

Tu étais vraiment excitée à l'idée de participer à cet atelier toute la semaine. Comment ça s'est passé ?

Haha ! Ça a été vraiment bien. À mon avis !

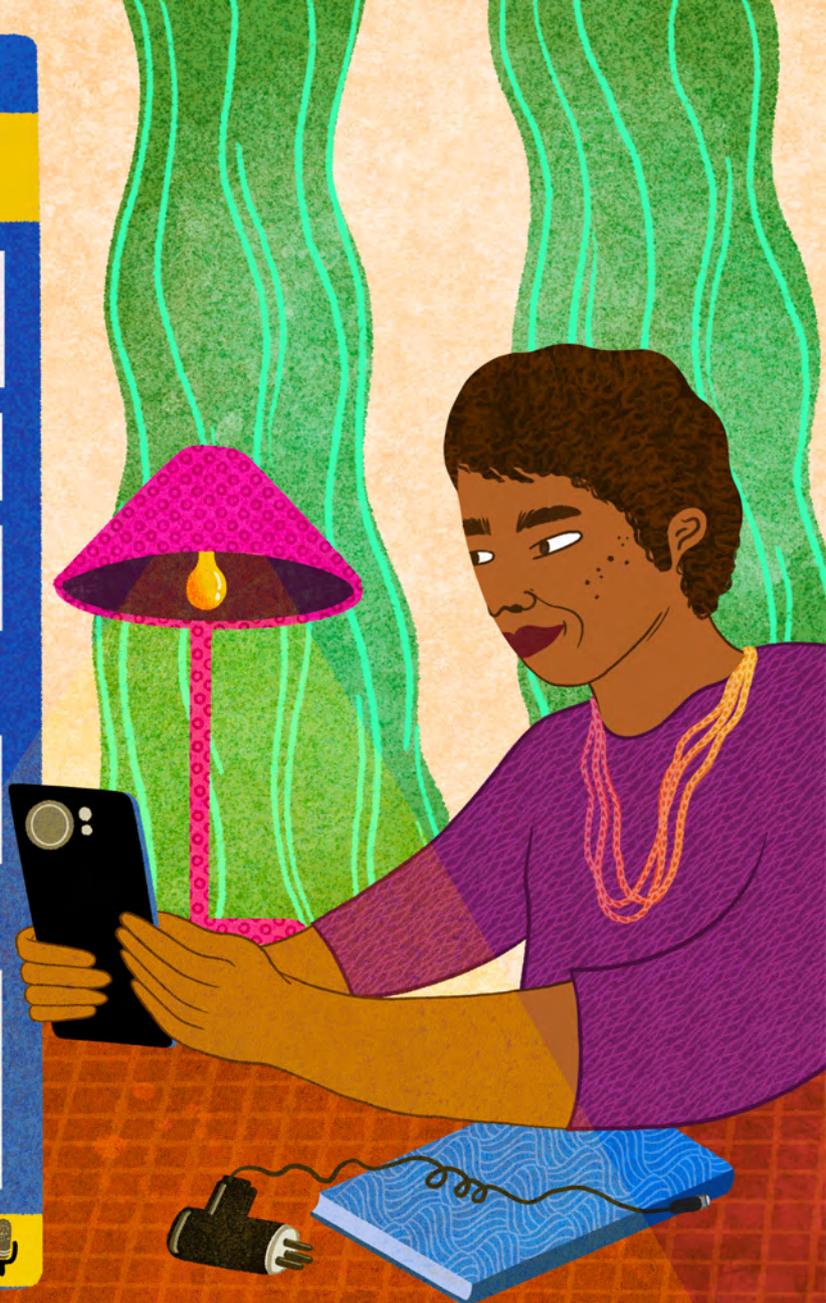
Nous avons parlé de choses qui sont habituellement un peu gênantes à aborder.

Comme quoi ? 🙄🙄🙄🙄

Nous avons surtout parlé de notre vie, de rapports sexuels, de corps, de relations et de l'importance du consentement sexuel.

Oooh ! Raconte-moi ça !!!!

😊 D'accord ! Je vais le faire, mais je ne vais pas utiliser les noms réels des participant(e)s pour respecter leur vie privée. Laisse-moi commencer par cette histoire que John nous a racontée.



