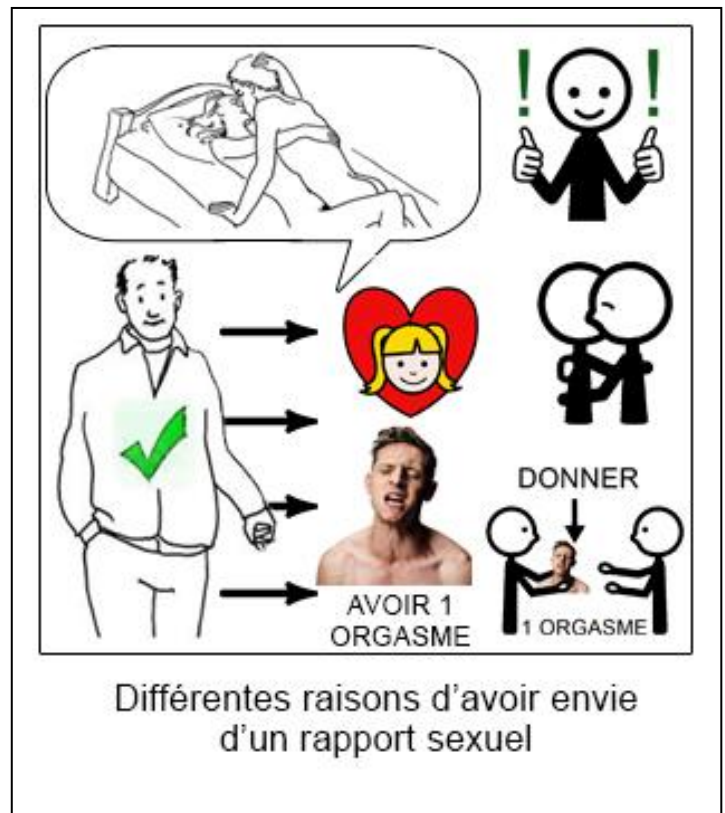
À l'**adolescence** ou à l'âge **adulte**, nous pouvons avoir de nouveaux **désirs** que nous n'avons jamais eus avant.

Comme par exemple, le désir d'avoir une **relation sexuelle**.



Nous pouvons avoir **envie** d'avoir une **relation sexuelle** pour différentes raisons :

- pour être bien,
- pour avoir du **plaisir**,
- ou donner du plaisir à l'autre,
- pour se connaître autrement,
- pour montrer à l'autre que nous l'aimons,...





## 6. Les préliminaires

### Faire l'amour,

c'est plus qu'avoir  
une **relation sexuelle**,  
c'est plus que la **pénétration**.

Avant d'avoir une relation sexuelle,  
nous faisons différentes choses  
pour préparer notre corps  
et le corps de l'autre.

Il faut aussi se sentir prêt dans sa tête.  
C'est important de se préparer  
à la relation sexuelle.

Comment se préparer  
au **rapport sexuel** ?

Avant toute chose,  
il faut être bien sûr  
que les 2 personnes sont d'accord.

Si nous ne respectons pas son **intimité**,  
que nous le forçons à **faire l'amour**,  
nous commettons un délit  
qui s'appelle le **viol**.

La **loi punit** gravement cela.



Si les 2 personnes sont d'accords,  
elles peuvent se préparer  
au **rapport sexuel**  
en rendant l'endroit plus **intime**.

Par exemple,

- en fermant la porte,
- en baissant la lumière,
- en mettant de la musique, ...



Nous pouvons prendre  
une douche ensemble.

Nous pouvons :

- nous déshabiller l'un l'autre,
- nous coucher et nous **embrasser**,
- nous caresser,
- aussi prendre le temps  
de nous découvrir.



Pendant cette période,  
l'homme et la femme se **désirent**,  
leurs corps sont très proches,  
leurs corps se cherchent.  
Leurs corps se touchent, se frottent.

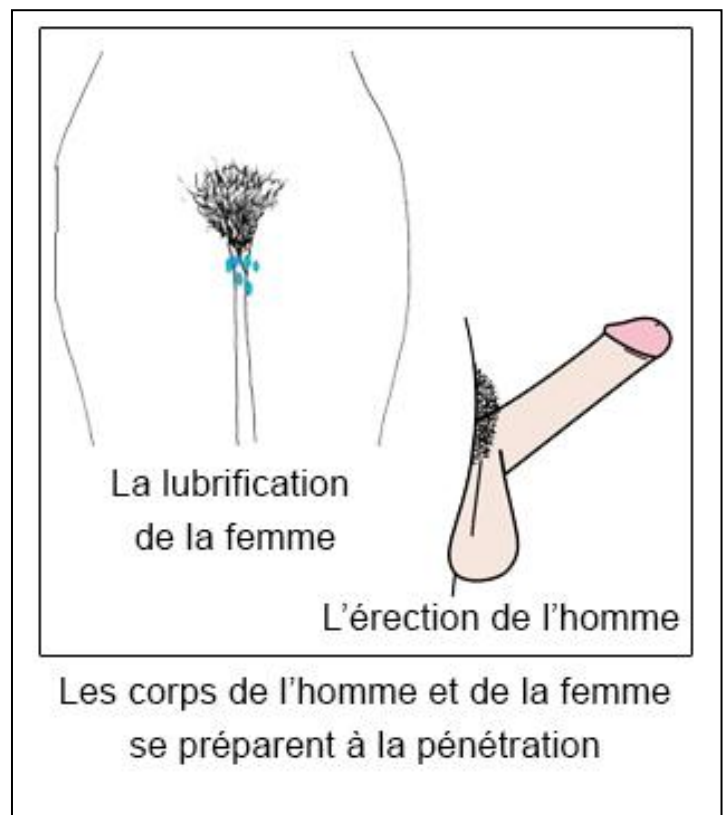
Ils **ressentent**  
des **sensations agréables**  
et du **plaisir sexuel**.



Les corps de l'homme  
et de la femme réagissent.  
Leurs 2 corps sont excités.

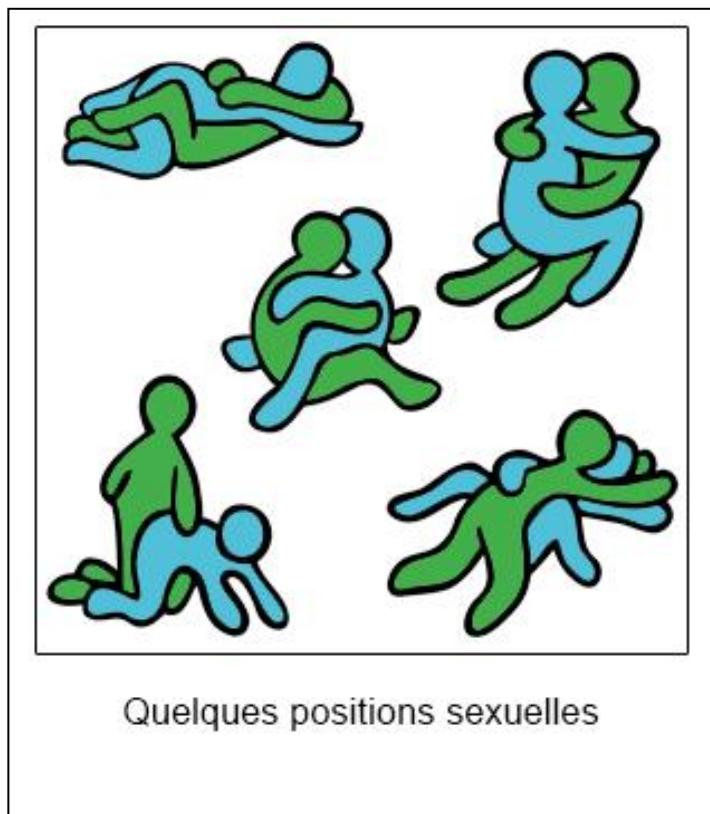
Le **pénis** de l'homme est en **érection**.  
Le **vagin** de la femme se **lubrifie**,  
cela veut dire qu'il produit un liquide,  
il devient plus **humide** et s'élargit.

C'est normal, il ne faut pas s'inquiéter.  
C'est comme cela  
que le vagin de la femme  
se prépare à recevoir  
le pénis de l'homme.



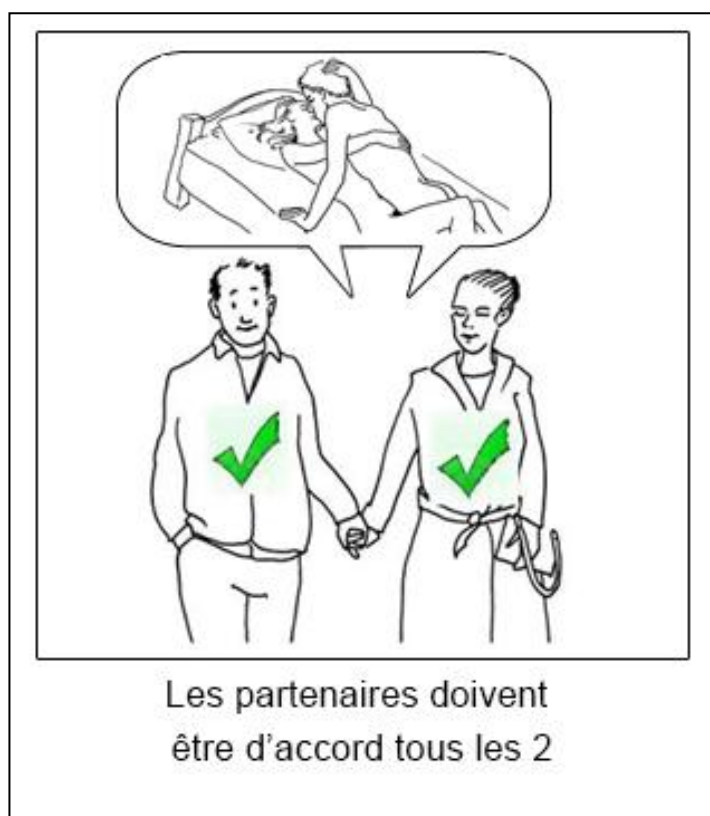
## 7. Les positions sexuelles

Pour avoir une **relation sexuelle**, les corps de l'homme et de la femme peuvent s'emboîter dans différentes positions. Il y a des positions que nous préférons, et d'autres que nous n'aimons pas. Certaines nous donneront plus de **plaisir**. D'autres seront moins confortables pour nous et donneront moins de plaisir.



