

TeenSpeak

À propos de la santé sexuelle



La vérité vue par les ados

NYC
Health



Nous remercions tout spécialement l'équipe
des animateurs de Bronx Teens Connection

› La santé sexuelle, c'est quoi ?

Tout un tas de choses. Il s'agit de savoir prévenir une grossesse et les maladies sexuellement transmissibles. Il s'agit de savoir où s'adresser pour des services de santé et comprendre ton droit à des soins confidentiels. Il s'agit d'apprendre en quoi consiste une relation saine.

Nous sommes TeenSpeak. Nous sommes des ados new-yorkais et nous savons combien il peut être difficile de trouver l'aide et les informations dont tu as besoin. Nous espérons que ce dépliant répondra à tes questions à propos de la santé sexuelle.

› TeenSpeak te parle...

Des relations	4
De la contraception	8
Du droit à l'accès aux services de santé sexuelle	10
Des services de santé sexuelle et reproductive	12
Des maladies sexuellement transmissibles (MST)	14



› TeenSpeak te parle... des relations

Traite ton (ta) partenaire de la manière dont **tu veux** qu'il (elle) te traite.

Mon homme me comprend vraiment et **m'encourage** à poursuivre **mes ambitions**.

Une bonne communication est essentielle. Quand tu parles avec ton (ta) partenaire, vous apprenez à vous **comprendre** et vous **renforcez** votre relation.



› Ce qu'il faut savoir

Que tu sois hétéro ou gay, une relation saine signifie que :

- tu peux t'exprimer honnêtement, sans crainte
- vous pouvez prendre des décisions ensemble
- vous ne faites l'amour que si vous le voulez tous les deux
- tu te sens respecté(e) et valorisé(e)
- tu te sens soutenu(e) dans la poursuite de tes objectifs et de tes ambitions

Ta relation n'est pas saine si par exemple, ton (ta) partenaire :

- t'appelle, t'envoie des SMS ou des messages instantanés en permanence
- consulte tes e-mails sans te demander l'autorisation
- t'humilie ou t'insulte en public
- ne te laisse pas passer du temps avec d'autres personnes
- critique ton look
- menace de te faire du mal si tu casses

› Tu veux des infos supplémentaires ?

› nyc.gov et tape **Healthy Relationship**

› loveisrespect.org

› dayoneny.org

Si tu te sens en danger dans ta relation,
appelle le **800 621 HOPE (4673)** ou le **311**.
En cas d'urgence, compose le **911**.



Quel est le côté qui

L'œil dans lequel mon chéri me regarde avec tendresse

Le bras que caresse mon homme

Il m'appelle ou m'envoie des SMS avec des messages gentils

Les vêtements pour lesquels je suis complimentée

L'œil au beurre noir que j'ai reçu quand j'ai dit ce que je pensais

Le bleu au bras que j'ai reçu quand j'ai commis une erreur

Il m'appelle ou m'envoie constamment des SMS pour savoir où je suis

Les vêtements qu'il me dit de porter



décrit ta relation ?

Elle me dit combien je suis intelligent

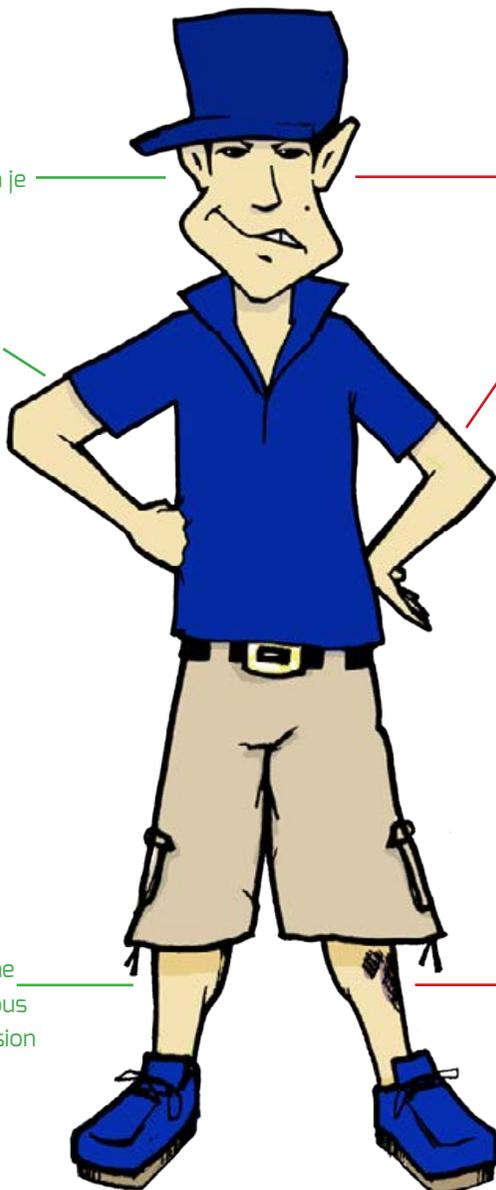
Elle me dit que je ne vauz rien

Le bras que tient ma chérie quand nous nous promenons

Le bras qu'elle critique parce qu'il est « trop maigre »

