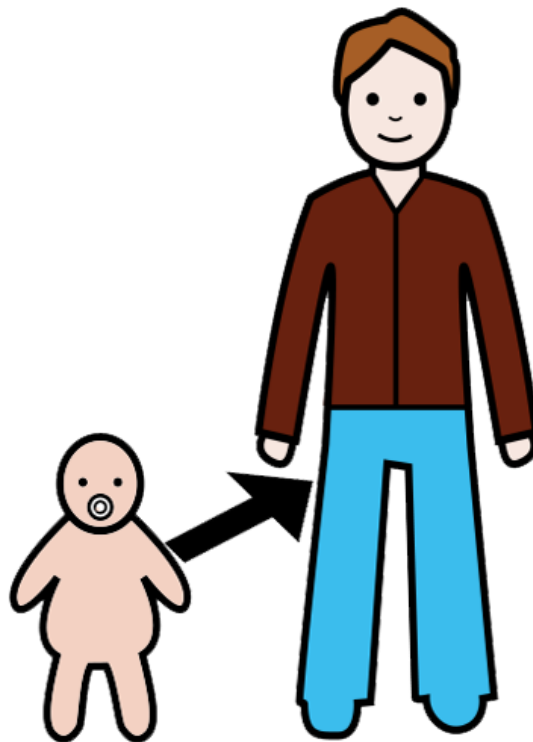




Visa pour le net



Vie relationnelle affective et sexuelle



11. Le corps change

<http://www.visapourlenet.be/vie-relationnelle/le-corps-change/>

Table des matières

1.	Le corps des adolescents	3
2.	Le corps des adolescentes	4
3.	La puberté, c'est quoi ?	5
4.	La puberté chez les garçons	5
5.	L'érection c'est quoi ?	7
6.	L'éjaculation, c'est quoi ?	10
7.	La puberté chez les filles	14
8.	Les règles	16
9.	Des changements dans la tête.....	23
10.	Le sexe de l'homme adulte.....	27
11.	Le sexe de la femme adulte	28
12.	Les différences entre les sexes	29
<hr/>		
13.	Dictionnaire : pour bien comprendre.....	38
14.	Partenaires.....	46
15.	Références.....	46
16.	Auteurs du texte	47

1. Le corps des adolescents

Le corps change
quand nous **vieillissons**.

Le corps change surtout
quand nous passons
de l'**enfance** à l'âge **adulte**.

Entre les 2,
c'est l'**adolescence**.

Le corps change beaucoup
à l'adolescence.

Pour en savoir plus
sur les différentes étapes de vie,
cliquez ici.

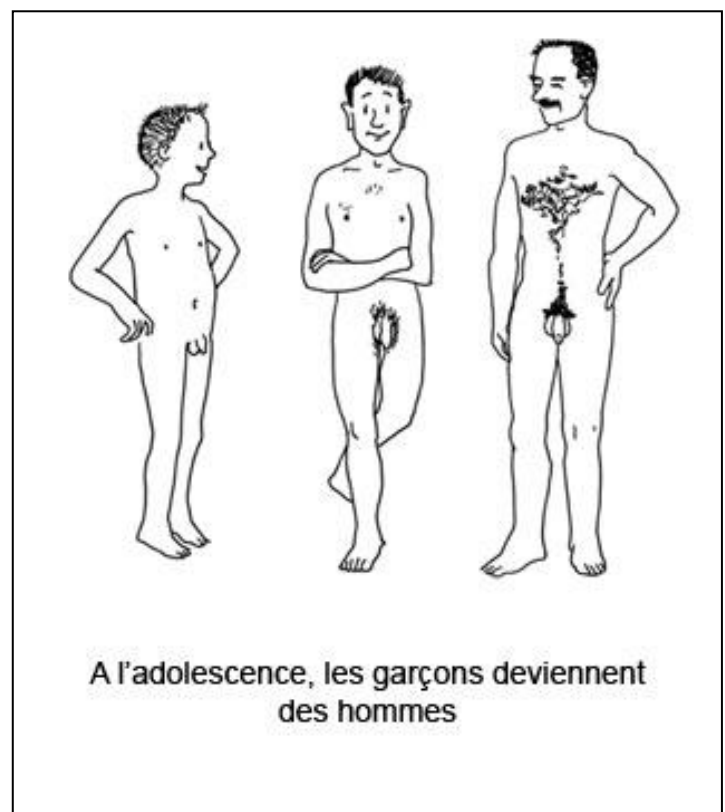


A l'**adolescence**,
les garçons deviennent des hommes.

Les hommes peuvent attraper
de la barbe et de la moustache.

Les hommes peuvent avoir
des poils qui poussent :

- sur le **torse**,
- sous les bras,
- sur les jambes,
- au bas du ventre,
- et à la base du **sexe**.

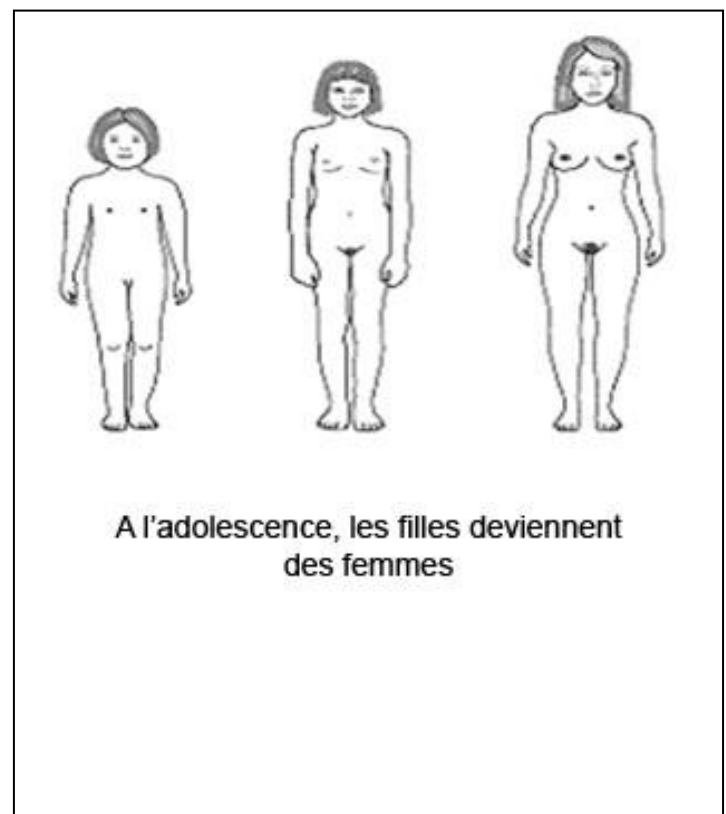


A l'**adolescence**,
 les garçons ont la voix qui change.
 La voix devient plus grave.
 Les garçons ont le **sexe** qui grandit.
 Les garçons ont
 leurs premières **éjaculations**.



2. Le corps des adolescentes

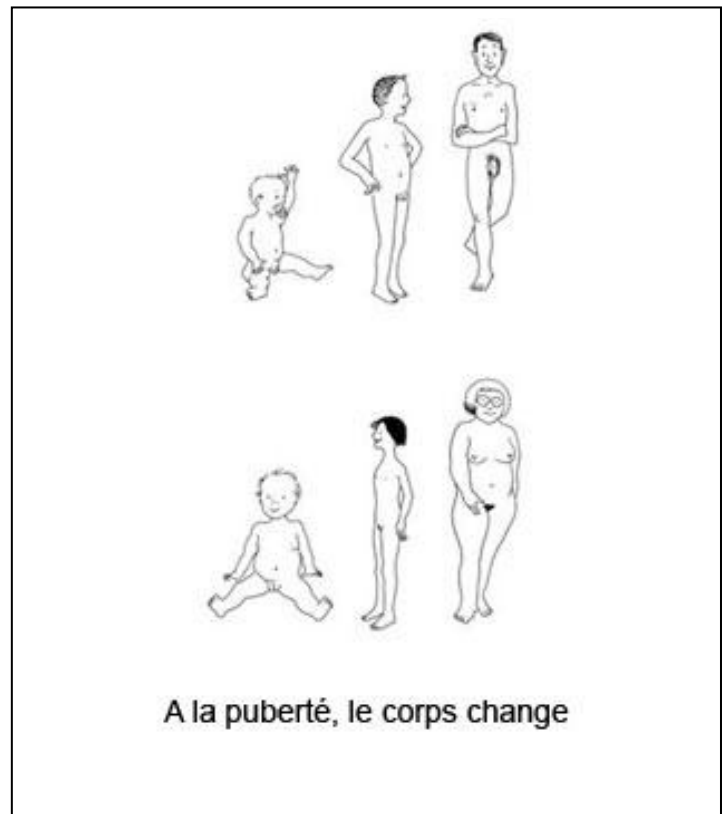
A l'**adolescence**,
 les filles deviennent des femmes.
 Les femmes ont des poils qui poussent :
 • sous les bras,
 • sur les jambes,
 • au bas du ventre,
 • et au-dessus du **sexe**.
 Les femmes ont la **poitrine** qui grossit.
 Les femmes ont leurs premières **règles**.
 Les règles, c'est une perte de **sang**
 par le **vagin**.
 C'est tout à fait normal.



3. La puberté, c'est quoi ?

La **puberté** est une étape de la vie entre l'**enfance** et l'âge **adulte** qui désigne les changements du corps à l'**adolescence**.

Pendant cette période, le corps et la manière de penser changent beaucoup. C'est normal de changer à la puberté. Tout le monde a été petit, tout le monde grandit et tout le monde **vieillit**.



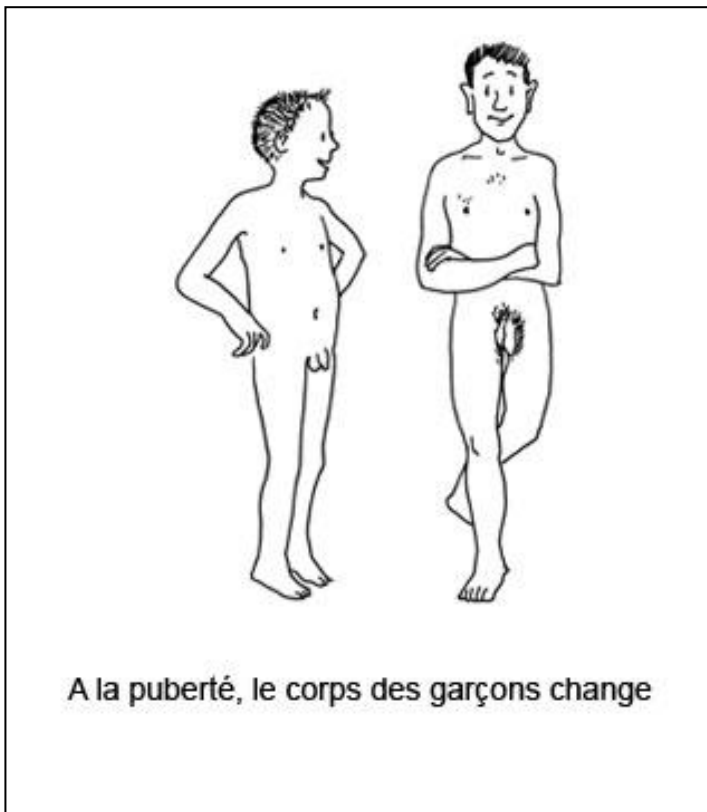
4. La puberté chez les garçons

A la **puberté**, le corps du garçon change. Le garçon grandit. Le garçon devient un **adolescent**. L'adolescent va avoir des épaules plus larges. L'adolescent peut avoir de la moustache et de la barbe qui commencent à pousser.



L'adolescent a des poils qui poussent :

- sous les bras,
- sur le **torse**,
- à la base du **sexe**,
- sur les bras,
- et sur les jambes.

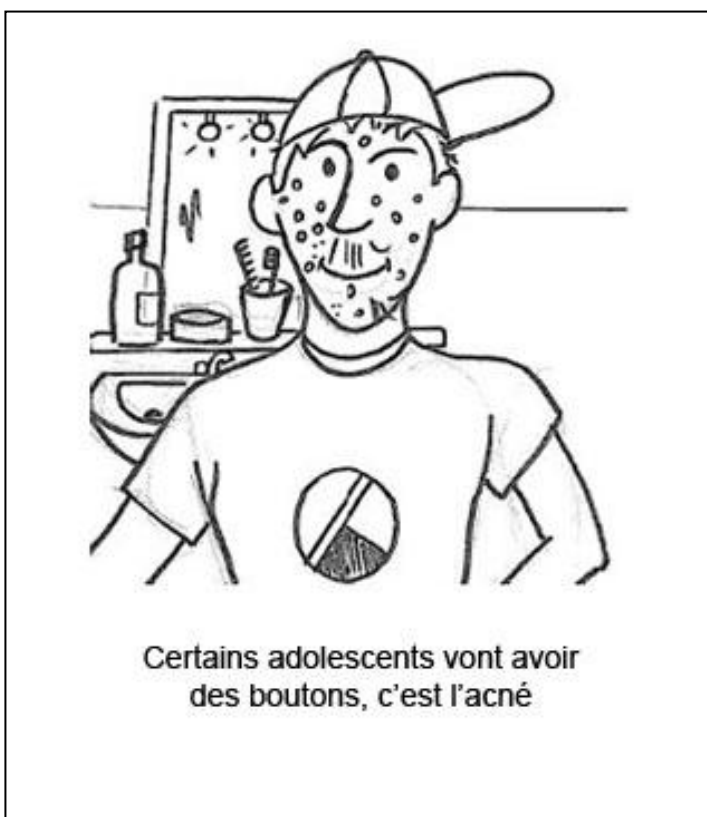


L'adolescent a la voix qui change.

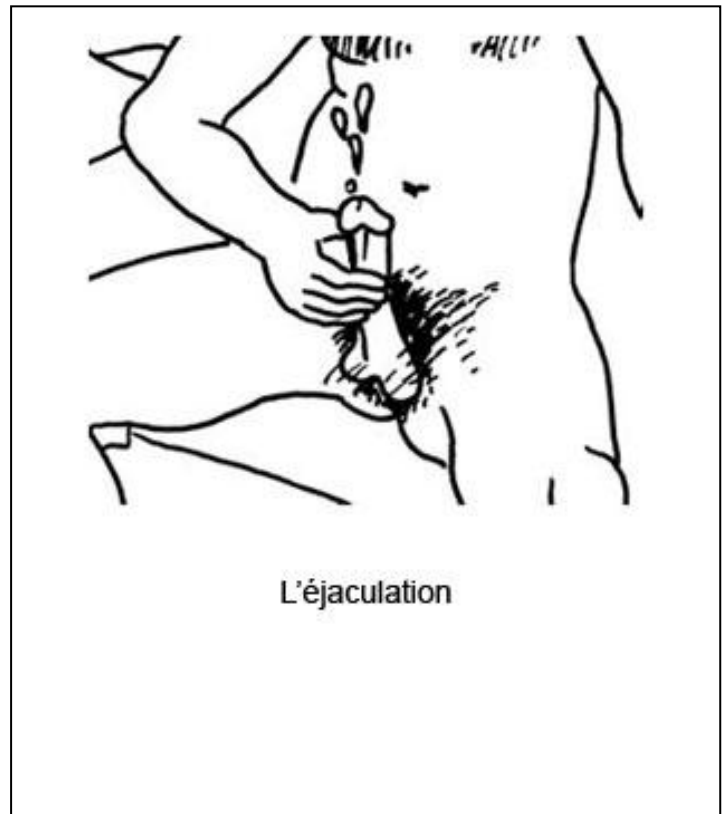
L'adolescent a la voix
qui devient plus grave,
c'est la **mue**.

Certains adolescents
vont avoir des boutons,
c'est **l'acné**.

Les adolescents ont le **sexe** qui grandit.

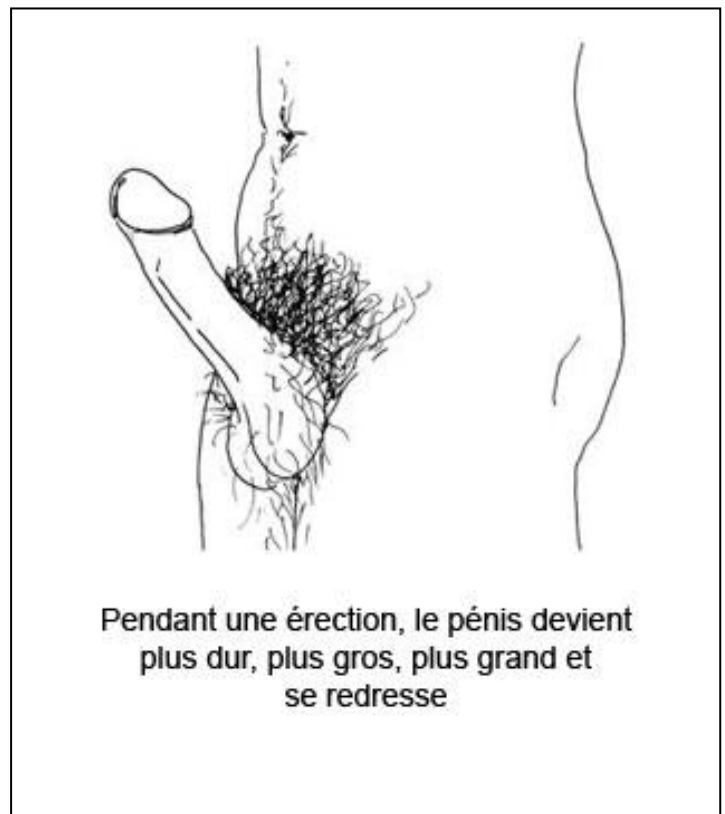


Les **adolescents** ont
des **érections** et
leurs premières **éjaculations**.
Nous allons voir après
ce que c'est...

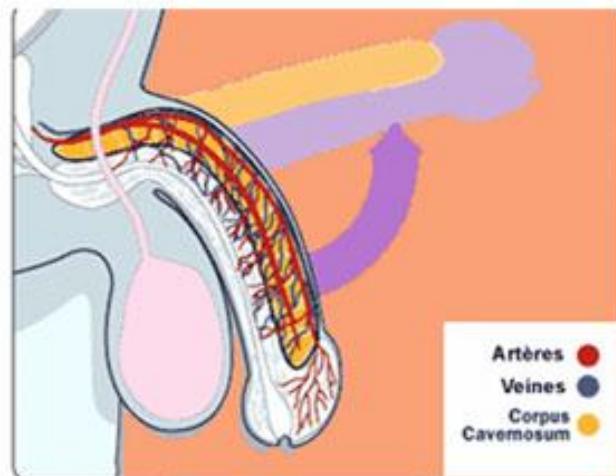


5. L'érection c'est quoi ?

Les garçons ont des **érections**.
Une érection,
c'est quand le **pénis** devient plus dur,
plus gros, plus grand et se redresse.
C'est normal !
Le garçon peut avoir des érections
à tout âge.
Même un bébé peut avoir des érections.
A partir de **l'adolescence**,
les garçons ont des érections
plus souvent.

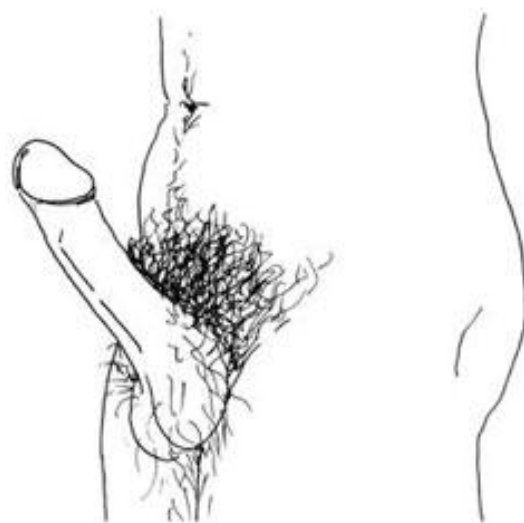


Une **érection**, c'est quand le **pénis** devient plus dur. Le pénis devient plus dur parce que du **sang** arrive dans le pénis et le fait gonfler. Le pénis devient plus grand et le bout du **pénis** apparaît, on l'appelle le **gland**. Lors d'une érection, les **testicules** remontent un peu.



Le pénis se dresse parce que du sang arrive dedans et le fait gonfler

Une **érection** peut donner du **plaisir** au garçon. Cela lui fait du bien. Une érection peut arriver n'importe quand, le garçon ne choisit pas. Une érection peut arriver le jour ou la nuit.

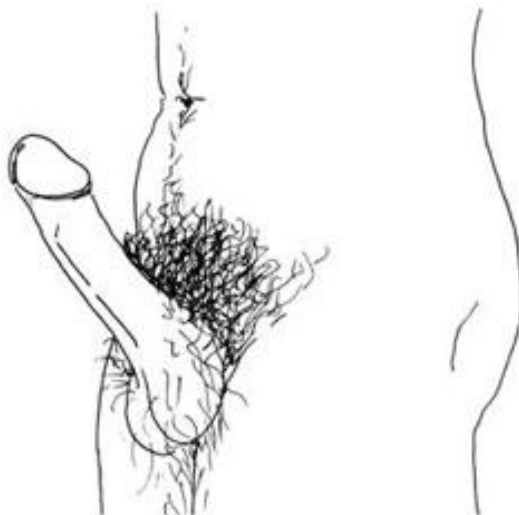


Pendant une érection, le pénis devient plus dur, plus gros, plus grand et se redresse

En général, une **érection** peut arriver après avoir touché le **pénis**.

En général, une érection peut arriver après avoir pensé à quelque chose qui fait du bien.

Une érection peut aussi arriver en rêvant.



Pendant une érection, le pénis devient plus dur, plus gros, plus grand et se redresse

Parfois, une **érection** abouti à une **éjaculation**.

Une éjaculation, c'est quand le **pénis** est dur et qu'un liquide blanc, le **sperme**, sort du pénis.



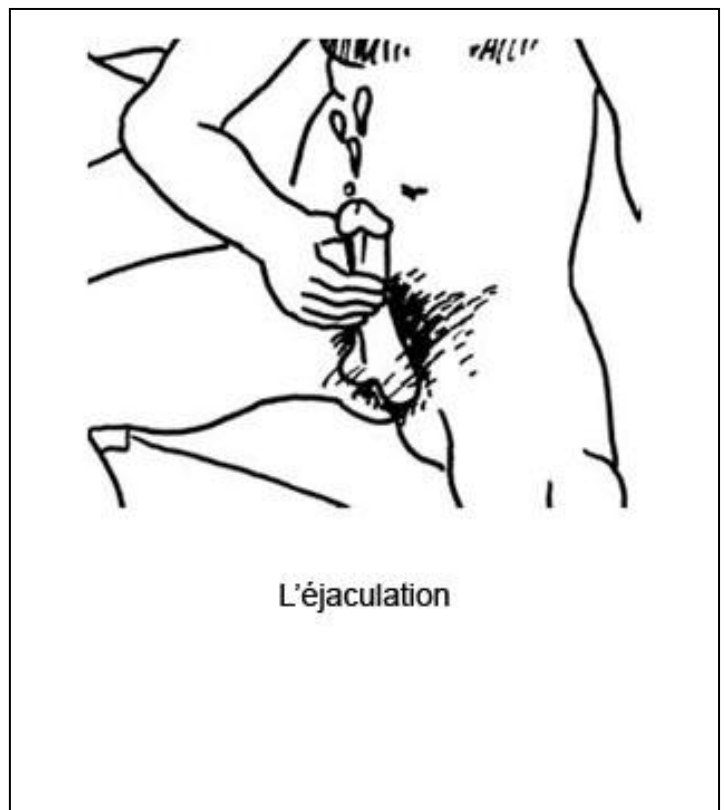
L'éjaculation

6. L'éjaculation, c'est quoi ?

Toutes les **érections**
ne provoquent pas **d'éjaculations**.
Mais il ne peut pas y avoir
d'éjaculation sans érection.



