

**relations affectives**  
**prévention**  
**harcèlement**  
**violences sexistes et sexuelles**  
**lutte contre les stéréotypes**



**Vie affective**

**VIE**  
**RELATIONNELLE**

*Santé sexuelle*

**PARLONS-EN**

**Pour les 16-30 ans**

**ateliers interactifs gratuits**  
**outils pédagogiques**  
**supports numériques**  
**rencontres et débats**  
**ressources accessibles**

**Un projet pour parler santé, relations et bien-être**  
*sans tabou*

**CATALOGUE DES INTERVENTIONS**

## PARLONS-EN

**Est un projet dédié aux jeunes de 16 à 30 ans pour rendre encore plus accessible l'information concernant la vie affective, relationnelle et la santé sexuelle.**



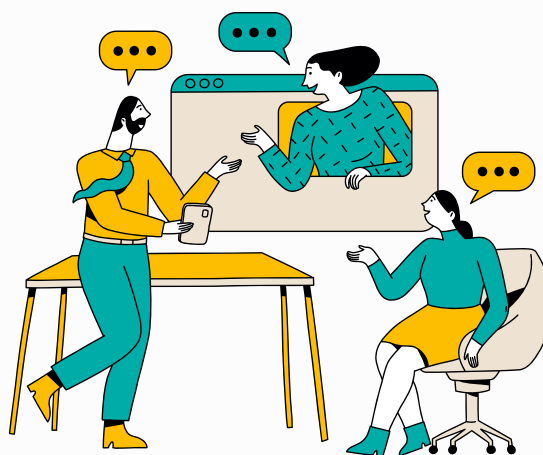
- **Des interventions** où chacun.e peut s'exprimer librement, débattre, échanger etc...
  - **Des événements** autour d'actions de prévention
  - **Des temps d'échanges** à destination des professionnels les :
- **Des spécialistes** de ces sujets, qui viennent rencontrer les jeunes et répondre aux questions qu'il.elle.s se posent.
  - **Des volontaires** entre 16 et 30 ans qui créent de l'information à destination d'autres jeunes.

Mardis 27 janvier 2026

Mardi 31 mars 2026

Mardi 19 mai 2026

**Vous souhaitez  
bénéficier de  
l'une ou l'autres  
de ces actions ?**



Contact : Nadège DELALANDE  
nadege.delalande@jeunes-bfc.fr



## Atelier 1 - Vivre ensemble 2.0 : Déconstruire pour mieux comprendre

### Objectifs pédagogiques :

- Permettre à chaque jeune une expression libre sur des sujets liés au « vivre ensemble ».
- Échanger sur la signification des mots et ce qu'ils véhiculent comme idées et stéréotypes.
- Comprendre les notions de différence, stéréotypes, discriminations et vivre-ensemble et identifier les mécanismes de domination (sexiste, raciste, validiste, homophobe, etc.).
- Parler de situations concrètes afin de réfléchir aux actions et gestes que chacun.e peut mettre en place pour lutter contre les discriminations et favoriser le vivre ensemble.

### Infos :

Atelier en mixité.

Public cible : Jeunes de 16 à 30 ans

Durée des ateliers : 1h30 à 2h

Pédagogie : éducation populaire

Format idéal : 12 personnes (adaptable)

### Descriptif de l'atelier :

Qu'est-ce que vivre ensemble ? Quel est mon rapport à l'autre ? À la différence ? Comment vivre au contact de la diversité (genre, culture, orientation sexuelle, handicap...) ? