

Se sentir bien avec soi et bien avec les autres

«La Gazette» accorde une page blanche au centre SIPE (Sexualité information prévention éducation) de Martigny une fois par mois. Le but est de partager avec les lecteurs les questions traitées régulièrement par le SIPE et concernant la santé sexuelle.



L'INTERVENTION EN SANTÉ SEXUELLE RENFORCÉE

Depuis l'année scolaire 2023-2024, les élèves valaisans bénéficient d'une période d'intervention en santé sexuelle supplémentaire au cours du cycle d'orientation. Elle a été mise à profit pour mettre en place un nouveau passage de 2 périodes en 9CO.

A travers des exemples concrets, les élèves sont invités à prendre conscience **des stéréotypes et préjugés pouvant mener à des discriminations que chacun a, sans forcément en avoir conscience**. Ces éléments sont facilement cités par les élèves: couleur de peau, religion, être riche ou pauvre... En tant que spécialistes en santé sexuelle, nous abordons également les diversités sexuelles. Les différentes caractéristiques de sexe, les identités et expressions de genre, les orientations sexuelles et affectives véhiculent aussi leur lot de stéréotypes et préjugés pouvant mener à des discriminations. On constate que sur ces sujets les élèves sont quelquefois mal informés, via les médias sociaux notamment, et qu'ils apprécient ce temps de réponse à leurs questions.

Lorsqu'on aborde les discriminations, **le lien est fait avec les phénomènes de harcèlement et intimidation** au sein des groupes de pairs. Les élèves ont souvent des expériences vécues durant leur scolarité et ils peuvent alors mobiliser leurs compétences: Comment intervenir? Comment aider? Où chercher de l'aide? Comment soigner

DES CENTRES DANS TOUT LE VALAIS

Depuis 1976, les centres SIPE sont à votre service dans toutes les régions du Valais. Ils sont à votre écoute pour toute question en lien avec la sexualité, la procréation et la vie affective et mettent à votre disposition des professionnels spécifiquement formés en santé sexuelle, en périnatalité – aide à la grossesse, ainsi qu'en consultation conjugale. A Martigny, le centre est situé à la rue du Grand-Verger 14 – 027 722 66 80.



L'image de la boule à facettes présentée aux élèves et commentée par l'éducatrice en santé sexuelle Anne Rémy Tritz. [HTTP://CLARKJ BROOKS.BLOGSPOT.COM/](http://clarkjbrooks.blogspot.com/)

son estime de soi dans cette délicate période de puberté, pour être bien avec soi, et avec les autres?

Enfin, **une partie importante du cours est de faire connaître les lois suisses** en lien avec différentes dimensions de la sexualité: le consentement, la majorité sexuelle, la protection face aux discriminations basées sur l'orientation sexuelle ou affective, la diffusion de pornographie, la création et le partage de contenus intimes qui nous mettent en scène.

En conclusion de ce temps d'animation, nous présentons aux élèves l'image de la boule à facette. **Chaque individu est en réalité la somme de multiples facettes**: un corps, un esprit, des qualités, des rêves, des défauts, des réussites ou des échecs, des compétences... Et l'on montre plus volontiers certaines facettes à certaines personnes; on ne se comporte pas avec nos amis comme avec nos parents! Il y a certaines facettes que nous ne révélons à personne, c'est notre intimité. D'autres que nous préférons ne pas montrer par peur d'être moqué ou rejeté. Ce sont toutes ces facettes qui font notre richesse et nous rendent unique. Il appartient à chacun d'entre nous de ne pas réduire l'autre à une de ses facettes qui nous déplaît. **Chaque personne a le droit au bien-être, de vivre de belles relations et de briller de mille feux!**

L'intervention en 10CO a toujours lieu et dure désormais 3 périodes (contre 4 auparavant). Les élèves travaillent sur les droits sexuels, ils abordent

les questions des premières relations, bénéficient d'informations sur la protection face aux IST et la prévention des grossesses non planifiées.

«Il y a certaines facettes que nous ne révélons à personne, c'est notre intimité.»

En 11CO, ou première année du collège, les élèves suivent l'atelier «As de cœur» sur une durée de 4 périodes. Avec un objectif de prévention des violences de couple, cet atelier aborde les enjeux des relations de couple mais aussi amicales ou familiales: attentes, respect, communication, gestion des difficultés dans la relation.

Ainsi dans un âge où les enjeux sont multiples et changeants, **les élèves bénéficient chaque année de la venue d'un spécialiste du SIPE** pour transmettre des informations et accompagner leur développement, en complément de l'éducation donnée par la famille. ■



L'une des collaboratrices du SIPE, Anne Rémy Tritz. LDD