Le garçon peut avoir des **érections**
dès **l'enfance**.
Mais le garçon
ne peut avoir **d'éjaculations**
qu'à partir de la **puberté**.

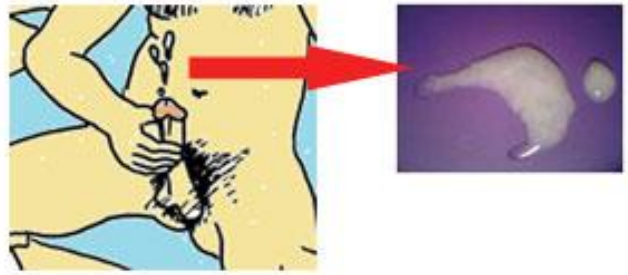


L'éjaculation c'est quand un liquide blanc et épais sort du **pénis**.

Ce liquide blanc est appelé du **sperme**.

Le sperme ce n'est pas de **l'urine**.

L'urine ne sait pas sortir en même temps que le sperme.



Le sperme

Le **sperme** est fait de **spermatozoïdes**.

Les spermatozoïdes sont de minuscules **cellules** qui ont la forme d'un **têtard**.



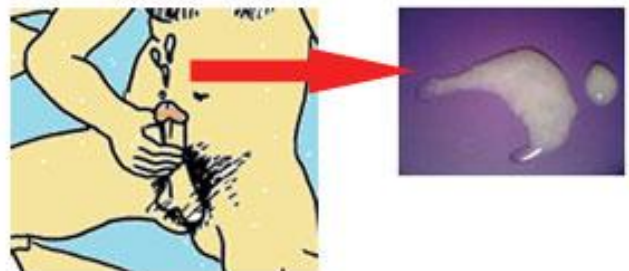
Les spermatozoïdes

Si un **spermatozoïde** rencontre **l'ovule** de la femme, un bébé peut se développer.



Un spermatozoïde rencontre l'ovule

Le **sperme** sort du **pénis** en plusieurs fois.
C'est naturel,
Nous ne pouvons pas le contrôler.



Le sperme sort du pénis, c'est naturel

Parfois **l'éjaculation** arrive toute seule pendant le sommeil.

Parfois **l'éjaculation** arrive après une **masturbation**.



Parfois, l'éjaculation arrive après une masturbation

Parfois **l'éjaculation** arrive pendant un **rapport sexuel**.

En général, **l'éjaculation** donne du **plaisir**, cela fait du bien.



Parfois, l'éjaculation arrive pendant un rapport sexuel

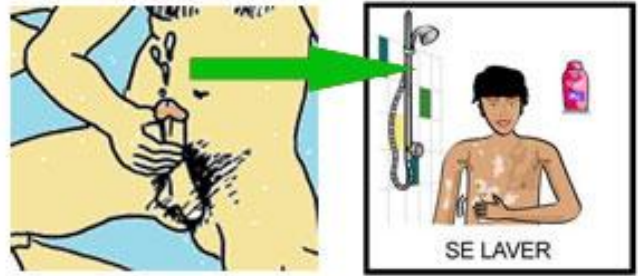
Après une **éjaculation**, il faut se laver.

Il faut nettoyer les endroits
où il y a eu du **sperme**.

Parfois, l'éjaculation
arrive pendant le sommeil.

Quand l'éjaculation
arrive pendant le sommeil,
le pyjama est mouillé.

Quand le pyjama est mouillé,
il faut se laver et changer de pyjama.



Après l'éjaculation, il faut se laver

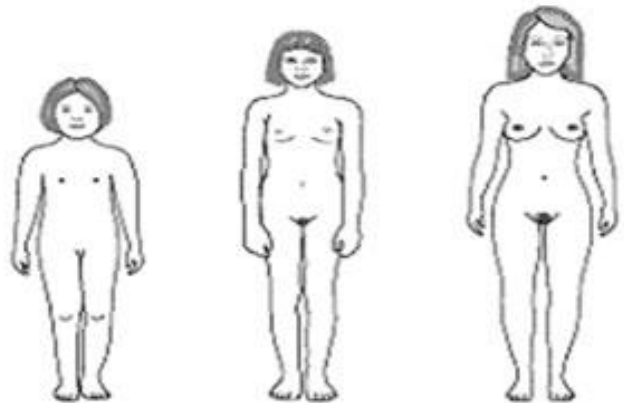
7. La puberté chez les filles

A la **puberté**,

le corps de la fille change.

La fille grandit.

La fille devient une **adolescente**.



A l'adolescence, les filles deviennent
des femmes

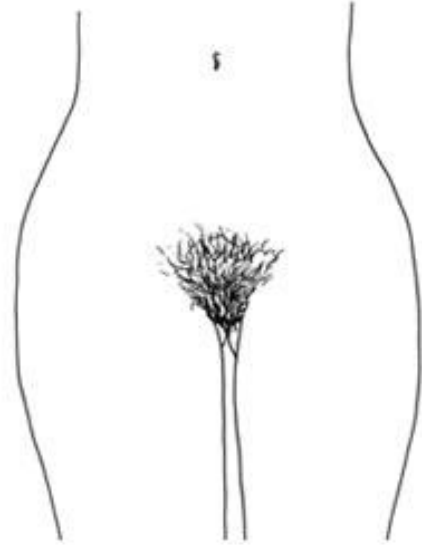
L'adolescente a un **bassin**

qui devient plus large.

L'adolescente a la **poitrine** qui grossit.

L'adolescente a des poils qui poussent :

- sous les bras,
- sur le bas du ventre,
- et sur les jambes.



L'adolescente a son corps qui change

Certaines **adolescentes**

vont avoir des boutons,

c'est **l'acné**.

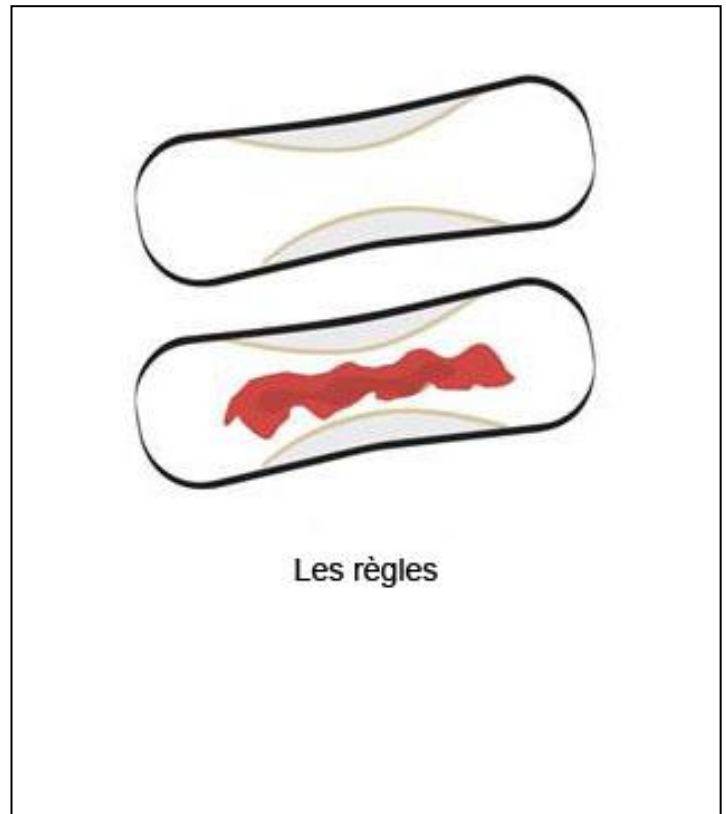


Certaines adolescentes vont avoir des boutons, c'est l'acné

8. Les règles

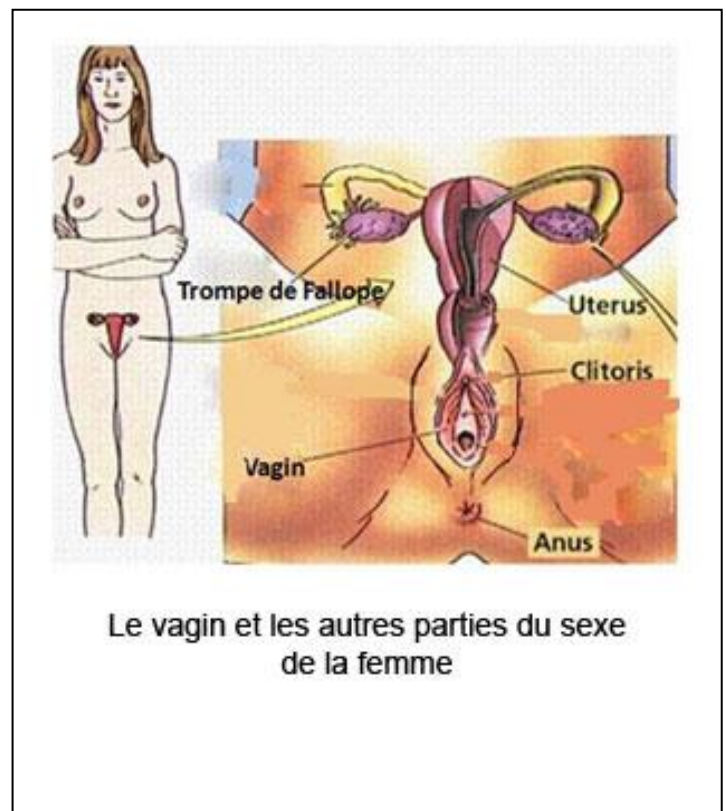
A la **puberté**, les filles vont avoir leurs premières **règles**.

Les règles,
c'est une perte de **sang** par le **vagin**.
C'est naturel et normal.
Cela prouve
que le corps fonctionne bien.