Il n'y a pas qu'une seule manière de **faire l'amour**. Chaque **couple** fait l'amour dans la position qui lui plaît. Il faut que les 2 **partenaires** soient d'accord.

Si nous ne **respectons** pas le désir de l'autre, il refusera par la suite de partager les **plaisir** avec nous.



Chaque personne et chaque **couple** a ses préférences.

Nous ne devons jamais nous sentir **obligés** d'avoir une **relation sexuelle** dans une position que nous n'aimons pas.

Il faut oser en parler avec notre **partenaire**



Exemple 1 de position :

La femme peut par exemple se coucher sur le dos, écartier les jambes et plier légèrement les genoux. L'homme peut se coucher sur elle, ses jambes entre celles de la femme.



Exemple 2 de position :

L'homme peut se coucher sur le dos et la femme peut s'accroupir sur lui, en posant ses genoux de part et d'autre du corps de l'homme.

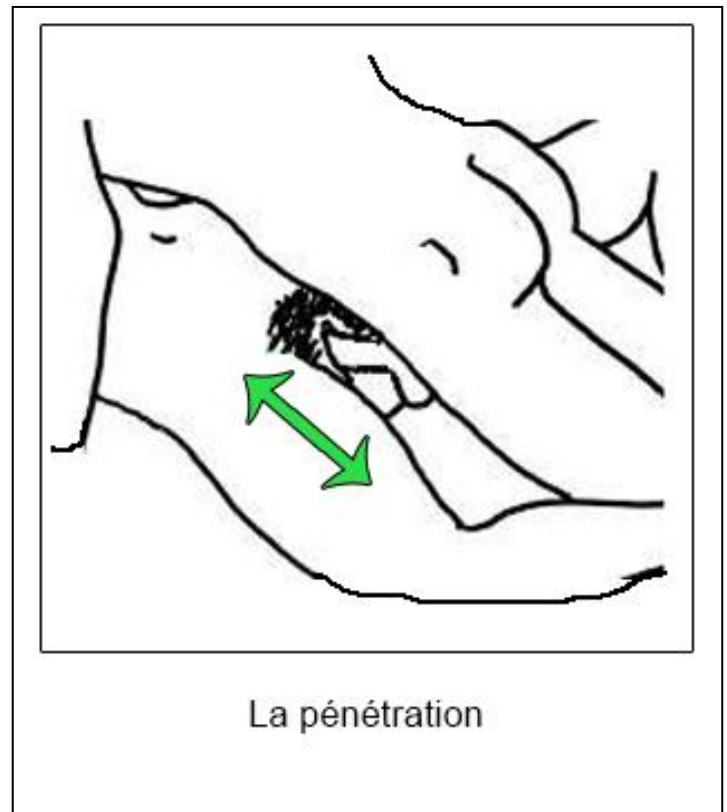


## 8. La pénétration

Lors de la pénétration, le **pénis** en **érection** de l'homme entre doucement dans le **vagin** de la femme.

C'est ce que nous appelons la pénétration.

Si le pénis n'est pas en érection, il ne peut pas entrer dans le vagin.



Pour que la **pénétration** soit plus facile, il faut que le **vagin** soit **humide**.

S'il n'est pas assez humide, nous pouvons utiliser des **lubrifiants** pour faciliter la **relation sexuelle**.

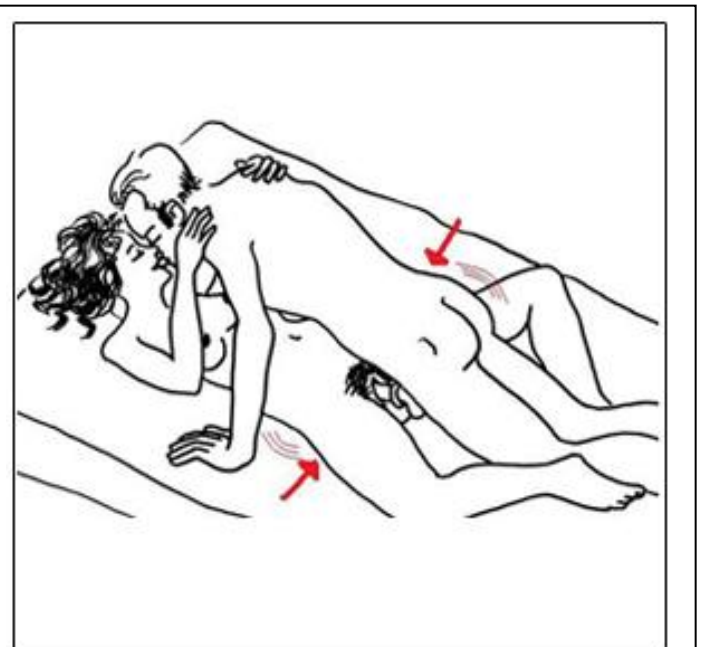
Les lubrifiants s'achètent en pharmacie ou en grandes surfaces, par exemple.



Le lubrifiant facilite la pénétration

Après que le **pénis** de l'homme soit entré dans le **vagin** de la femme, l'homme fait des mouvements de va-et-vient dans le vagin de la femme.

La femme fait aussi bouger son **bassin**. Cela leur procure du **plaisir sexuel**.



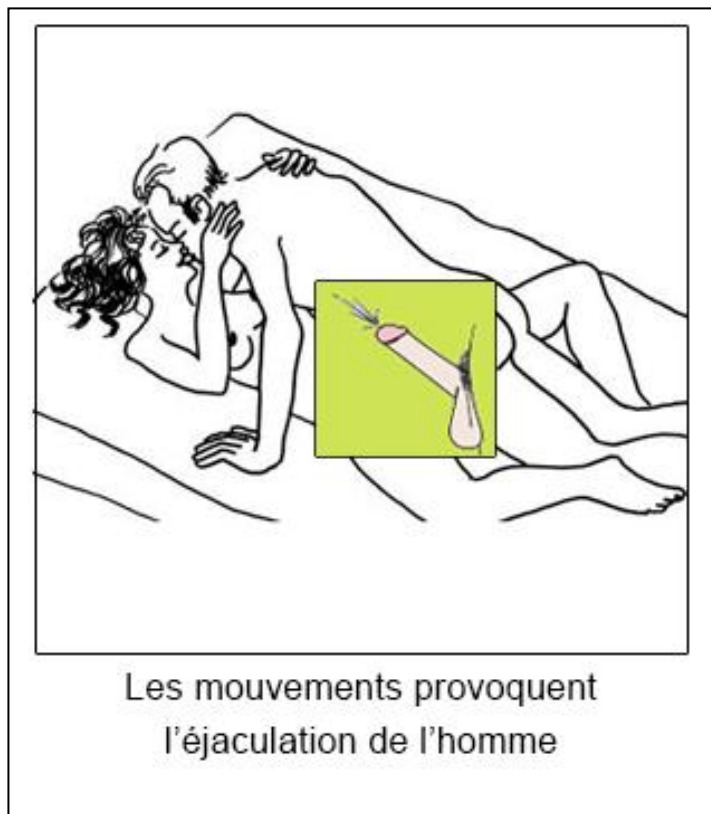
Les mouvements de va-et-vient

Ces mouvements peuvent devenir plus importants et provoquer **l'éjaculation**.

L'éjaculation, c'est quand le **sperme** sort du pénis de l'homme.

L'éjaculation provoque souvent beaucoup de **plaisir sexuel** et de **sensations agréables** à l'homme.

C'est ce qu'on appelle avoir un **orgasme**.



La femme peut aussi avoir un **orgasme**.

Elle a du **plaisir**, soit par la **pénétration** et les mouvements du **pénis** ; soit par le frottement du **clitoris** qui est devenu plus sensible.

Quand la femme a un orgasme, son **vagin** se **contracte**.

Pendant une **relation sexuelle**, les **partenaires** peuvent **respirer** plus vite et **transpirer** plus.

Ils peuvent continuer à se parler, à se caresser, et à **s'embrasser**.