Il a parlé de sa propre hésitation. Il avait l'impression que tous ses amis avaient des relations sexuelles, mais il ne se sentait pas encore prêt. Ils lui mettaient la pression en lui racontant des histoires. Ils disaient : « On l'a fait comme ça, on lui a acheté tel cadeau, tu peux l'inviter, c'est comme ça que ça se passe. »



Et s'ils veulent s'engager dans leur relation lentement ?

Est-ce que tous les garçons veulent avoir des relations sexuelles ?

Est-ce que tout le monde sait comment avoir un rapport ?

Et s'ils n'étaient pas prêts pour le sexe ? Est-ce que cela fait d'eux... pas des garçons ?

La formatrice a expliqué que les garçons peuvent aussi prendre leur temps. Elle a dit que nous pouvons ressentir la pression de nos amis, mais que nous pouvons décider du moment où nous voulons le faire. J'ai été un peu surprise ; je ne savais pas que les garçons pensaient à cela.



Oooh, dans les films et les séries, les garçons sont toujours prêts pour le sexe.

Oui, je pensais que seules les filles ressentait une pression pour faire l'amour. Tu sais, j'ai pensé à Alex aussi. J'ai raconté cette histoire à tout le monde dans le groupe.



Alex et moi avons déjà fait l'amour et c'était génial, mais je pense que maintenant il s'attend à ce que nous fassions l'amour tout le temps. L'autre jour, il m'a invitée, m'a offert un cadeau et m'a proposé de prendre mes frais pour le déplacement jusqu'à chez lui à sa charge. J'avais envie de le voir, mais je savais que si j'y allais, il s'attendrait à ce que nous couchions ensemble.



***J'aime le sexe, mais je n'en ai pas toujours envie.***

Je ne sais pas comment lui parler de cela. Il me semble plus facile de ne pas lui rendre visite. Je ne sais pas vraiment à qui en parler – à ma mère, peut-être ? J'ai l'impression qu'à cause de mon hésitation, Alex va penser que je ne l'aime pas ou, pire, qu'il va me quitter.



Est-il normal que je n'aie pas envie de faire l'amour même si je désire mon partenaire ?

Comment puis-je dire que « oui » à un rapport sexuel une fois ne signifie pas « oui » à un rapport sexuel à chaque fois ? La façon dont je communique le consentement est-elle importante ?

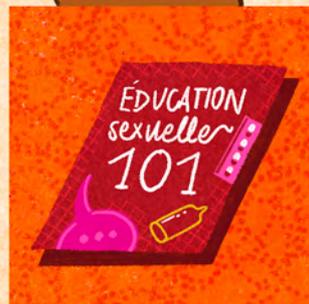
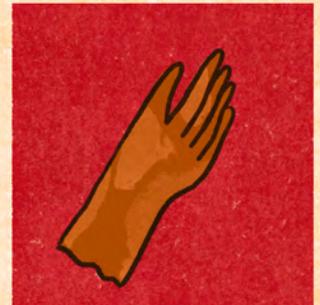
Devrais-je en parler ouvertement ? Pourquoi est-il plus facile pour moi de faire des allusions que de dire directement ce que je ressens ? Mon partenaire fait-il de même ?



J'ai demandé à la formatrice quelle était la meilleure façon de dire « oui » ou « non » aux relations sexuelles. Elle m'a expliqué que parfois nous parlons par les mots et d'autres fois par notre corps. Peut-être devenons-nous tendues? Ou que nous ressentons une excitation dans notre corps?



Peut-être que nous nous penchons pour embrasser? Ou bien nous tenons d'abord la main de l'autre? Selon elle, il est préférable de communiquer ouvertement et clairement avec nos partenaires, et de prendre des décisions qui nous mettent à l'aise tous les deux. Elle nous a également dit qu'il est important de connaître son corps et que la masturbation est normale et peut nous aider à découvrir ce que nous aimons et n'aimons pas sur le plan sexuel. Elle nous a rappelé que les informations et les services sont importants et que nous devrions nous protéger.



T

Je regrette de ne pas avoir appris à connaître les relations et le consentement avant. Quand je suis sortie avec quelqu'un pour la première fois, j'étais si confuse!

Oh mon dieu, je peux comprendre!

T

Même maintenant, je trouve le consentement vraiment complexe. Je veux vraiment en apprendre davantage à ce sujet.

Eh bien, l'histoire de Sofia pourrait être intéressante pour toi. Elle est assez différente, mais d'une très bonne façon.