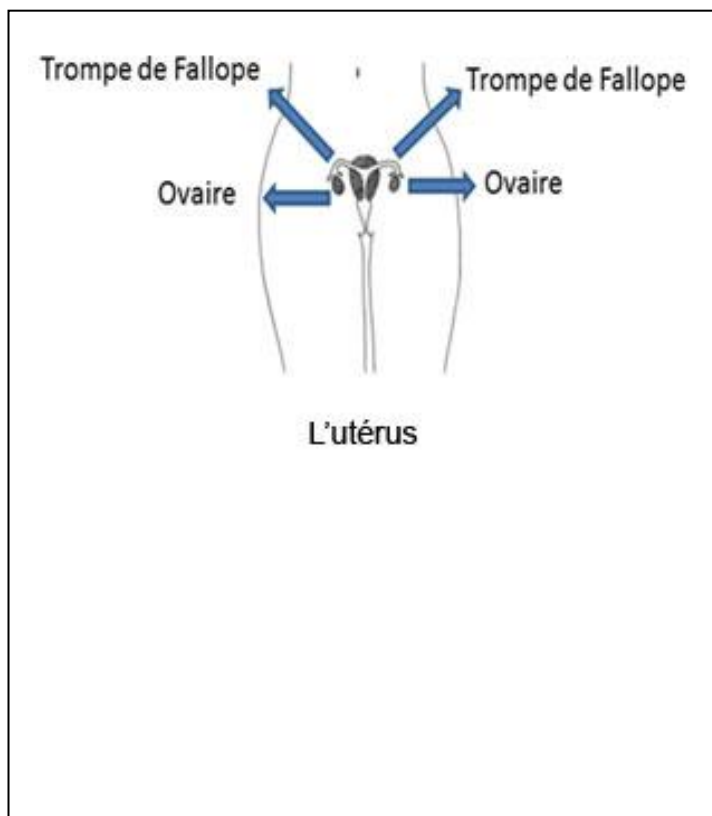


Le **vagin** est un chemin qui remonte jusqu'à l'intérieur du bas ventre.

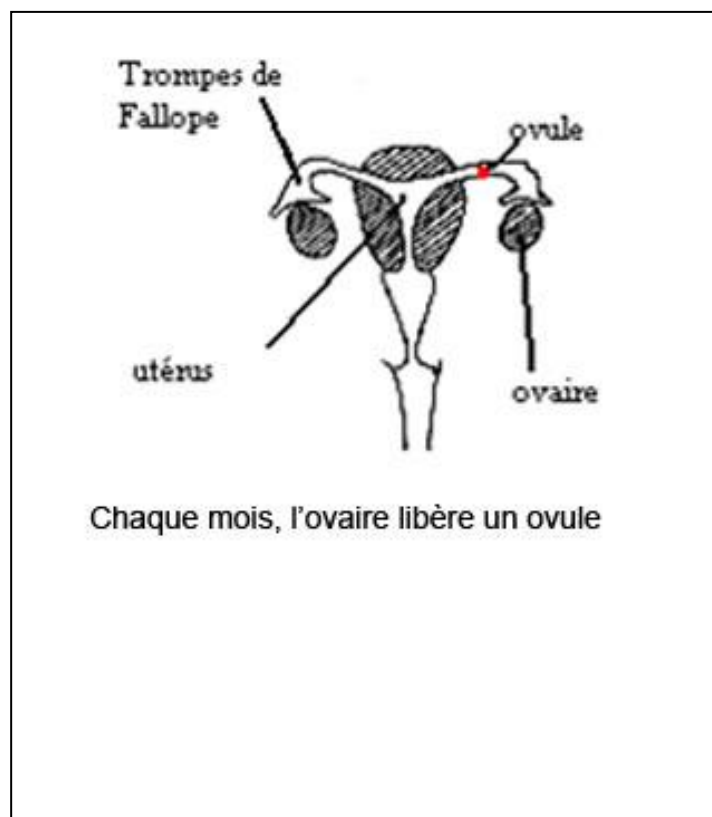
Le vagin remonte jusqu'à une sorte de sac appelé **utérus**.
L'utérus a une forme de petite poire renversée.
C'est dans l'utérus que le bébé grandit quand la femme est **enceinte**.



De chaque côté de **l'utérus**,
il y a aussi un chemin
appelé **trompe de Fallope**.
Ces trompes sont les chemins
qui vont de **l'utérus** aux **ovaires**.
Il y a une trompe
de chaque côté de l'utérus.
Il y a donc 2 trompes de Fallope.
Il y a un ovaire au bout
de chaque trompe de Fallope.
Il y a donc 2 ovaires.



Les **ovaires** sont comme
des sacs remplis **d'ovules**.
Les ovules sont comme
des petits œufs.
Chaque mois, l'ovaire libère un ovule.
Chaque mois, l'ovaire envoie
un message à **l'utérus** pour le prévenir
de l'arrivée de l'ovule.



L'utérus va se préparer
comme un nid pour accueillir **l'ovule**
Pour préparer ce nid,
l'utérus grossit un peu
et a besoin de plus de **sang**.
L'ovule libéré par **l'ovaire**
se dirige vers l'utérus.



Quand l'ovule rencontre un spermatozoïde,
un bébé peut se développer

Si sur sa route, **l'ovule** rencontre
un **spermatozoïde**, l'ovule est **fécondé**.
L'ovule fécondé va s'installer
dans le nid que **l'utérus** a préparé.
L'ovule fécondé
va se transformer en bébé
qui peut se développer.
On dit alors que l'ovule est fécondé.



L'ovule fécondé va se transformer
en bébé en 9 mois

Quand **l'ovule** n'est pas **fécondé**,
l'utérus le rejette avec du **sang**.
 Il y a donc des pertes de sang
 par le **vagin**, ce sont les **règles**.



L'utérus rejette du sang

Les **règles**,
 c'est le signe que cela devient possible
 d'être **enceinte**.
 Les règles se passent chaque mois.
 Les règles se passent plus ou moins
 tous les 28 jours.



Les règles

Si nous comptons les jours,
nous pouvons prévoir
l'arrivée des **règles**.



Compter les jours avant d'être réglée

Avant les **règles** et pendant les règles,
certaines femmes ont mal au ventre
au dos ou à la tête.
Pendant les règles,
parfois nous sommes
de moins bonne **humeur**.



Les règles peuvent donner mal
au ventre ou à la tête

C'est normal pour une jeune fille d'avoir ses **règles**.

Certaines jeunes filles sont réglées plus tôt et d'autres plus tard.



Les filles sont réglées à des âges différents

Les femmes plus âgées, à un moment, n'ont plus de **règles**.

Ce moment où les femmes n'ont plus leurs règles est appelé la **ménopause**.

Au début de la ménopause, il y a encore des règles mais moins souvent.

et en moins grande quantité.

Après, il n'y a plus du tout de règles.



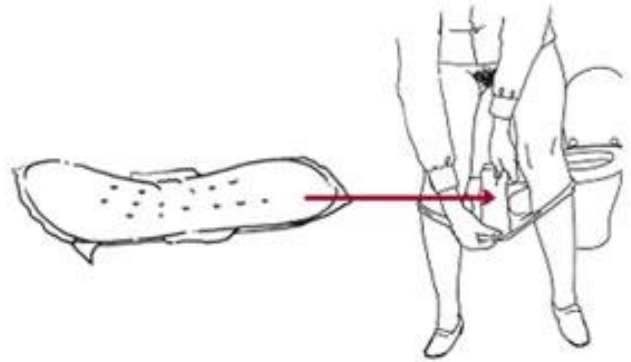
La ménopause

Pendant les **règles**, les femmes doivent rester propres.

Pour rester propres, pour ne pas salir les vêtements avec le **sang**,

les femmes mettent une **serviette hygiénique**.

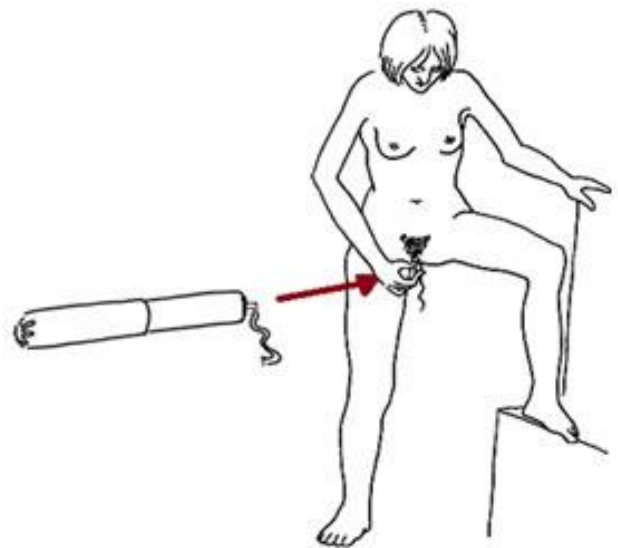
Une serviette hygiénique est comme un linge que nous collons dans le fond de la culotte.



Pendant les règles, il faut mettre une serviette hygiénique

D'autres femmes ne mettent pas de **serviettes hygiéniques** mais un **tampon**.

Un tampon, c'est comme un bouchon qu'on met à l'entrée du **vagin**.



Certaines femmes utilisent un tampon

Il faut se laver les mains
quand nous changeons
de **serviette hygiénique** ou de **tampon**.
Pendant les **règles**, il faut bien se laver.
Pendant les règles, il faut rester propre.



+



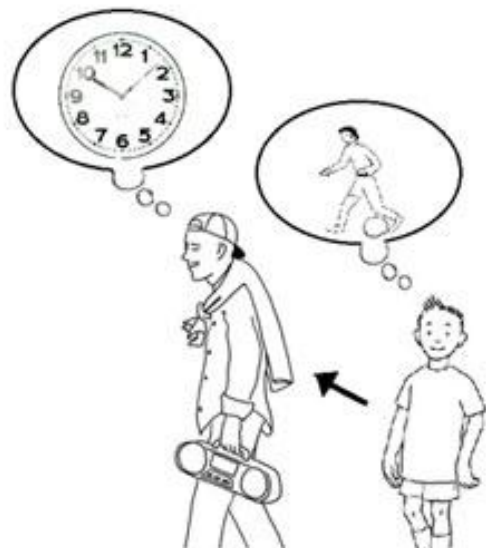
L'hygiène est importante pendant
les règles

9. Des changements dans la tête

A la **puberté** les corps des garçons
et des filles changent.

A la puberté,
le **comportement** du garçon
et de la fille change aussi.

La manière de penser
et la manière de faire les choses
changent.



La manière de penser change
à la puberté

Les **adolescents**

sont parfois moins proches
de leurs **parents**.

Les adolescents
ont parfois moins de **contacts**
avec leurs parents.

Par exemple,

les **parents** caressent
la tête de leur bébé.

Mais les parents
ne caressent plus
la tête de leur **enfant** devenu **adulte**.



**Les adolescents sont parfois
moins proches de leurs parents**

Par exemple, un **enfant** a **besoin** d'aide
pour se laver.

Mais un **adulte** doit essayer
de se laver tout seul s'il en est **capable**.



Les adultes doivent se laver seuls

Par exemple, un **enfant**
va sur les genoux de ses **parents**.
Mais un **adulte**
ne va plus sur les genoux
de ses parents.
Un **adolescent** doit essayer
de se débrouiller tout seul.



Un adulte ne va plus sur les genoux
de ses parents

Quand **l'enfant** grandit,
il rencontre d'autres personnes.
Quand l'enfant grandit,
il va dans d'autres lieux.



En grandissant, nous allons dans
d'autres lieux

Un bébé reste souvent avec ses **parents**.

Un **enfant** va à l'école
avec ses professeurs et ses **amis**.

Un **adolescent** peut aller
au club de sport avec des amis.

Un **adulte** va aussi
au travail et chez ses copains.



En grandissant, nous faisons
des choses différentes

Quand nous grandissons,
nous pouvons être

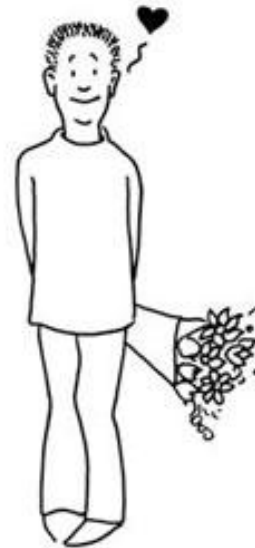
amoureux de quelqu'un.

Nous pouvons avoir **envie**
de nous faire beau.

Nous pouvons avoir envie
de voir nos **amis**.