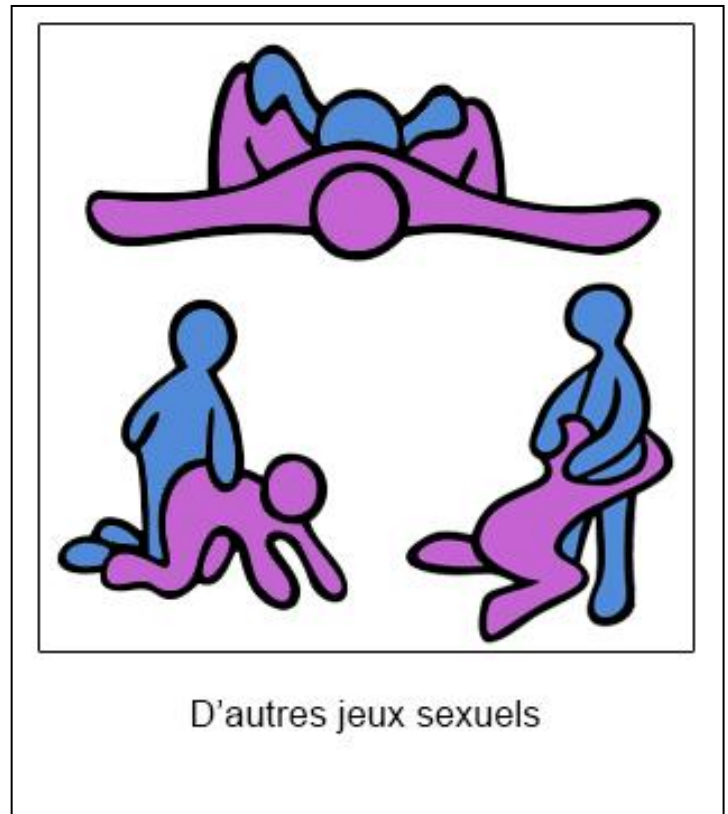


## 9. Les autres jeux sexuels

Certains **couples** aiment jouer à d'autres jeux sexuels.

Il y a par exemple ce que nous appelons

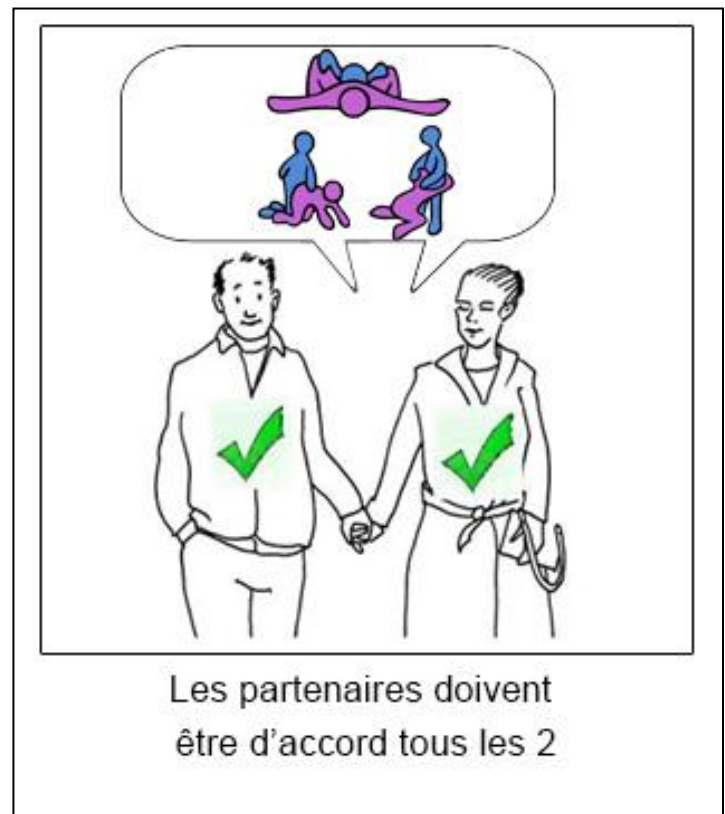
- la **fellation**, ou « **pipe** » ;
- le **cunnilingus** ou « **minette** » ;
- la **sodomie**, ...



La femme et l'homme doivent être d'accords tous les 2 de faire ça.

On ne peut pas obliger quelqu'un à faire un jeux sexuel quel qu'il soit.

C'est **interdit** par la **loi** et gravement **puni**.



### La **fellation** :

Certains couples aiment jouer à d'autres jeux sexuels.

Il y a par exemple la fellation, ou « **pipe** ».

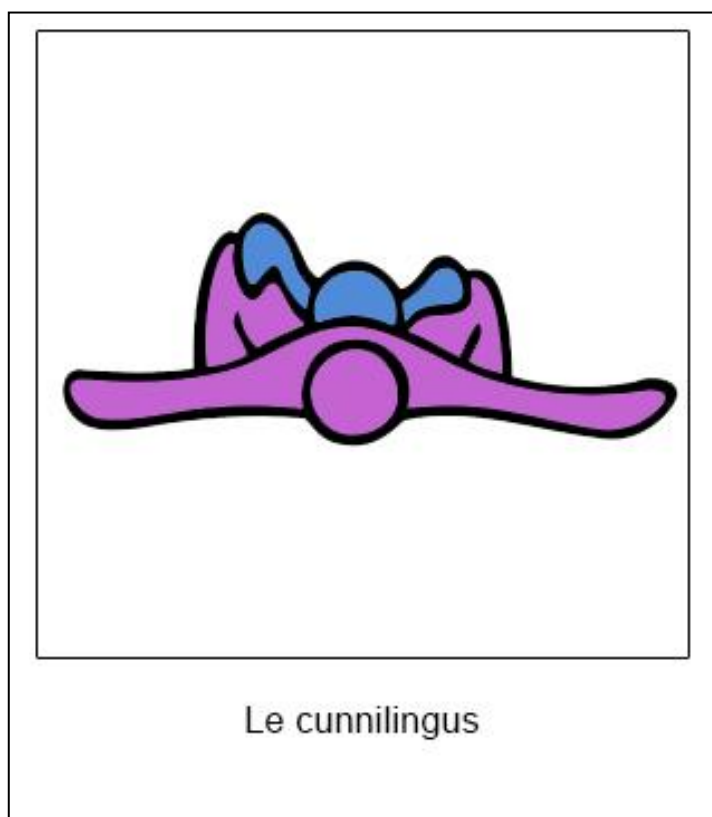
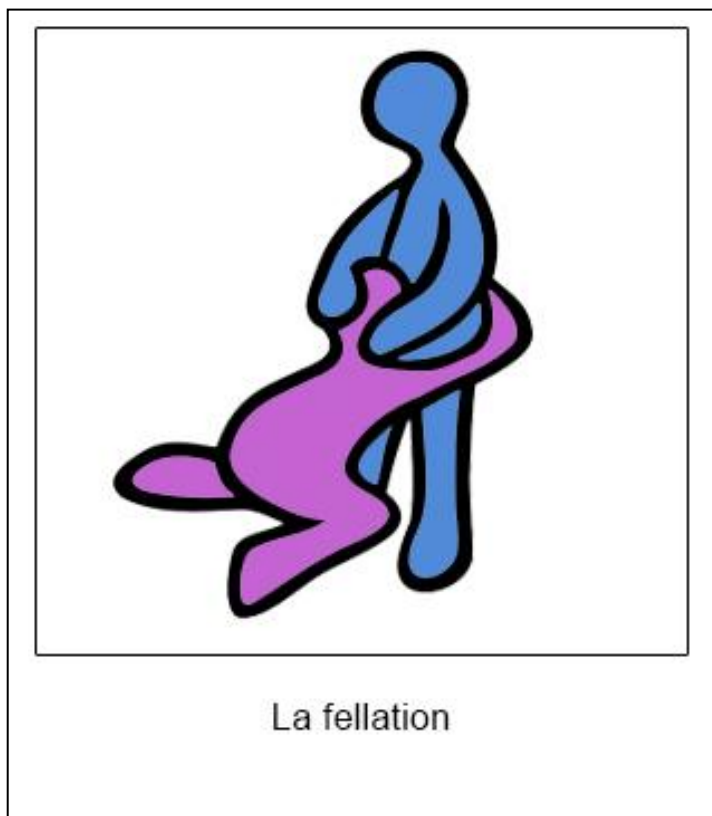
C'est quand la femme suce le pénis de l'homme pour lui donner du **plaisir sexuel** en mettant le **pénis** dans sa bouche et fait un mouvement de va et vient.

La femme peut aussi juste lécher le pénis de l'homme.

### Le **cunnilingus** :

Il y a aussi le cunnilingus ou « **minette** ».

C'est quand l'homme lèche le **clitoris** et la **vulve** de la femme pour lui donner du **plaisir sexuel**.