Sofia nous a raconté comment elle a vraiment apprécié les rapports sexuels avec son petit ami. Elle les apprécie encore plus maintenant qu'elle est un peu plus âgée et plus expérimentée. Elle nous a dit à quel point elle se sentait attirée et liée à lui. On dirait vraiment qu'ils ont une relation formidable.

Elle se sent en confiance et en sécurité avec lui, et il la fait se sentir si bien dans sa peau.

Nous étions tous curieux de savoir comment elle avait pu en arriver là et vivre une expérience aussi positive.





Elle nous a parlé de l'éducation sexuelle complète qu'elle et son petit ami avaient reçue. Ils avaient appris à connaître les relations, la diversité sexuelle et de genre, le sexe sans risque et le plaisir féminin, et étaient même allés acheter des préservatifs ensemble!

Sofia est également très proche de ses parents et peut se confier à eux.



Où puis-je aller acheter des préservatifs ici? Est-ce qu'on me les vendra?

C'est dommage que je n'en aie pas appris davantage plus tôt.

Serait-il possible d'en parler à mes parents ou même de leur demander conseil?

Que puis-je faire pour avoir des expériences sexuelles plus sûres et plus agréables comme celles de Sofia? Comment puis-je en apprendre davantage sur ces choses?



T

Wow, ça a l'air super.

Ouaissssss!!!!

Tu sais, c'est tellement bizarre de parler de ça ouvertement. Mais ça fait du bien quand on en parle.

T

♥♥♥♥



←  ALEX ❤️❤️❤️



Je pensais justement à toi.



Mes parents sont partis 🚗 rendre visite à mes grands-parents. Tu veux venir ?



*On pourra peut-être en parler la prochaine fois qu'on se verra ?*

J'ai appris beaucoup de nouvelles choses que je veux partager avec toi 🥰

Bien sûr! 🤔



Des bulles de pensée :  
Je peux dire « non » même si j'ai déjà dit « oui ». Je veux dire à Alex tout ce que j'ai appris pendant l'atelier.

Peut-être pouvons-nous même obtenir plus d'informations ensemble ? Aurai-je plus de plaisir à faire l'amour si nous apprenons à communiquer plus ouvertement ? Et Alex ?

Nous avons besoin de plus d'espaces pour parler ouvertement, librement et sans inquiétude ni honte.



## À PROPOS DE CETTE BD

Cette bande dessinée est basée sur une recherche sur les attentes des jeunes en matière de bien-être sexuel et de consentement menée auprès de jeunes en Équateur et en Ouganda. Le rapport de recherche sera publié début 2022 sur le [site de Plan International](#).

## CRÉDITS

**Recherche:** Sara de Meyer (*Université de Gand*), Dre Elizabeth Kemigisha (*Université des sciences et technologies de Mbarara*), Ana Cevallos Neira (*Université de Cuenca, Équateur*), Dre Miranda Van Reeuwijk (*Rutgers*), Dre Lucia Rost (*Plan International*), Katie Lau (*Plan International*), Dre Anna Kågesten (*Karolinska Institutet*) et Dre Kristien Michielsen (*Université de Gand*)

**Script:** Srinidhi Raghavan

**Illustration et direction artistique:** Sonaksha ([www.sonaksha.com](http://www.sonaksha.com))

**Avec les contributions de** Lucia Rost et Katie Lau, (*Plan International*), Sara de Meyer (*Université de Gand*), Emily Bajaña, Dorah Muhanuuzi (*jeunes experts*), Jessie Freeman, Jacqueline Gallinetti, Rachael Chilton, Sara Anderson (*Plan International*), Anna Liwander (*Plan International, Suède*), Henry Salas (*Plan International, Finlande*) et David Aziku (*Plan International, Ouganda*).



Cette bande dessinée est financé(e) par le ministère finlandais des Affaires étrangères (MAE) et par l'Agence suédoise de coopération internationale au développement (ASDI). Le MAE Finlande et l'ASDI ne partagent pas nécessairement les opinions exprimées dans ce document. La seule responsabilité pour son contenu revient à Plan International.



**Karolinska  
Institutet**



With support from  
Finland's development  
cooperation



Sweden  
**Sverige**

**Plan International**  
Global Hub  
Dukes Court, Block A,  
Duke Street, Woking, Surrey,  
GU21 5BH, United Kingdom

Contact:  
[srhr@plan-international.org](mailto:srhr@plan-international.org)

Publié en février 2022.