Nous n'avons pas envie de rester
tout le temps avec nos **parents**.

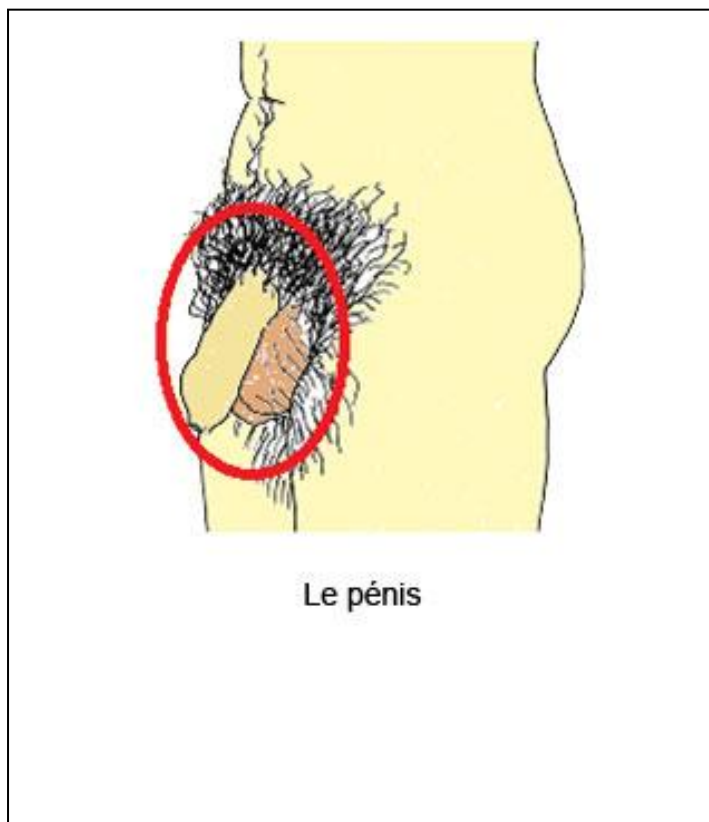
C'est normal.



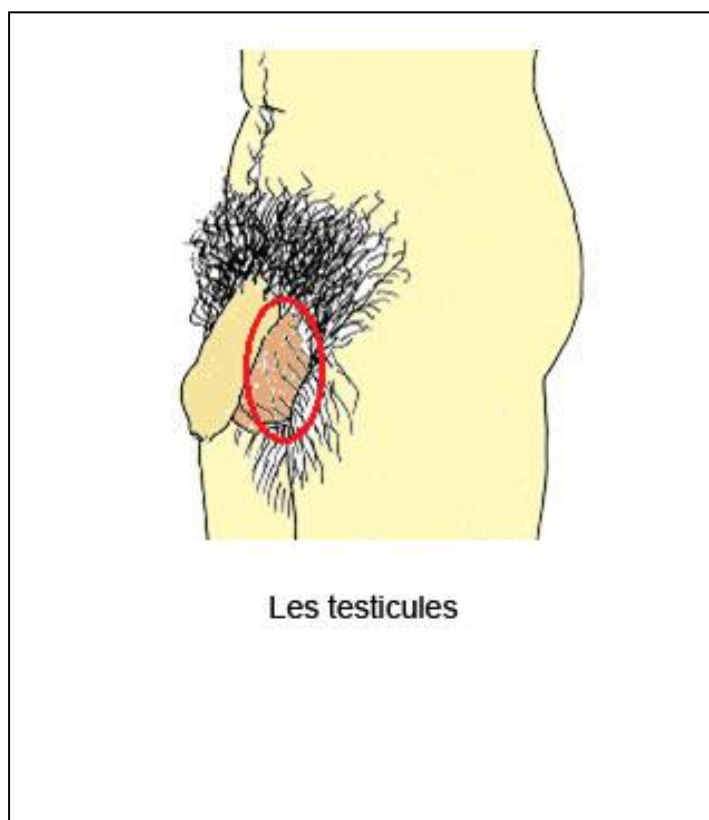
Plus grand, nous sommes parfois
amoureux

10. Le sexe de l'homme adulte

Quand un homme est **nu**,
nous voyons son **pénis**.
Le pénis, c'est le zizi.
Nous l'appelons aussi la **verge**.



Quand un homme est **nu**
nous voyons aussi les **bourses**.
Les bourses,
c'est comme un petit sac
en dessous du **pénis**.
Dans ce petit sac,
il y a 2 boules appelées **testicules**.



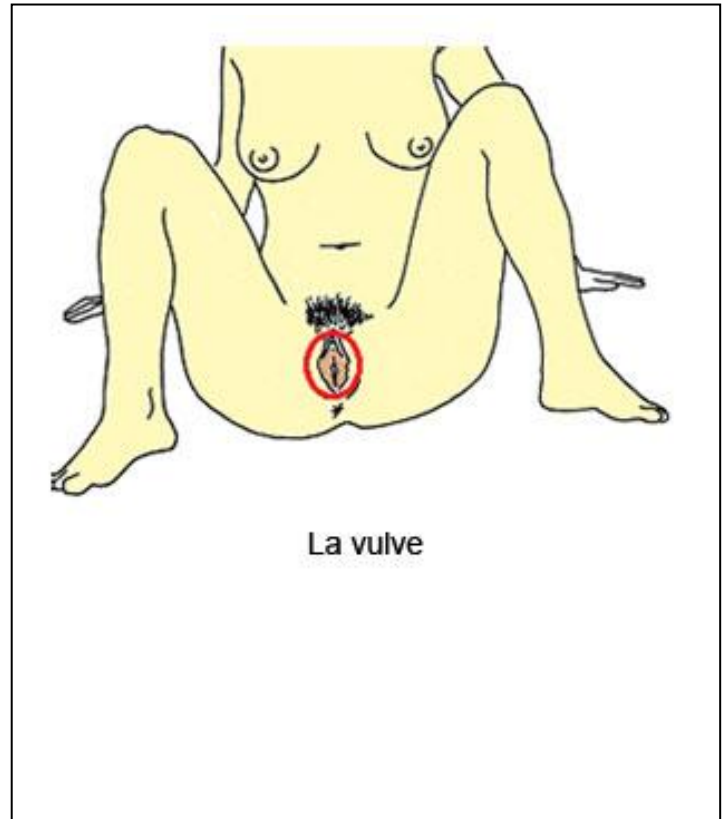
11. Le sexe de la femme adulte

Le **sexe** de la femme est moins visible.

De l'extérieur, on peut voir la **vulve**.

La vulve, c'est une fente qui ressemble à des **lèvres**.

A l'intérieur des lèvres, il y a un bout de peau appelé **clitoris**.



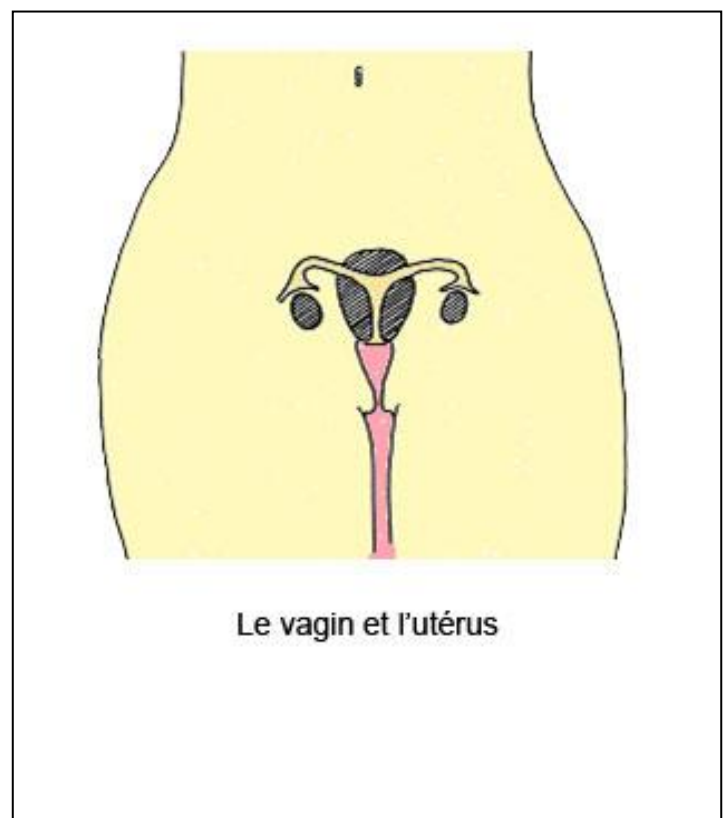
A l'intérieur, il y a le **vagin**.

Nous ne le voyons pas.

Le vagin est un chemin qui remonte jusqu'à l'intérieur du bas ventre.

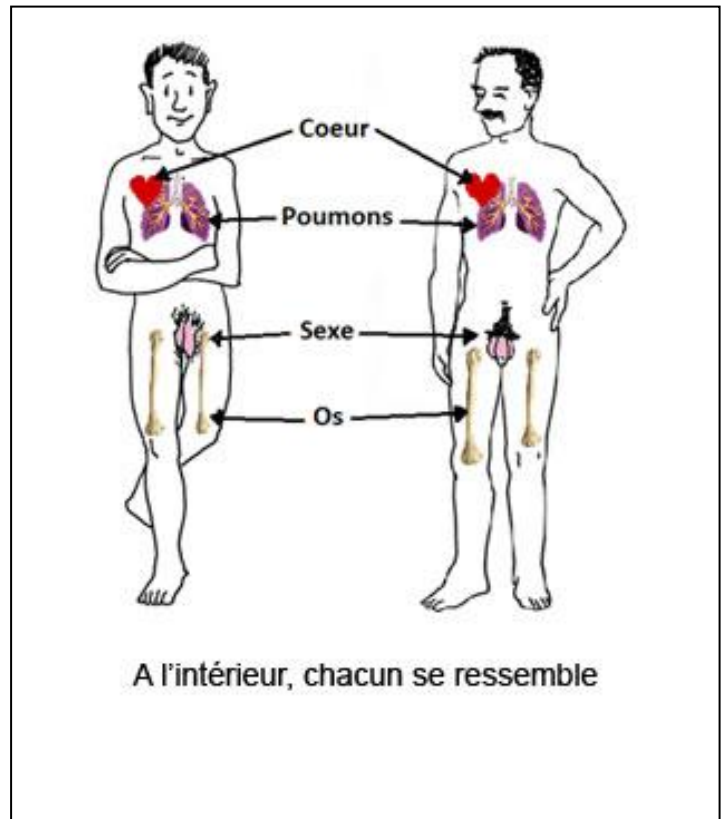
Il remonte jusqu'à **l'utérus**.

L'utérus est une sorte de sac qui a la forme d'une poire à l'envers.

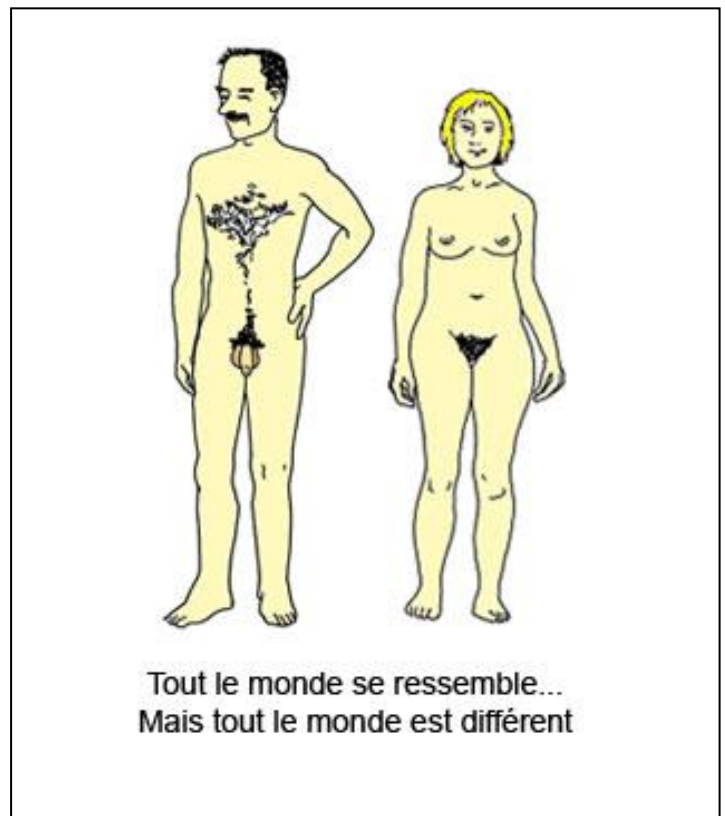


12. Les différences entre les sexes

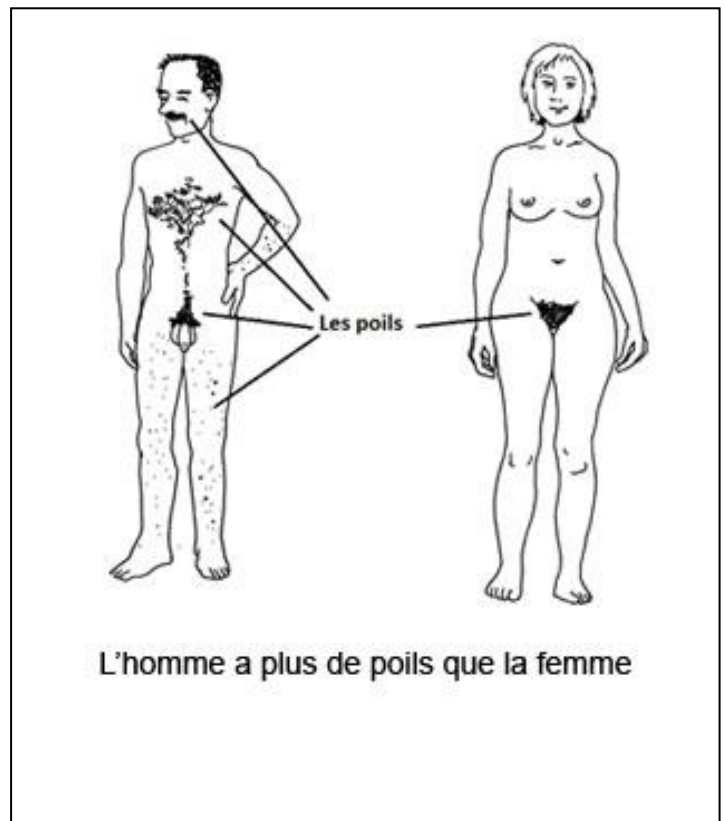
Tout le monde se ressemble.
 Tout le monde a un corps
 avec des **poumons** pour **respirer**.
 Tout le monde a un corps
 avec un **cœur** qui bat.
 Tout le monde a un corps
 avec des **os** et des **muscles**.
 Tout le monde a un corps
 avec un **cerveau**.
 Tout le monde a un corps avec un **sexe**.



Mais il y a aussi
 des corps différents.
 Il y a 2 **sexes** différents.
 Il y a des hommes
 et il y a des femmes.
 L'homme et la femme
 ont tous les 2 des **seins**.
 Mais, ils sont développés
 chez la femme et pas chez l'homme.



L'homme et la femme
ont tous les 2 des poils.
Mais, en général l'homme
a plus de poils que la femme.
L'homme et la femme
ont tous les 2 un **sexe**.
Mais ce n'est pas le même.

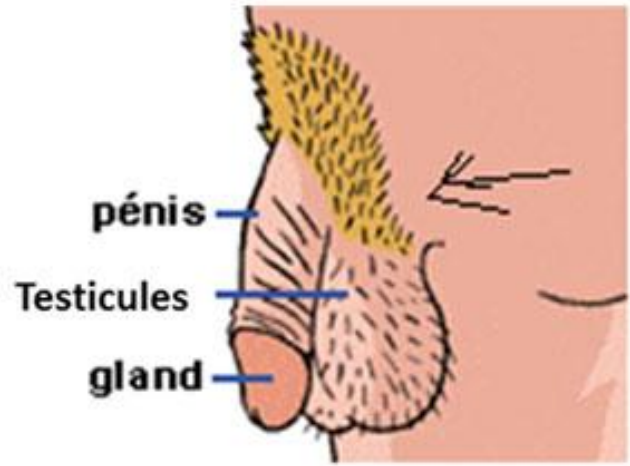


Le sexe de l'homme

L'homme a un **sexe** qu'on voit bien.
Nous pouvons voir son zizi,
appelé aussi **pénis** ou **verge**.
Le bout du pénis est appelé **gland**.
Le gland est recouvert
d'un peu de **peau** appelé **prépuce**.

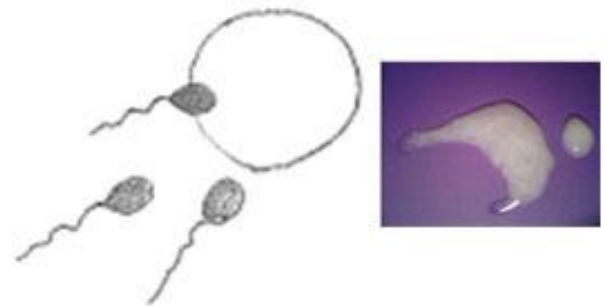


En dessous du **pénis**,
 Nous voyons un petit sac
 appelé les **bourses**.
 Il y a une partie du **sexe** de l'homme
 que nous ne voyons pas.
 A l'intérieur des bourses,
 il y a 2 petites boules
 appelées **testicules**.



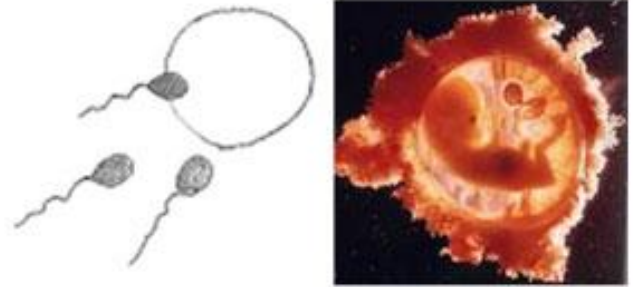
Le pénis, les testicules et le gland

Au bout du **pénis**, il y a une ouverture.
 C'est par cette ouverture
 que sortent **l'urine** et le **sperme**.
 Il y a un chemin appelé **urètre**
 qui amène l'urine et le sperme
 jusqu'à cette ouverture.
 Le sperme contient
 des **spermatozoïdes**.
 Les spermatozoïdes
 ressemblent à de très petits **têtards**.



Dans le sperme, il y a des tas
 de spermatozoïdes

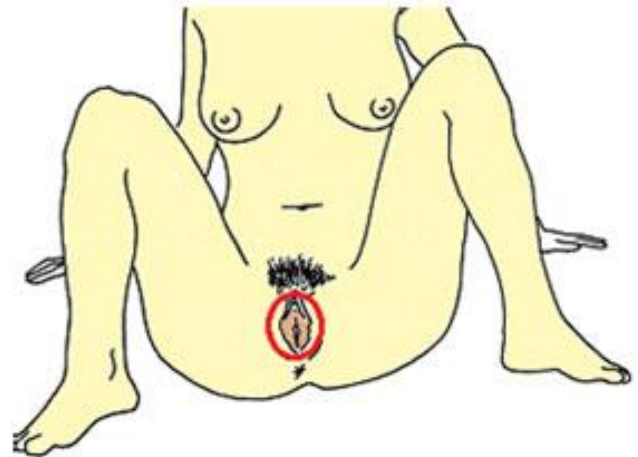
L'homme peut faire des **enfants** quand un de ses **spermatozoïdes** rencontre **l'ovule** d'une femme.



Un spermatozoïde rencontre l'ovule de la femme après pénétration

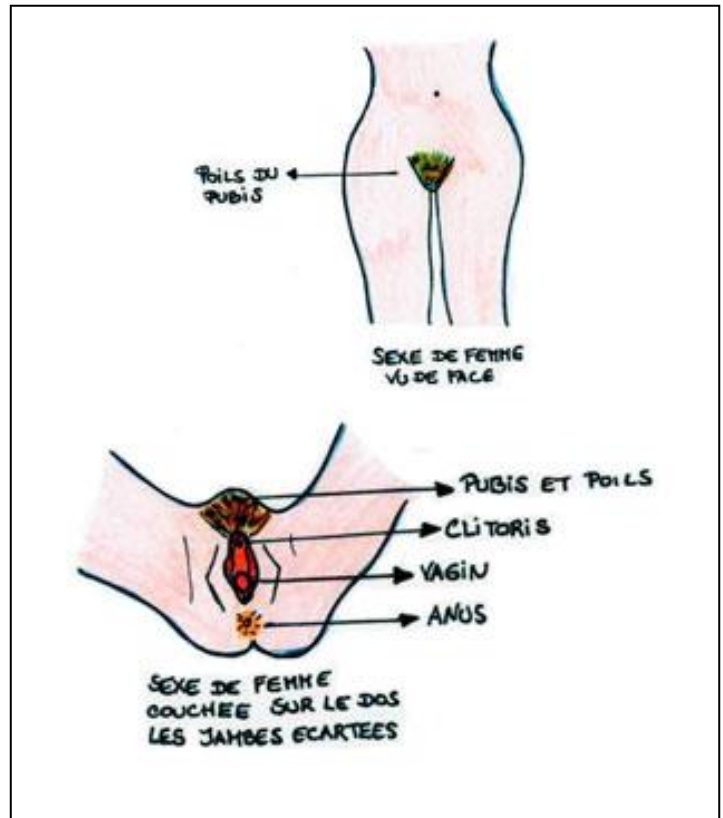
Le sexe de la femme

La femme a un **sexe** que nous voyons peu. Nous pouvons voir une fente sous le bas de son ventre. Cette fente est appelée la **vulve**. Cette fente ressemble à des **lèvres**. Nous l'appelons les **grandes lèvres**.

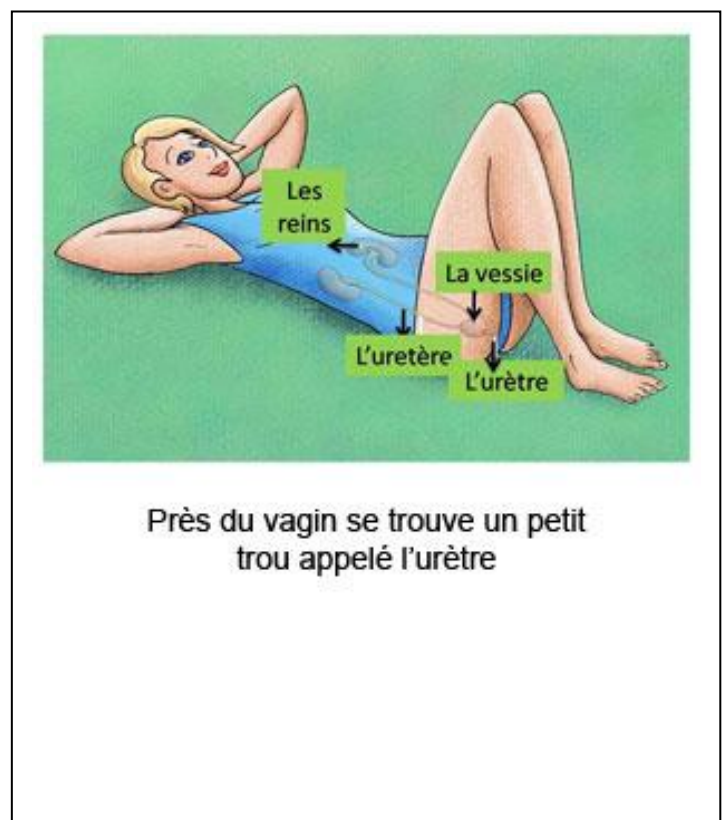


La vulve

A l'intérieur des **grandes lèvres**,
il y a encore des **petites lèvres**.
A l'intérieur des **lèvres**, il y a le **clitoris**.
Le clitoris est un petit bout de **peau**.



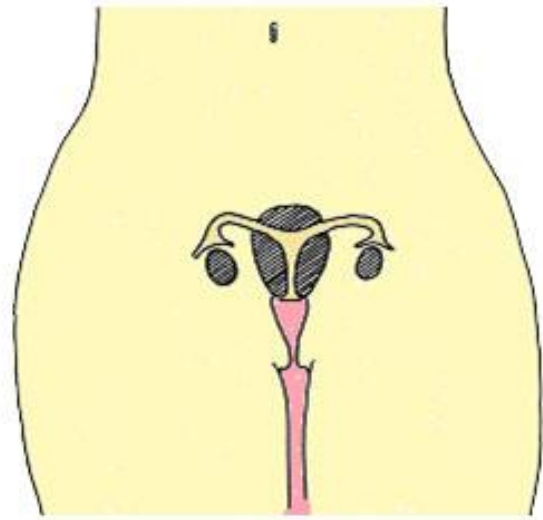
A l'intérieur de la **vulve**,
il y a 2 ouvertures.
Il y a une ouverture par laquelle
sort **l'urine**.
Cette ouverture est **l'urètre**.
Il y a une 2ème ouverture
qui est l'entrée du **vagin**.



Le **vagin** est un chemin qui remonte jusqu'à l'intérieur du bas ventre.

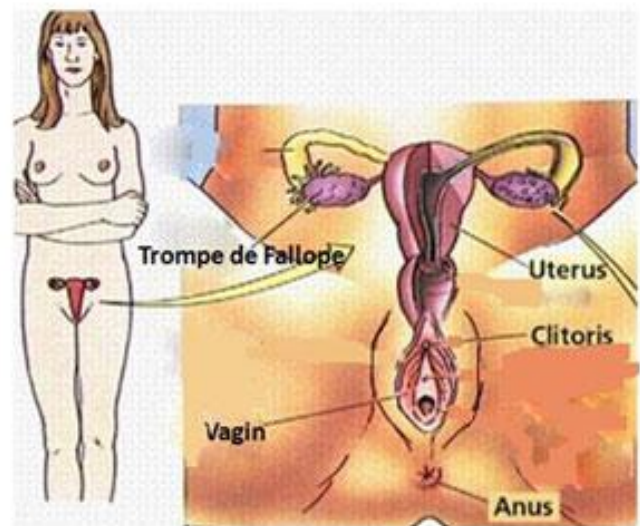
Il remonte jusqu'à une sorte de sac appelé **utérus**.

L'utérus a une forme de petite poire renversée.



Le vagin est un chemin qui remonte jusqu'à l'intérieur du bas ventre

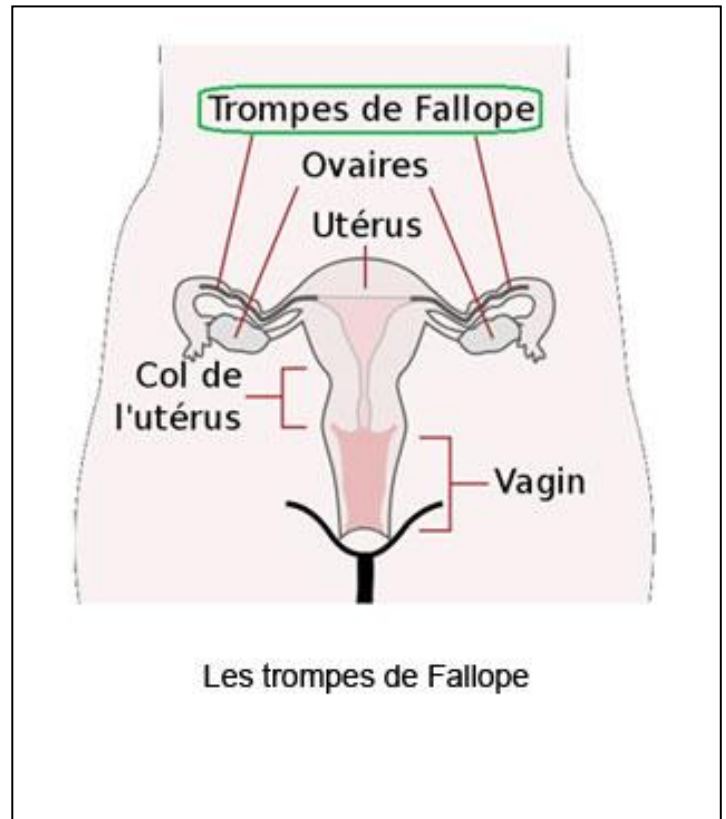
C'est dans **l'utérus** que le bébé grandit quand la femme est **enceinte**. De chaque côté de l'utérus, il y a aussi un chemin appelé les **trompes de Fallope**.



Le vagin et les autres parties du sexe de la femme

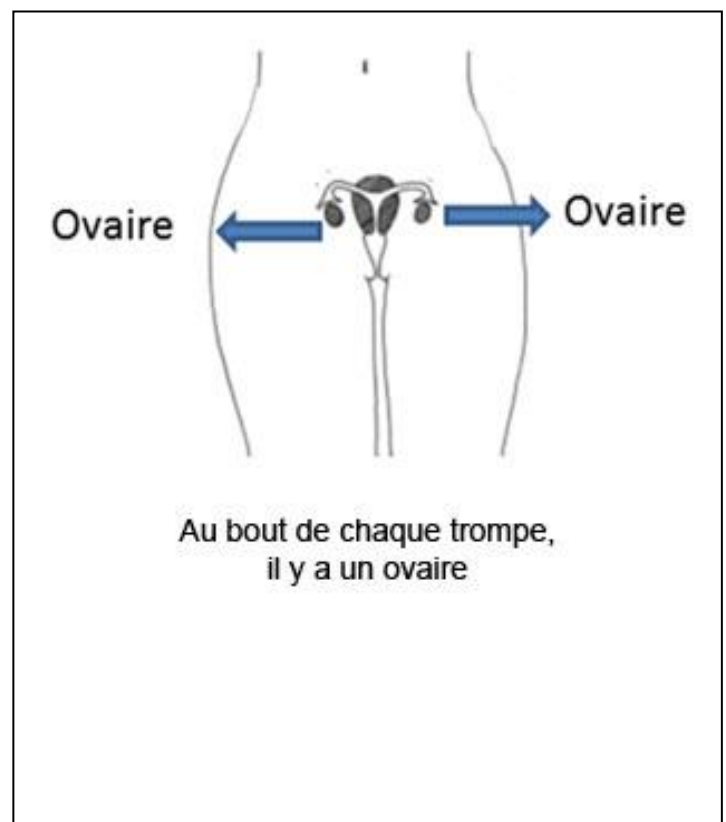
Les **trompes de Fallope**

sont les chemins
qui vont de **l'utérus**
aux **ovaires**.

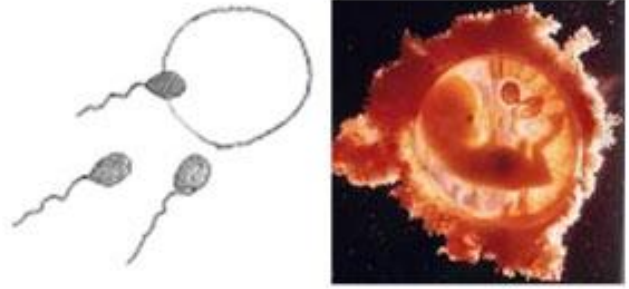


Les **ovaires**

c'est comme un sac rempli **d'ovules**.
Les ovules sont comme des petits œufs.
Il y a une **trompe**
de chaque côté de **l'utérus**.
Il y a donc 2 **trompes de Fallope**.
Il y a un ovaire
au bout de chaque trompe de Fallope.
Il y a donc 2 ovaires.



Si un **spermatozoïde** rencontre un **ovule**,
un bébé peut se développer.
On dit alors que l'ovule est **fécondé**.
L'ovule fécondé reste dans **l'utérus**.



Si un spermatozoïde rencontre l'ovule
un bébé peut se développer

Le bébé va grandir
pendant 9 mois dans **l'utérus**.
A la naissance, le bébé sort par le **vagin**.
Le vagin a une peau élastique
et il peut s'écarter
pour laisser le bébé sortir.



A la naissance, le bébé sort
du ventre par le vagin

Lorsque l'**ovule** n'est pas **fécondé**,
le corps le fait sortir.

L'**utérus** rejette l'ovule non fécondé
par le **vagin**.

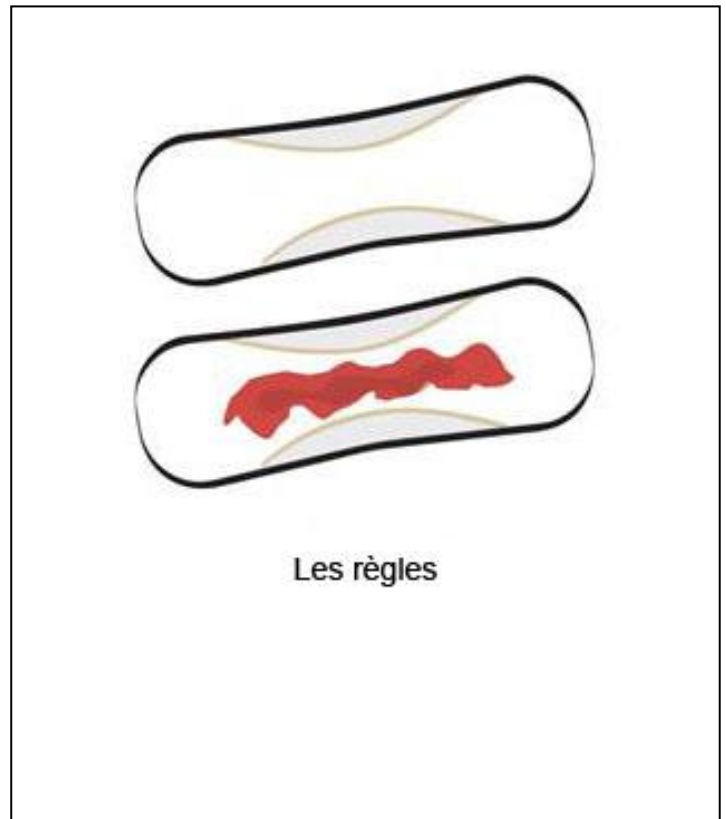
Quand l'utérus rejette l'ovule,
il rejette aussi du **sang**.

Cette perte de sang par le vagin
est appelée les **règles**.