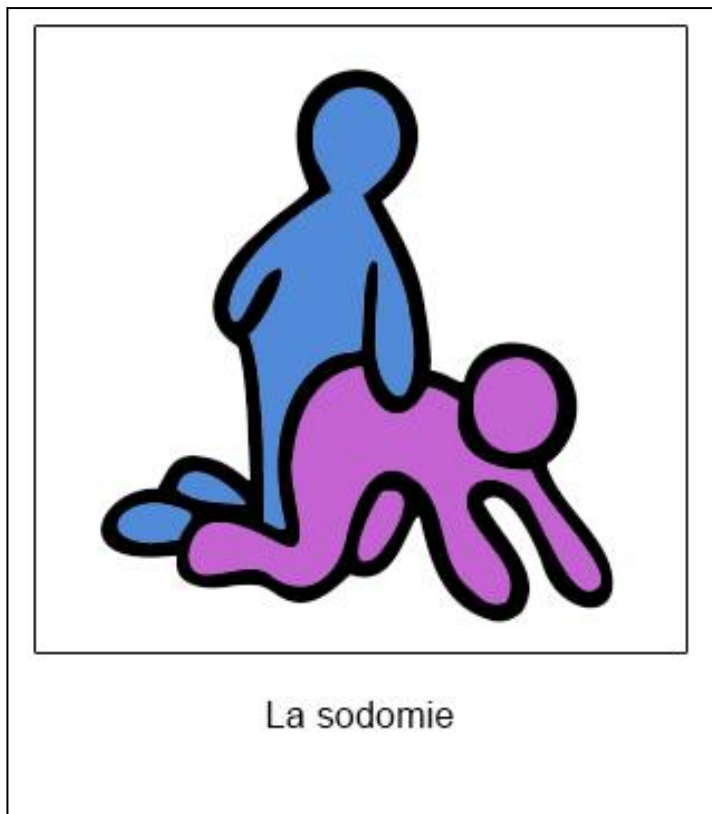
## La sodomie :

Il y a aussi des jeux sexuels avec **l'anus**.

Certaines personnes aiment qu'on chatouille leur anus.

D'autres aiment que leur **partenaire** y entre un doigt,

ou que l'homme rentre son **pénis** dans l'anus de l'autre.

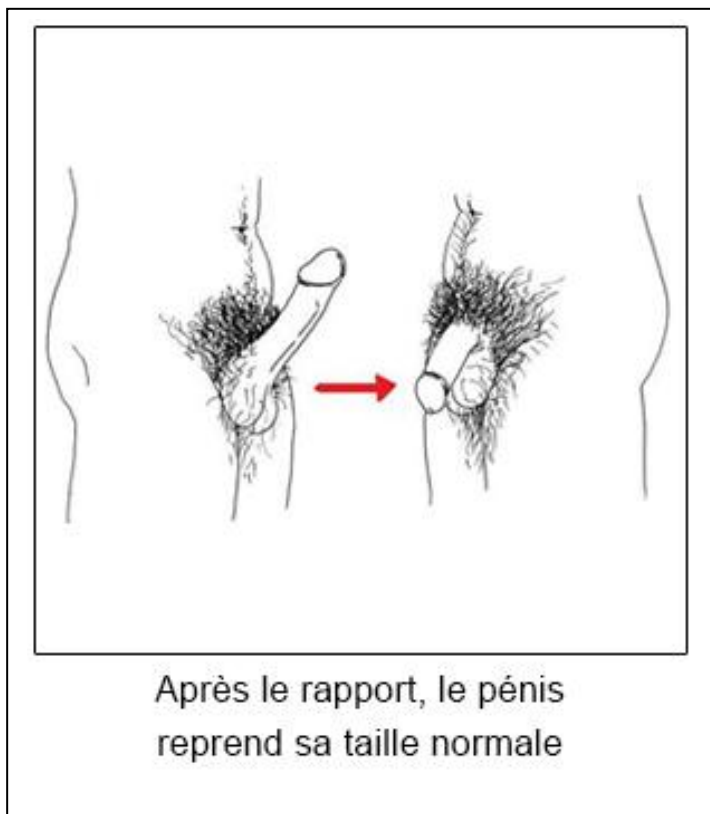


## 10. Après le rapport sexuel

Après **l'éjaculation**, le **pénis** retrouve sa taille habituelle.

L'homme retire son pénis du **vagin** de la femme.

La **respiration** diminue et retrouve son **rythme** normal.



## 11. Le premier rapport sexuel de la femme

Lors du tout premier **rapport sexuel** de la femme, elle peut avoir un peu de **sang** qui sort de son **vagin**. C'est normal.

C'est quand **l'hymen** se déchire. La femme perd alors sa **virginité**.

Elle n'est plus **vierge**.



La toute première fois, la femme peut saigner un peu, c'est normal

La toute première **relation sexuelle** fait un peu mal à certaines femmes.

C'est pour cela que la première fois, l'homme doit faire tout doucement quand il entre son **pénis** en elle.

Il doit être doux et à l'écoute de sa **partenaire**.



Il est important d'être à l'écoute l'un de l'autre

La femme ne doit pas avoir peur de dire se qu'elle **ressent** pour **guider** son **partenaire**.



## 12. A-t-on toujours du plaisir ?

Avoir une **relation sexuelle** n'est pas toujours facile tout de suite. Cela **s'apprend** petit à petit.

Il faut apprendre à connaître son corps et apprendre à connaître le corps de l'autre.



Il est important de parler  
avec son **partenaire**  
de ces moments **d'intimité**.

Nous n'avons pas toujours de **plaisir**  
lors des premiers **rapports sexuels**.

**L'émotion** est parfois très grande  
et peut rendre difficile **l'érection**  
ou **l'éjaculation**.



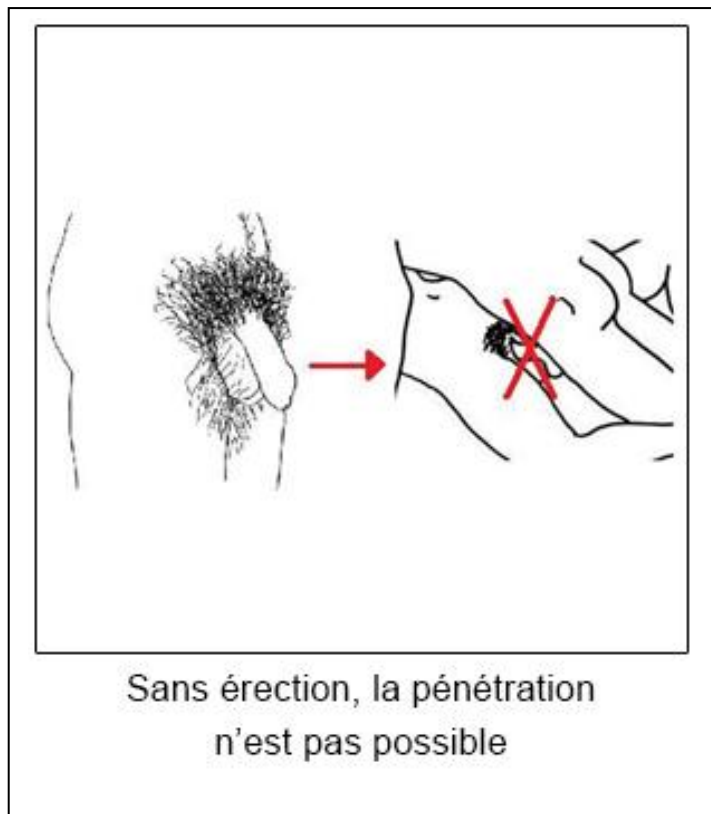
Il peut arriver que les **partenaires**  
**n'éprouvent** pas de **plaisir sexuel**  
au même moment. C'est normal.

Il arrive aussi qu'un des partenaires  
ou les 2 n'aient pas **d'orgasme**.

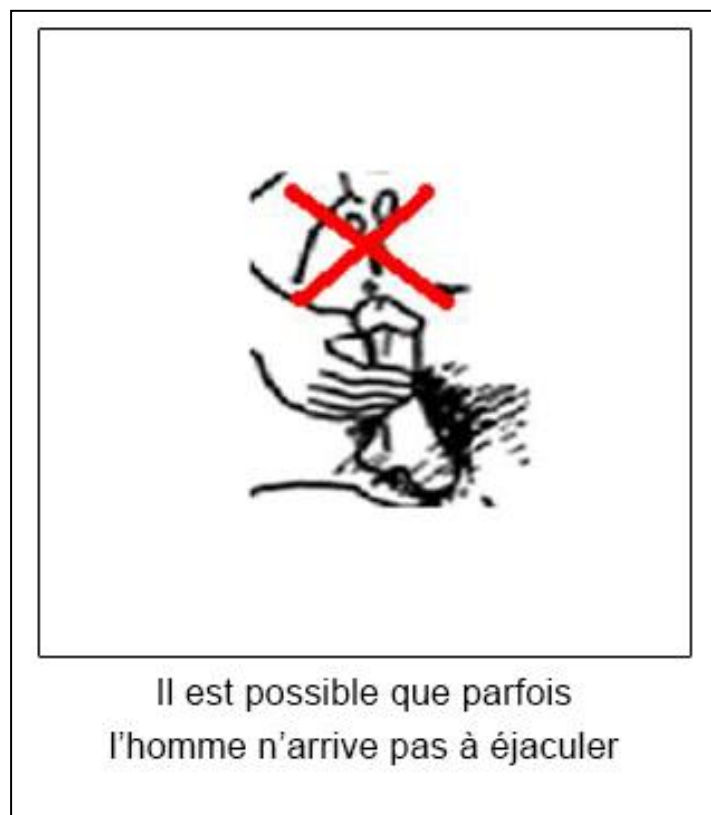


Il peut arriver que le **rapport sexuel** se passe différemment parce que le **pénis** ne se dresse pas, il n'y a pas du tout **d'érection** ou elle ne dure pas assez longtemps.

La **pénétration** est alors impossible.



Il peut arriver que le **rapport sexuel** se passe différemment parce que l'homme **n'éjacule** pas et n'a donc pas **d'orgasme**.



Il peut arriver que le **rapport sexuel** se passe différemment parce que l'homme **éjacule** trop tôt.

C'est fréquent et ça peut arriver à n'importe quel homme.



Il peut arriver que le **rapport sexuel** se passe différemment parce que la **lubrification vaginale** est insuffisante.

La **pénétration** est alors impossible ou **douloureuse**.





Il peut arriver que le **rapport sexuel** se passe différemment parce que la femme n'a pas de **plaisir** lors des premiers **rapports sexuels**.

C'est fréquent et ça peut arriver à toutes les femmes.



Nous pouvons tous avoir des difficultés lors d'un **rapport sexuel**.

Pour résoudre le problème, nous pouvons en parler à quelqu'un qui pourra nous aider.

L'homme ou la femme peut aller voir un **sexologue**, par exemple.



Nous pouvons en parler :

- à quelqu'un de proche, à un ami,
- à un **éducateur**,
- à un frère ou une sœur,
- à un **parent**,
- à un **médecin**, à une **infirmière**,
- à un **sexologue**,...

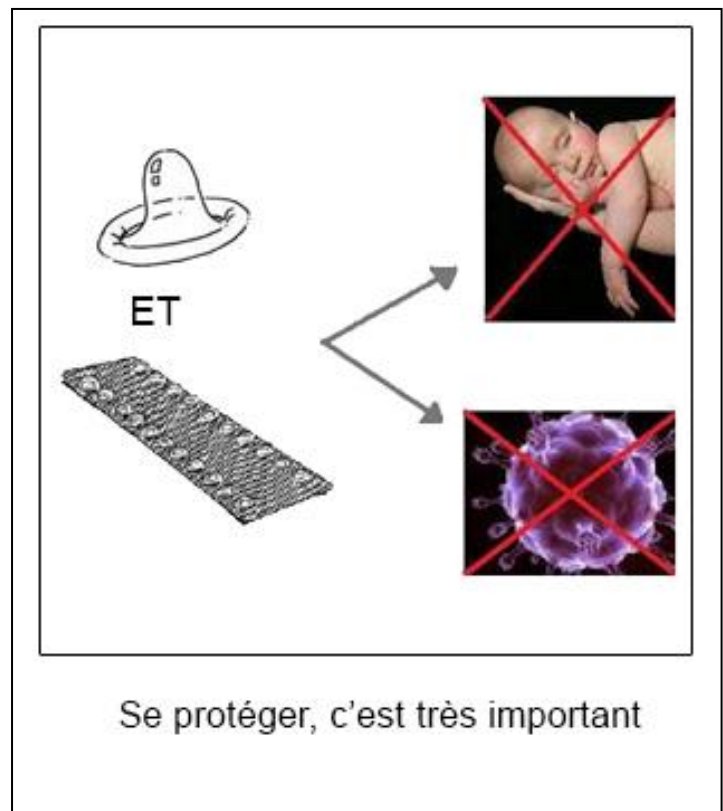


### 13. Se protéger

Quand nous avons un **rapport sexuel**, il est important de nous **protéger** pour ne pas avoir de bébé en utilisant un moyen de **contraception**.

Il est important aussi de nous protéger des **maladies sexuellement transmissibles (MST)** en mettant un **préservatif**.

Pour en savoir plus, cliquez [ici](#).



## 14. Les lieux de l'amour

Avoir un **rapport sexuel**

est quelque chose de très **privé**  
et de très **intime**.

Il est donc important  
d'être dans un **lieu privé**  
comme une chambre, par exemple.

Nous ne pouvons pas avoir  
de rapport sexuel  
dans un **lieu public**  
comme un bus, par exemple.



Il faut faire attention  
à ne pas être dérangé par les autres  
et à ne pas déranger les autres  
lors d'un **rapport sexuel**.

Il faut par exemple :

- fermer la porte,
- fermer les rideaux ou les volets,
- jeter les **préservatifs** à la poubelle,...



## 15. Faire l'amour avec tout le monde ?

Le plus souvent,  
la personne avec laquelle  
nous avons un **rapport sexuel**  
est la personne que nous aimons.

C'est notre **amoureux**  
ou notre **amoureuse**.

C'est une manière  
de lui dire « je t'aime ».



Il faut toujours que les 2 personnes  
soient d'accord.

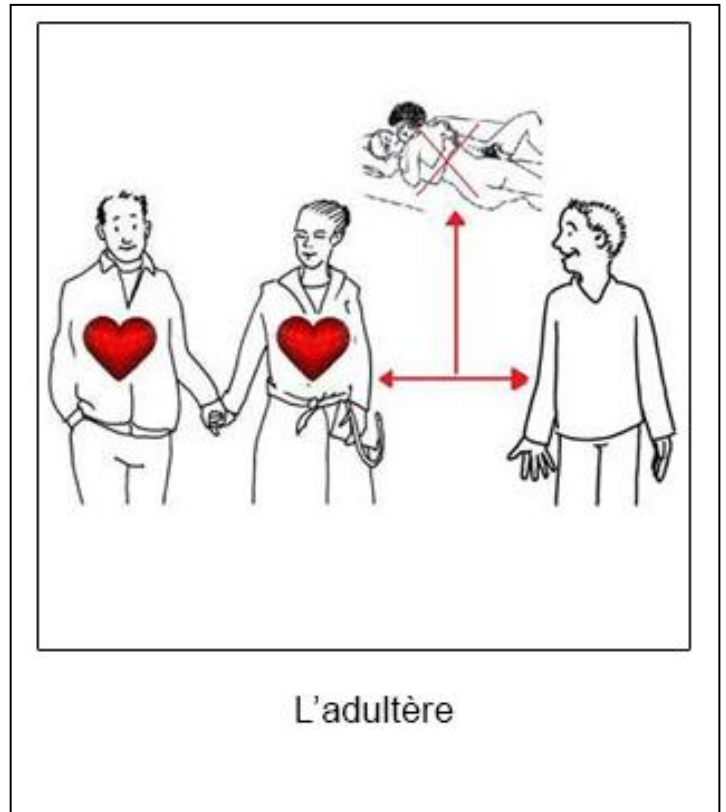
Nous ne pouvons jamais  
obliger quelqu'un à **faire l'amour**.  
Si nous n'avons pas **envie**  
de faire l'amour avec quelqu'un,  
nous devons lui dire « non » !

Même si nous le connaissons bien,  
et que c'est quelqu'un  
que apprécions beaucoup.



## L'adultère,

c'est comme cela qu'on appelle le fait d'avoir une **relation sexuelle** avec quelqu'un d'autre que son **mari** ou sa femme, quand on est **marié**.



Nous ne pouvons pas avoir de **relations sexuelles** avec tout le monde. Par exemple, on ne peut pas avec quelqu'un de sa **famille** (son papa, sa maman, son frère, sa sœur, son **oncle**, sa **tante**, sa fille,...). C'est **interdit** par la **loi** et gravement **puni**. Si quelqu'un de notre famille nous **oblige**, nous devons en parler avec une personne de **confiance**.



Par exemple, on ne peut pas avoir de **relations sexuelles** avec un **professionnel** (un **éducateur**, **médecin**...).

C'est **interdit** par la **loi** et gravement **puni**.

Si un professionnel nous **oblige** à avoir un **rapport sexuel**, nous devons en parler à une personne en qui nous avons **confiance**.



Par exemple, on ne peut pas avoir une **relation sexuelle** avec un **enfant**.

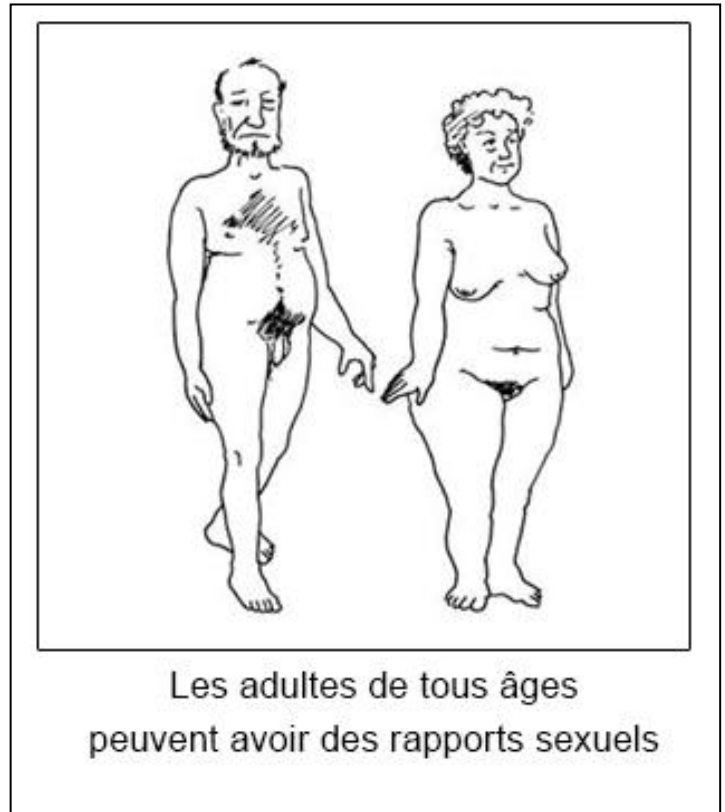
Cela s'appelle la **pédophilie**.

C'est **interdit** et gravement **puni** par la **loi**,



Les personnes plus âgées,  
comme les **parents**  
ou les grands parents,  
peuvent avoir des **relations sexuelles**.

Ils ont encore envie  
et ont du plaisir,  
comme les autres.



Parfois, certains ont envie  
de **faire l'amour**  
avec quelqu'un  
dont ils ne sont pas **amoureux**.

Ils ont une **relation sexuelle**  
avec cette personne  
juste pour le **plaisir sexuel**  
qu'ils **ressentent**.

Il est important que les 2 personnes  
soient d'accord.

Il faut porter un **préservatif**  
pour se **protéger**.

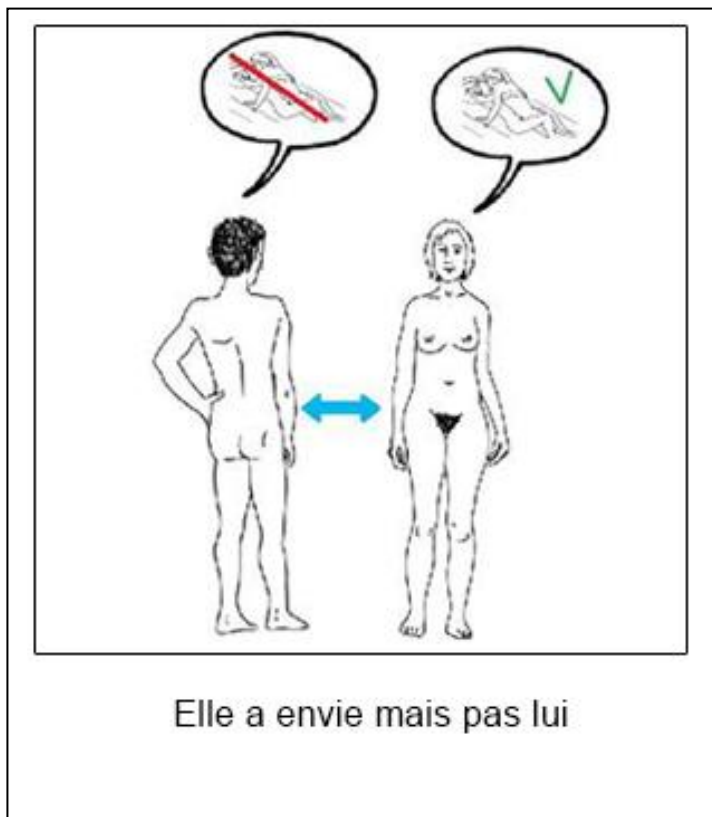


## 16. J'ai envie mais pas lui/elle

Parfois, nous avons **envie** de **faire l'amour** mais notre **partenaire** n'en a pas envie.

C'est normal de ne pas avoir toujours envie de faire l'amour. Quand cela arrive c'est important :

- de ne pas **obliger** l'autre,
- de ne pas râler,
- et de **respecter** son **désir**.



Si l'autre n'a pas **envie** de **faire l'amour**, cela ne veut pas dire qu'il ne nous aime plus ou que nous faisons mal l'amour.

Il est important d'en parler calmement ensemble et d'essayer de comprendre l'autre et de le **respecter**.

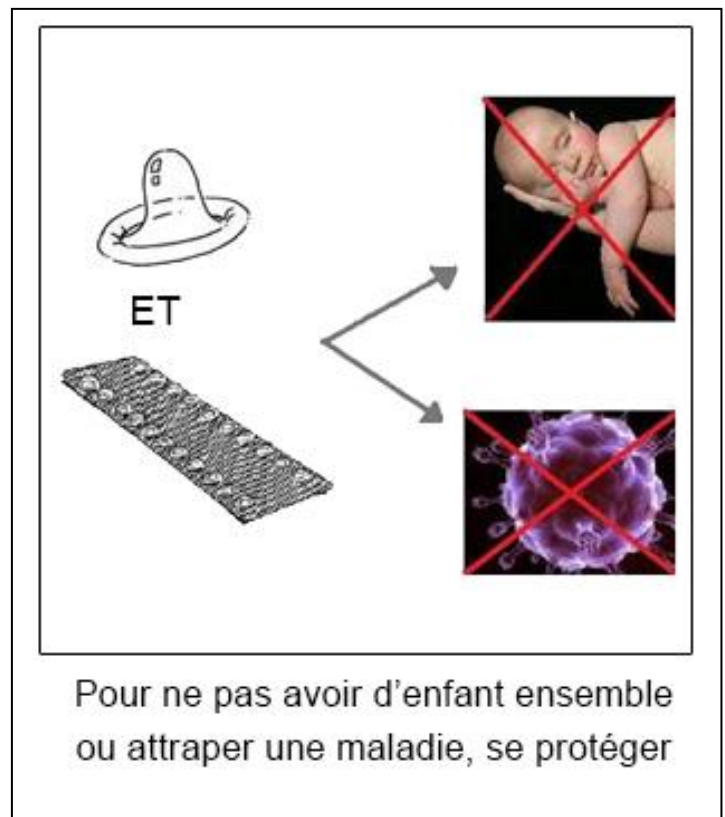




## 17. Conception, grossesse, naissance

Attention,  
 quand un homme et une femme  
 ont des **rappports sexuels**  
 et qu'il ne sont pas **protégés**  
 par un **moyen de contraception**,  
 la femme peut tomber **enceinte**  
 alors qu'elle n'en a pas **envie**,  
 ni son **partenaire**.

Pour éviter cela, il faut utiliser  
 un moyen de contraception.

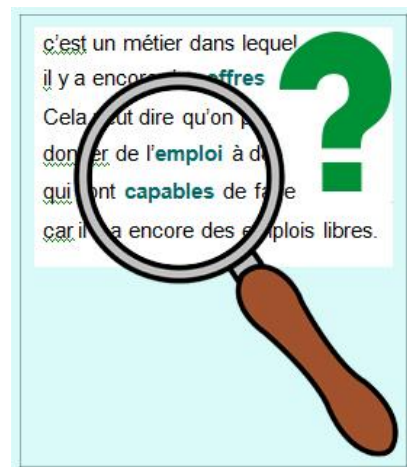


Pour en savoir plus  
 sur **les moyens de contraceptions**  
**cliquez** ici.

Pour en savoir plus  
 sur **ce qui arrive à la femme enceinte**,  
**cliquez** ici.

## 18. Dictionnaire : pour bien comprendre

Vous pouvez retrouver ici les explications des mots en couleur dans le texte, pour mieux comprendre.



### A

**Abus sexuel** : On peut commettre un abus sexuel, ou on peut être victime d'un abus sexuel. Un abus sexuel c'est quand une personne pose un **acte sexuel** sur une autre personne alors que cette autre personne n'est pas d'accord. On ne la **respecte** pas. On **viole** son **intimité**. C'est très grave et c'est **punit** par la **loi**. Les abuseurs peuvent être punis d'une longue peine de prison.

**Accompagner** : Accompagner quelqu'un, ça peut être le **guider**. Cela peut être pour lui montrer le chemin ou pour lui montrer comment faire quelque chose. Accompagner quelqu'un c'est aussi l'aider à réaliser ses projets personnels, en **respectant** ses propres **décisions**, sans l'influencer.

**Acte sexuel** : C'est quelque chose que nous faisons en rapport avec notre **sexualité**.

**Adultère** : L'adultère, c'est quand quelqu'un qui est **marié** a une **relation sexuelle** avec quelqu'un d'autre que son **mari** ou sa femme.

**Agréable** : Agréable, cela veut dire que cela fait **plaisir**, qu'on aime ou que cela fait oui, à l'intérieur de nous.

**Amoureux** : Etre amoureux, c'est **ressentir** de l'amour très fort pour quelqu'un, ce **sentiment** est plus fort que l'amitié. Quand deux personnes sont **amoureuses** elles peuvent former un **couple**, vivre ensemble (ou non), **se marier** (ou non).

**Anus** : L'anus, c'est le trou entre les fesses par lequel on fait caca.

## B

**Bassin** : Le bassin, c'est la partie du corps entre les hanches et les cuisses, ce sont les hanches, les **organes génitaux**,...

## C

**Clitoris** : Le clitoris, est un des **organes génitaux** extérieurs de la femme qui est très sensible et donne du **plaisir sexuel**.

**Coeur** : Tu peux sentir ton cœur battre. Ton cœur est à l'intérieur de ton corps, à l'intérieur de ton torse, à gauche. Il sert à faire circuler le sang dans tout le corps.

**Confiance** : Avoir confiance en quelqu'un, c'est croire que cette personne ne nous fera pas de mal par méchanceté et qu'on peut lui confier des choses importantes, comme un secret, par exemple, ou des choses qui appartiennent à notre **intimité**.

**Contracter (se)** : Se contracter, ça veut dire se serrer. Quand on plie le bras, le muscle du bras se contracte.

**Couple** : Un couple, c'est comme ça qu'on appelle un groupe de deux personnes qui sont **amoureuses** l'une de l'autre.

**Cunilingus** : Le cunnilingus, ou « **minette** », c'est quand l'homme lèche le **clitoris** et la **vulve** de la femme pour lui donner du plaisir sexuel. La femme et l'homme doivent être d'accords tous les deux de faire ça. On ne peut pas obliger quelqu'un à faire un cunnilingus. C'est interdit par la loi et gravement puni.