La jambe que touche ma chérie quand nous regardons la télévision

Le bleu à la jambe que j'ai reçu quand j'ai souri à quelqu'un d'autre



> TeenSpeak te parle... de la contraception

Il faut utiliser **à la fois**
un moyen de contraception **et** un
préservatif **à chaque** rapport
sexuel.

La pilule, le patch et le
DIU sont des **moyens**
parfaits pour
prévenir une grossesse.

Il y a une méthode
qui **te** convient.
Découvre tes options.



➤ Ce qu'il faut savoir

Choisis une forme de contraception + les préservatifs

Si ton partenaire est du sexe opposé, utilise les DEUX À CHAQUE FOIS pour prévenir une grossesse, le VIH et les MST.

Il existe plusieurs méthodes de contraception qui sont sûres et efficaces. Choisis celle qui te convient.

Tes options	Fréquence d'utilisation	Efficacité pour prévenir une grossesse
• Le DIU • L'implant	• Peut être gardé entre 3 et 10 ans • Peut être gardé pendant 3 ans	+ de 99 % d'efficacité
• L'injection • L'anneau vaginal • Le patch • La pilule	• Nouvelle injection tous les 3 mois • Reste en position pendant 3 semaines, il est retiré pour la 4e semaine • Nouveau patch une fois par semaine pendant 3 semaines, pas de patch la 4e semaine • Une pilule à la même heure tous les jours	91 à 94 % d'efficacité
• Le diaphragme • La cape cervicale • L'éponge	• À chaque rapport • À chaque rapport • À chaque rapport	71 à 88 % d'efficacité
• Les spermicides	• À chaque rapport	72 % d'efficacité

La contraception d'urgence, qu'est-ce que c'est ?

- La contraception d'urgence (souvent appelée pilule du lendemain) est une pilule que tu dois prendre pour permettre de prévenir une grossesse après une relation sexuelle sans protection ou en cas de rupture d'un préservatif.
- Pour être la plus efficace possible, il faut la prendre le plus tôt possible après le rapport.
- Elle permet de prévenir une grossesse 9 fois sur 10 si elle est prise dans les 72 heures qui suivent le rapport.
- Procure-toi cette pilule dès maintenant pour pouvoir la prendre si tu en as besoin. Tu peux l'acheter en vente libre dans une pharmacie, quel que soit ton âge. Tu peux aussi te la procurer auprès de ton médecin ou centre de santé.

➤ Tu veux plus d'infos ?

➤ nyc.gov et tape **NYC Teen**

➤ nyc.gov et tape **Condoms**

➤ Télécharge l'application gratuite **Teens in NYC** sur ton iPhone ou téléphone Android

➤ stayteen.org

› TeenSpeak te parle... du droit aux services de santé sexuelle

Mon copain et moi, nous allons au centre de santé **ensemble**. Je suis **contente** qu'il m'accompagne, mais c'est bon de savoir que je peux y aller **seule** sans que personne ne le sache.

Je sais que je peux aller au centre de santé toute seule, mais je voulais en **parler** à ma mère. Elle a été **géniale** et m'a **encouragée** à me servir des services de santé.

J'avais toujours pensé que mes parents devaient donner leur autorisation pour que je bénéficie d'un moyen de contraception. J'avais **tort**. Je **peux aller** au centre de santé **seule** pour l'obtenir.



› Ce qu'il faut savoir

Tu as le droit légal de bénéficier de tous ces services de santé sans l'autorisation de tes parents, tuteurs, petit copain, petite copine ou qui que ce soit et sans qu'ils en soient informés :

- contraception
- contraception d'urgence (aussi appelée pilule du lendemain)
- tests de grossesse
- tests de dépistage du VIH
- dépistage et traitement des MST
- interruption volontaire de grossesse

Ces services sont confidentiels, autrement dit personne au centre de santé ne peut dire à quiconque quand ou pourquoi tu t'y trouvais – sauf si tu donnes ton autorisation.

› Tu veux des infos supplémentaires ?

› nyclu.org/TAP



➤ TeenSpeak te parle... des services de santé sexuelle et reproductive

J'avais **peur** d'aller à un centre de santé. Qu'est-ce qu'ils allaient me **demander** ? Je n'avais

aucune raison de m'inquiéter.