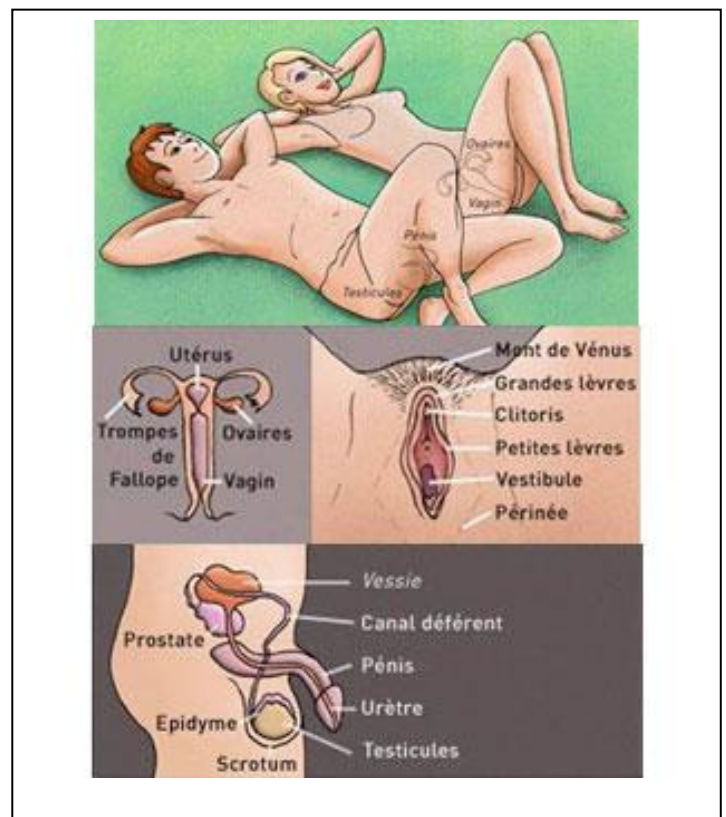
La femme a ses règles tous les mois.

Nous disons aussi

que la femme est indisposée.

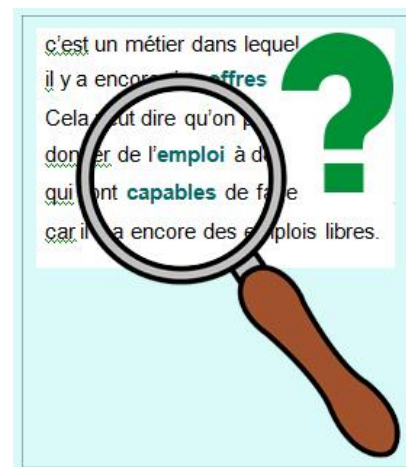


En RESUME nous pouvons donc dire
que le **sexe** de l'homme et de la femme
sont différents
et fonctionnement différemment :



13. Dictionnaire : pour bien comprendre

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



A

Acné : L'acné, c'est des boutons, surtout sur le visage.

Adolescence : L'adolescence c'est la période de la vie après l'**enfance** et avant l'âge **adulte**. A l'adolescence, le corps change, c'est la **puberté**.

Adulte : L'âge adulte, c'est la période de vie après l'**adolescence** et avant la **vieillesse**. Les adultes ont plus de responsabilités et ne peuvent plus se comporter tout le temps comme des **enfants** ou des adolescents. En Belgique, on est considéré comme adulte à partir de 18 ans.

Ami : Les amis, ce sont les personnes avec qui nous pouvons parler, ceux qui sont présents quand nous en avons **besoin**. Nous en avons généralement peu. On dit souvent que nous pouvons les compter sur nos 5 doigts.

Amour : L'amour c'est un sentiment très puissant que l'on ressent quand on apprécie vraiment quelque chose ou quelqu'un. L'amour peut prendre différentes formes : l'amitié, le sentiment **amoureux**, ce qu'on ressent pour un membre de sa famille, une passion, et bien d'autres choses encore...

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).

B

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

Besoin : Un besoin, c'est quelque chose que l'on ressent quand quelque chose nous manque. Il y a différents types de besoins : le besoin de manger, de dormir, de **respirer** mais aussi le besoin de se sentir aimé, le besoin d'être tranquille, le besoin d'apprendre,...

Bourses : Les bourses, aussi appelées le scrotum, sont la membrane ou la peau qui enveloppent les **testicules** des hommes.

C

Capable : Avoir la capacité de faire quelque chose, c'est en être capable, Cela veut dire qu'on sait le faire, qu'on en a les compétences.

Cellule : Une cellule humaine, c'est très petit comme une tête d'épingle, ce n'est pas visible à l'œil nu tellement c'est petit. C'est ce qui compose le corps humain. Les cellules collées les unes aux autres forment le corps humain. C'est comme les blocs Lego : Il y en a des différents et tous ensemble ils construisent quelque chose de grand. Il existe pleins de cellules différentes et ensemble, elles fabriquent le corps humain.

Cerveau : Le cerveau est l'organe qui se trouve sous notre crâne. C'est grâce à lui que nous pouvons sentir, penser, bouger, etc. C'est le cerveau qui permet et dirige tout ce que nous faisons. Sans cerveau, nous ne pouvons pas vivre.

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

Cœur : Tu peux sentir ton coeur battre. Ton coeur 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.

Comportement : Un comportement, c'est une manière d'être et d'agir.

Contact : Le contact c'est un autre mot pour dire toucher ou être en relation avec quelqu'un.

D, E

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.

Enceinte : Etre enceinte c'est avoir un enfant dans le ventre. C'est attendre un 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.

E

Féconder / fécondation : La fécondation, c'est un autre mot pour dire conception, c'est quand un **spermatozoïde** de l'homme rencontre l'**ovule** de la femme, et que cette rencontre crée un bébé.

G

Gland : Le gland c'est le bout du **pénis**.

Grandes lèvres : Les grandes lèvres sont un des **organes sexuels** extérieurs de la femme qui composent la **vulve**.

H

Humeur : L'humeur est l'état émotionnel dans lequel nous nous trouvons. Notre humeur peut changer. Nous nous disons de bonne ou de mauvaise humeur. Par exemple, nous pouvons être d'humeur joyeuse.

I, J, K, L

Lèvres : Les lèvres sont les replis membraneux du **sexe** de la femme. Il y a les **petites et les grandes lèvres**. Les petites et grandes lèvres font partie des **organes sexuels** extérieurs de la femme qui composent la **vulve**.

M

Masturbation : La masturbation, c'est quand on se donne tout seul du **plaisir** sexuel. Quand on se donne un **orgasme** tout seul.

Ménopause : La ménopause est une période de la vie, chez la femme plus âgée, où le corps change et les **règles** diminuent pour s'arrêter ensuite pour toujours. Après la ménopause la femme ne peut plus être **fécondée**, elle ne peut plus avoir d'enfants.

Mue : La mue c'est le changement de la voix à la **puberté**. Chez le garçon la voix devient plus grave.

Muscles : Les muscles c'est une partie de notre corps sous notre **peau** qui fonctionne comme un élastique et qui nous permet de bouger. Il y a des muscles dans nos bras, dans nos jambes, dans notre visage.

N

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

O

Organes génitaux / organes sexuels : 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.

Os : L'os est la partie dure et solide de notre corps. Tous les os de notre corps forment le squelette. Par exemple, le tibia est un os.

Ovaires : L'ovaire c'est une partie des **organes génitaux** de la femme, il produit un **ovule** par mois qui, une fois libéré, arrive dans l'**utérus**. Quand un **spermatozoïde** entre dans l'ovule, la femme est **enceinte**.

Ovules : Les ovules ce sont les **cellules** sexuelles de la femme. Chez l'homme, ce sont les **spermatozoïdes** les cellules sexuelles. Chaque mois, l'**ovaire** produit un ovule qui descend dans l'**utérus**. S'il rencontre un spermatozoïde, la femme peut être **enceinte**. S'il ne rencontre pas de spermatozoïde, la femme sera **réglée**.

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.

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.

Petites lèvres : Les petites lèvres sont les replis membraneux du **sexe** de la femme. Il y a les petites et les grandes lèvres. Les petites et grandes lèvres font partie des **organes sexuels** extérieurs de la femme qui composent la **vulve**.

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.

Poitrine : La poitrine ce sont les **seins** de la femme.

Poumons : Les poumons ce sont comme deux grands sacs à l'intérieur de ton **torse** qui servent à **respirer**.

Prépuce : Le prépuce, c'est la **peau** qui recouvre le **gland** du **pénis**.

Prostate : La prostate est un des **organes génitaux** masculins à l'intérieur du corps. Elle sert à contenir le liquide séminal qui, mélangé aux **spermatozoïdes**, va former le **sperme** dans les **testicules**.

Puberté : La puberté c'est le corps de l'homme et de la femme qui se transforme à l'**adolescence**.

Q, R

Rapport sexuel : 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**.

Règles : Une femme est réglée quand elle a ses règles. Les règles, c'est du **sang** qui coule du **vagin** des femmes chaque mois. C'est naturel et c'est normal.

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

S

Sang : Dans notre corps, le sang est le liquide rouge qui circule dans nos artères et dans nos veines. Le sang transporte des éléments importants à travers tout le corps.

Sein : 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.

Serviette hygiénique : Une serviette hygiénique, c'est comme un petit linge que les femmes collent dans le fond de leur culotte pour ne pas la salir quand elles ont leurs **règles**.

Sexe : Le sexe c'est un mot qui veut dire **organe sexuel**.

Spermatozoïdes : Les spermatozoïdes sont des **cellules** sexuelles qui sont dans le **sperme** de l'homme et qui vont sortir du **pénis** quand l'homme **éjacule**.

Sperme : Le sperme c'est une sorte de liquide blanc qui sort du **pénis** de l'homme quand il **éjacule**. Il contient des **spermatozoïdes**.

T

Tampons : Un tampon, c'est comme un bouchon que les femmes mettent à l'entrée de leur **vagin** pendant leurs **règles** pour ne pas mettre du **sang** partout.

Testicules : Les testicules font partie des **organes génitaux** des hommes. Ils sont comme deux petits sacs rassemblés dans une grande poche : le scrotum. Les testicules contiennent le **sperme** et les **spermatozoïdes**.

Têtards : Le têtard est le bébé de la grenouille une fois sorti de l'œuf.

Torse : Le torse est la partie du corps qui va des épaules jusqu'à la taille.

Trompes de Fallope : Les trompes de Fallope, c'est une partie des **organes génitaux** de la femme qui ressemblent à deux petits canaux qui relient l'**utérus** aux **ovaires**. L'**ovule** est libéré à la surface de l'ovaire et est dirigé vers une des trompes de Fallope pour arriver à l'utérus.

U

Utérus : L'utérus est une partie des **organes génitaux** de la femme. C'est une sorte de poche dans son ventre dans laquelle, si elle est **enceinte**, le bébé va grandir.

Urètre : L'urètre est un petit tuyau très fin qui conduit l'**urine** en dehors de la vessie.

Urine : L'urine est un autre mot pour dire le pipi.

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**.

Verge : La verge est un autre mot pour dire **pénis** ou zizi.

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

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.

14. 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.

15. Références

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

16. Auteurs du texte

Les professionnels qui ont aidé à faire ce texte sont :

Rédacteur : Sophie Vanryckeghem, Psychologue, la Marelle, SAJA, (Tournai, Belgique), 2007-2008.

Illustrateur : Laëtitia Jacoby, psychologue, 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 : Lorentia Petit, assistante sociale, asbl Inter-Actions, service d'accompagnement (Hannut, Belgique).

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

Caroline M, Dimitri D, Ariane S, Ludovic C, Alain B, Bernard W, Bénédicte K, Yves F, Rémy L, Daniel C.

Dernière actualisation du texte le : 02/02/2016



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 de la Marelle



Plus d'infos sur :
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