## D

**Décider / décision** : Une décision, c'est faire un choix. Cela veut dire choisir entre plusieurs choses.

**Douleur** : La douleur, c'est ce qu'on **ressent** quand on a mal à l'intérieur ou à l'extérieur, dans notre tête, dans notre cœur, ou dans notre corps. Un autre mot pour dire douleur est souffrance.

**Douloureux** : Douloureuse, cela veut dire que cela fait mal, qu'il y a de la **douleur**.

## E

**Educateur** : Un éducateur est une personne qui peut t'**accompagner** et te **guider** à travers les différentes étapes de la vie.

**Ejaculer / Ejaculation** : Le **pénis** de l'homme entre en éjaculation quand il a un **orgasme**, son pénis éjecte du **sperme** et l'homme a du **plaisir sexuel**.

**Embrasser** : Embrasser, ça veut dire faire un bisou.

**Enfant / enfance** : L'enfance est la période de notre vie qui va de la naissance à l'adolescence.

**Envie** : L'envie, c'est ce que l'on **ressent** quand on veut quelque chose, ou quelqu'un très fort. Il y a différentes envies : envie de manger, envie d'avoir quelque chose, envie de faire quelque chose, de prendre quelqu'un dans ses bras, par exemple,...

**Erection** : On dit que le **pénis** est en érection quand il est dressé et qu'il est tout dur. C'est normal et c'est naturel.

## F

**Faire l'amour** : Faire l'amour, ça veut dire avoir un **rapport sexuel** ce qui veut dire prendre du **plaisir sexuel** à deux ou essayer d'avoir un **enfant**.

**Famille** : Une famille, c'est un groupe de personnes qui sont le plus souvent du même sang. Dans une famille il y a les **parents**, les **enfants**, les frères, les sœurs, les **oncles**, les **tantes**, les cousins, les cousines, les grands-parents,...

**Fellation** : La fellation, ou « pipe », c'est quand la femme suce le **pénis** de l'homme pour lui donner du **plaisir sexuel** en mettant le pénis dans sa bouche et fait un mouvement de va et vient. La femme peut aussi juste lécher le pénis de l'homme. La femme et l'homme doivent être d'accords tous les 2 de faire ça. On ne peut pas **obliger** quelqu'un à faire une fellation. C'est **interdit** par la **loi** et gravement **puni**.

## G

**Godemiché** : Un godemiché est un jouet sexuel qui a la forme d'un **pénis**.

**Guider** : Guider quelqu'un, c'est **l'accompagner**. Cela peut être pour lui montrer le chemin ou pour lui montrer comment faire quelque chose.

**Gynécologue** : Un gynécologue, c'est un médecin spécialiste des **organes génitaux** de la femme ; un peu comme le dentiste est le spécialiste pour les dents.

## H

**Humidifier** : Humidifier, c'est un autre mot pour dire mouiller.

**Hymen** : L'hymen, c'est une sorte de voile qui protège l'intérieur du **vagin** de la femme qui n'a pas encore eu de **relation sexuelle**. On dit que la femme est **vierge**. Lorsque la femme a un premier **rapport sexuel**, l'hymen se déchire. C'est en voyant si l'hymen est ou non déchiré que le **gynécologue** sait voir si la femme est encore vierge ou non.

## I

**Infirmière** : Une infirmière est une personne qui souvent travaille à l'hôpital et s'occupe des patients, elle leur donne des médicaments, elle vient voir s'ils vont bien, elle leur fait parfois des piqûres,...

**Interdit** : Interdire cela veut dire ne pas autoriser à faire ou dire quelque chose.

**Intimité** : L'intimité, c'est ce qui se passe dans la relation entre toi et ton **partenaire** et que les autres ne peuvent pas voir, ni savoir. C'est un peu comme un secret entre toi et l'autre. Par exemple : tu ne peux te montrer nu que dans l'intimité de ton **couple** si toi et ton **amoureux** êtes tous les deux d'accord. On ne peut pas se montrer **nu** en **public**.

## J, K, L

**Lieu privé** : On dit qu'un lieu est privé quand il est réservé à certaines personnes. Une **famille**, un **couple**. Ça veut dire que ce n'est pas ouvert à tous et que cela doit rester **intime**.

**Lieu public** : Un lieu public c'est un lieu ouvert à tout le monde.

**Loi** : Les lois sont les règles d'un pays que tout le monde doit **respecter** sinon on peut être **puni**. C'est la police et le tribunal de justice qui vérifient que tout le monde respecte bien les lois. Exemple de loi : tu ne peux tuer personne.

**Lubrifiant** : Un lubrifiant c'est une sorte de pommade sous forme de gel qui sert à humidifier ou à lubrifier les organes sexuels, par exemple, le pénis ou le vagin. Ce gel permet que la pénétration soit plus facile.

**Lubrifier** : Lubrifier ça veut dire humidifier. Lorsque la femme est excitée sexuellement, son vagin se lubrifie, cela veut dire qu'il produit un liquide. C'est normal et cela facilite la pénétration.

## M

**Maladies sexuellement transmissibles** : Les maladies sexuellement transmissibles ou **MST** sont des maladies qui se transmettent quand on a une **relation sexuelle** sans **se protéger** avec un **préservatif**. Il y a le sida, la syphilis, l'hépatite B, C,...

**Mamelons** : Les mamelons se sont les bouts des **seins** d'une femme. C'est là que le bébé boit le lait si la maman l'allaité au sein.

**Mari** : Le mari d'une femme c'est l'homme avec lequel elle **s'est mariée**. Ils se sont unis par le bourgmestre devant la **loi**.

**Marier (se)** : Un homme et une femme se marient quand ils s'unissent devant le bourgmestre et se promettent de rester ensemble et d'être fidèles toute leur vie.

**Masturber (se)** : Se masturber, c'est se donner du **plaisir sexuel** tout seul en touchant les parties de son corps qui donnent du plaisir sexuel, par exemple caresser son **sexe**.

**Médecin** : Un médecin : c'est un autre mot pour dire un docteur.

**Minette** : Une « minette » ou **cunnilingus**, c'est quand l'homme lèche le **clitoris** et la **vulve** de la femme pour lui donner du **plaisir sexuel**. La femme et l'homme doivent être d'accords tous les deux de faire ça. On ne peut pas **obliger** quelqu'un à faire un cunnilingus. C'est **interdit** par la **loi** et gravement **puni**.

**Moyens de contraception** : Les moyens de contraception sont les moyens qui permettent d'éviter d'être enceinte.

**MST** : Les **maladies sexuellement transmissibles** ou MST sont des maladies qui se transmettent quand on a une **relation sexuelle** sans **se protéger** avec un **préservatif**. Il y a le sida, la syphilis, l'hépatite B, C,...

**N**

**Nu / nudité** : La nudité, c'est le fait d'être nu, de ne pas porter de vêtements.

**O**

**Obliger** : Obliger quelqu'un à faire quelque chose, c'est ne pas lui laisser le choix de faire autrement. On ne peut pas obliger quelqu'un à faire quelque chose d'illégal. Tout comme nous sommes tous obligés d'obéir aux **lois** de notre pays.

**Obligatoire** : Obligatoire cela veut dire qu'on est **obligé** de le faire.

**Oncle** : Tes oncles ce sont les frères de ton père ou de ta mère.

**Organes sexuels / génitaux** : Les organes sexuels de l'homme s'appellent le **pénis**, les testicules, la prostate,... Les organes sexuels de la femme se séparent en deux parties, les organes sexuels extérieurs (la **vulve**, le **clitoris**,...) et les organes intérieurs (le **vagin**, les ovaires, les trompes de Fallope,...).

**Orgasme** : Parfois, **se masturber**, **faire l'amour** ou avoir un **rapport sexuel** c'est tellement agréable, que l'homme ou la femme peuvent avoir un orgasme. C'est comme un feu d'artifice dans leur corps qui leur donne plein de **plaisir sexuel** d'un coup.

**P**

**Parents** : Un parent désigne les personnes qui nous ont donné la vie ou qui nous ont élevés, mais aussi les membres d'une même **famille**.

**Partenaire** : Le partenaire, c'est l'autre personne avec laquelle on forme un **couple**. On peut avoir un partenaire **amoureux** ou un partenaire de travail, par exemple.



**Parties intimes** : Les parties **intimes** c'est une autre manière d'appeler les **organes sexuels**. Les parties intimes sont les parties que tu ne peux pas montrer en **public**, mais que dans certaines circonstances et certains lieux.

**Peau** : La peau est la couche extérieure de tissu qui enveloppe notre corps.

**Pénétration** : La pénétration c'est quand le **pénis** de l'homme entre dans le **vagin** de la femme lors d'une **relation sexuelle**.

**Pénis** : Le pénis c'est le mot scientifique que l'on emploie pour dire « zizi » c'est un des **organes sexuels** de l'homme. C'est l'organe qui permet de **faire l'amour** et d'uriner, de faire pipi.

**Pipe** : La pipe, ou « **fellation** » c'est quand la femme suce le **pénis** de l'homme pour lui donner du **plaisir sexuel** en mettant le pénis dans sa bouche et fait un mouvement de va et vient. La femme peut aussi juste lécher le pénis de l'homme. La femme et l'homme doivent être d'accords tous les deux de faire ça. On ne peut pas **obliger** quelqu'un à faire une fellation. C'est **interdit** par la **loi** et gravement **puni**.

**Plaisir** : Le plaisir c'est bien, c'est bon, c'est **agréable**. Le plaisir, c'est ce que l'on **ressent** lorsque l'on se fait du bien ou quand on fait du bien à quelqu'un.

**Plaisir sexuel** : Le plaisir sexuel c'est le plaisir que procure le fait de toucher les **organes sexuels**.

**Préliminaires** : Les préliminaires sont tous les **actes sexuels** qui préparent les corps des **partenaires** sexuels au **rapport sexuel**. Mais il ne doit pas y avoir obligatoirement **pénétration**, on peut aussi faire des préliminaires juste pour se donner du **plaisir sexuel**.

**Préservatifs** : Le préservatif est un objet pour la femme ou pour l'homme qui se vend en pharmacie. Il permet d'avoir des **relations sexuelles** sans risquer que la

femme soit enceinte et sans risquer d'avoir une **maladie sexuellement transmissible** ou de la transmettre.

**Prison** : La prison c'est un endroit où sont enfermées les personnes qui ont été condamnées par le tribunal car elles ont commis des actes graves **punis** par la **loi**.

**Privé** : On dit que quelque chose est privé quand c'est le contraire de **public**. Ça veut dire que ce n'est pas ouvert à tous et que cela doit rester **intime**.

**Professionnel** : Les professionnels, ce sont toutes les personnes qui nous entourent et qui travaillent avec nous, nous **accompagnent**. Par exemple, les **éducateurs**, les assistants sociaux, mais aussi les **médecins**,...

**Protéger (se)** : Se protéger, cela veut dire utiliser des **moyens de contraception** pour éviter d'attraper une **maladie sexuellement transmissible** ou d'avoir un **enfant** en ayant un **rapport sexuel** avec **pénétration**.

**Public / publique** : On dit que quelque chose est public, quand ça concerne tout le monde, quand c'est ouvert à tout le monde et que tout le monde peut le voir. C'est le contraire de ce qui est **privé**.

**Pudeur** : La pudeur est un **sentiment** que l'on **ressent** et qui nous pousse à être réservé, à garder pour soi, dans son **intimité** certaines choses qu'on est gêné de montrer, comme son corps, par exemple, ou sa **sexualité**.

**Punir** : Punir cela veut dire qu'on reçoit une punition parce qu'on n'a pas **respecté** une règle ou une **loi**. Il peut y avoir différentes sortes de punitions pour adultes : les amendes pénales, les peines de **prison**,...

## Q, R

**Rapport sexuel / Relation sexuelle** : Avoir un rapport sexuel, c'est quand deux personnes **décident** d'avoir du **plaisir** ensemble ou d'avoir un **enfant**. Leurs **organes sexuels** se touchent. On parle aussi de **pénétration**.

**Relation** : La relation c'est ce qui relie deux personnes, c'est le lien qu'elles entretiennent. Il y a des relations d'amour, d'amitié, des relations familiales, **professionnelles**,...

**Respecter** : Respecter quelqu'un ou quelque chose, c'est bien se comporter avec lui, être poli, tenir compte de ses droits, de ses **envies**, de ses besoins,... Tout le monde doit être respecté. Toi aussi, tu as le droit au respect.

**Respirer / Respiration** : Respirer, c'est faire entrer et sortir de l'air de tes poumons. On appelle ça la respiration.

**Rougeurs** : Les rougeurs se sont des endroits plus rouges. Quand on a les joues qui deviennent roses sous le coup de l'émotion, on appelle cela rougir.

**Rythme** : Le rythme d'une personne c'est un peu comme sa vitesse personnelle. Certaines personnes évoluent plus vite, d'autre plus lentement. Chacun a son rythme et c'est normal. Nous devons respecter notre rythme et celui des autres.

## S

**Santé** : La santé, c'est quand on est bien dans notre corps et dans notre tête. C'est quand on n'a pas de maladie.

**Seins** : Les seins d'une femme, c'est sa poitrine, c'est par là que la femme peut nourrir son bébé. Quand la femme vient d'avoir un bébé ses seins se remplissent de lait pour le nourrir.

**Sentiments** : Un sentiment, c'est ce que l'on ressent à l'intérieur, dans son corps et dans sa tête, même si rien de particulier ne nous arrive à ce moment. On peut se sentir bien, mal, bizarre,...

**Sexologue** : Un sexologue c'est un spécialiste du sexe, de la **sexualité**.

**Sexualité** : La sexualité c'est tout ce qui concerne le sexe et les **relations sexuelles** en général.

**Sodomie** : La sodomie ce sont des jeux sexuels avec l'**anus**. Certaines personnes aiment qu'on chatouille leur anus. D'autres aiment que leur **partenaire** y entre un doigt, ou que l'homme rentre son **pénis** dans l'anus de l'autre. Attention, on ne peut pas **obliger** quelqu'un à la sodomie. C'est **interdit** par la **loi** et gravement **puni**.

**Sous-vêtements** : Les sous-vêtements, ce sont les culottes, les slips, les chaussettes, les soutiens-gorges,...

## T

**Tante** : Tes tantes ce sont les sœurs de ton père ou de ta mère.

## U, V

**Vagin** : Le vagin, c'est un **organe sexuel** féminin qui ressemble à un petit trou entre ses jambes et qui sert à **faire l'amour**. C'est par là que la femme a ses règles, mais ce n'est pas par là que la femme fait pipi. C'est aussi par là que sort le bébé si la femme est enceinte.

**Viol** : Un viol, c'est quand une personne force une autre personne qui n'est pas d'accord à avoir une **relation sexuelle**. C'est très grave, c'est **interdit** et **punit** par la **loi** par des peines de **prison**.

**Vieux / vieillesse** : La vieillesse c'est un âge de la vie après l'âge adulte. C'est quand on devient vieux.

**Vierge / Virginité** : La virginité d'une femme, c'est quand elle est vierge, ça veut dire qu'elle n'a encore jamais eu de premier **rapport sexuel**. C'est pareil pour les hommes.

**Vulve** : La vulve est l'ensemble des **organes sexuels** extérieurs féminins. Elle se compose du pubis, des grandes lèvres, des petites lèvres et du **clitoris**.

## W, X, Y, Z

Pour voir plus de définitions,  
rendez-vous sur [www.visapourlenet.be](http://www.visapourlenet.be).

## 19. Partenaires

Le projet visa est soutenu financièrement par la Wallonie.

L'élaboration de la rubrique VRAS a été principalement soutenue par :



Certains symboles pictographiques utilisés proviennent de la banque d'images et sont la propriété de CATEDU (<http://catedu.es/arasaac/>).

Ils sont sous licence Creative Commons: CC (BY-NC-SA).

Ils ont été créés par Sergio Palao

et transformés pour illustrer encore plus précisément le texte.

## 20. Références

**Livre** : Delville, J., Mercier, M., & Merlin M., (2000) Des femmes et des hommes. Belgique : Presses Universitaires de Namur.

## 21. Auteurs du texte

Les professionnels qui ont aidé à faire ce texte sont :

**Rédacteur** : Stéphanie Marchal, Travailleur social, Itinérís (anciennement Aphaad), SAC, (Dinant, Belgique), 2007-2008.

**Illustrateur** : Christophe Preud'homme, éducateur, Projet Visa pour le net, asbl Inter-Actions, service d'accompagnement (Hannut, Belgique), 2007-2008.

**Correcteurs** :

**Vérification des informations** (2010 -2013) : OASIS FAMILIALE, Planning familial de Hannut : Niina Maria Mattila (Coordinatrice de l'opération); Céline Van Heeswyck (Juriste); Delphine Bourdhouxhe et Cécile Virgo (Docteurs en médecine).

**Actualisé en 2015 par** : Séverine Legros, assistante sociale, asbl Inter-Actions, service d'accompagnement (Hannut, Belgique).

Les Experts Visa qui ont vérifié la juste accessibilité de ce texte sont :

Aucun vu le malaise généré par l'abord de cette thématique en groupe.

Dernière actualisation du texte le : 19/02/2016



# Les Experts Visa



Ils révisent des textes, des outils  
et la facilité d'utilisation de sites Internet dont Visa.  
Ils testent l'accessibilité d'OIP  
et donnent leurs avis sur comment  
rendre les choses toujours plus accessibles à tous.

Ce texte a été rédigé  
et corrigé  
avec la collaboration  
de l'OASIS Familiale  
et d'Itinériss



Plus d'infos sur :  
[www.visapourlenet.be](http://www.visapourlenet.be)



Projet Visa pour le net  
Asbl Inter-Actions  
Rue de Tirlemont, 52/1  
4280 HANNUT  
019/51.40.77.  
[visapourlenet@gmail.com](mailto:visapourlenet@gmail.com)

A screenshot of the 'Visa pour le net' website. At the top, there's a header with a colorful globe icon and the text 'Visa pour le net'. Below the header, there are two main columns. The left column is titled 'Nouveautés' and contains a box labeled 'Toutes les nouveautés'. The right column is titled 'Informations' and contains a grid of icons for 'Citoyenneté', 'Culture', 'Logement', 'Santé', 'Vie quotidienne', 'Vie relationnelle', 'Module cuisine', and 'Module emploi'. At the bottom left, there's a section titled 'Experts Visa' featuring a photo of a smiling man holding a globe and the text 'En savoir plus sur le projet Visa.'. At the very bottom, there's a navigation bar with icons and text for 'Internet en sécurité', 'Charte', 'Partenaires', 'Sources', 'Liens', and 'Condi'.