Personne ne m'a jugé(e). Le personnel m'a écoutée et m'a **aidée** pour que je bénéficie des services dont j'avais besoin.

Ma visite au
centre de santé

a été très différente de ce que j'attendais ;
les médecins étaient **super cools**
et toutes mes données ont été tenues
confidentielles.

Grâce à l'application **Teens in NYC**, j'ai découvert **tout un tas** de **centres de santé** qui accueillent les ados à New York.



› Ce qu'il faut savoir

Il y a plusieurs centres de santé dans la ville qui fournissent aux ados des services confidentiels, gratuits ou abordables, comme par exemple :

- préservatifs
- contraception
- contraception d'urgence (aussi appelée pilule du lendemain)
- dépistage et traitement des maladies sexuellement transmissibles (MST)
- tests de dépistage du VIH
- tests de grossesse
- interruption volontaire de grossesse

Un service confidentiel signifie que personne ne saura que tu t'es rendu(e) au centre de santé ni de quels services tu as bénéficié sauf si tu te confies.

Lors de ta visite au centre de santé, on peut te demander :

- une pièce d'identité avec ta photo, comme une carte de lycéen
- ta carte de mutuelle si tu en as une

Le personnel peut répondre à toutes tes questions sur la sexualité, ton corps, les préservatifs, la contraception ou les MST.

Quand tu rencontreras le médecin, sois honnête. Il est important qu'il ou elle sache tout, pour qu'il ou elle puisse te faire bénéficier des meilleurs soins possibles.

› Tu veux des infos supplémentaires ?

Pour un centre de santé proche de chez toi :

- › Télécharge l'application gratuite **Teens in NYC** sur ton iPhone ou téléphone Android
- › Appelle le **311** ou envoie un SMS à **311NYC**
- › **nyc.gov** et tape **NYC Teen**



➤ TeenSpeak te parle... des maladies sexuellement transmissibles (MST)

La **meilleure protection** contre les MST, ce sont les **préservatifs**.

Les rapports sans préservatif peuvent être **risqués**.

Même si tu ne vois pas de **boutons** sur ton sexe, va **faire un contrôle**.



J'avais vraiment **peur** d'avoir une MST. J'ai parlé à ma copine, ensemble nous sommes allés au centre de santé et nous avons **parlé** au médecin. Elle nous a aidés à nous **détendre** et nous avons **obtenu l'aide** nécessaire.

› Ce qu'il faut savoir

- Tu peux contracter une MST, aussi appelée une infection sexuellement transmissible (IST), lors de n'importe quel rapport sexuel non protégé (sans préservatif) :
 - rapport vaginal (lorsque le sexe du garçon pénètre le vagin de sa partenaire)
 - rapport anal (lorsque le sexe du garçon pénètre l'anus de son ou sa partenaire)
 - rapport oral (quand tu mets la bouche sur le sexe ou l'anus de ton ou ta partenaire)
- La chlamydia et la gonorrhée sont les MST les plus courantes. Elles se traitent facilement. Mais sans traitement, elles peuvent entraîner de graves complications.
- Le VIH est une autre infection grave que tu peux contracter. Si tu as des rapports sexuels et que tu ne connais pas ta situation par rapport au VIH, demande un test de dépistage à ton médecin.
- Souvent les personnes qui ont une MST ne présentent aucun symptôme. Si tu as des rapports sexuels, fais-toi contrôler, même si tu ne te sens pas malade ou que tu es dans une relation stable.

Si tu as des rapports sexuels, le préservatif est le meilleur moyen pour permettre la prévention des MST, y compris le VIH. Utilises-en un à chaque rapport sexuel.

› Tu veux des infos supplémentaires ?

Pour un centre de santé proche de chez toi :

- › Télécharge l'application gratuite **Teens in NYC** sur ton iPhone ou téléphone Android
- › Appelle le **311** ou envoie un SMS à **311NYC**
- › nyc.gov et tape **NYC Teen**

Pour des préservatifs :

- › Télécharge l'application gratuite **NYC Condom Finder** sur ton iPhone, téléphone Android, BlackBerry ou Windows
- › Appelle le **311** ou envoie un SMS à **311NYC**
- › nyc.gov et tape **Condoms**

Pour en savoir plus sur les MST :

- › nyc.gov et tape **NYC Teen**
- › teenwire.org et tape **STD**



Pour les centres de santé qui accueillent les ados :

Tape **NYC Teen** sur nyc.gov, appelle le **311**, télécharge l'application **Teens in NYC** ou flashe le code suivant



Pour des exemplaires supplémentaires, appelle le **311**.



Le financement est possible grâce à l'accord de coopération #5U58DP002902-02 des Centers for Disease Control and Prevention (CDC).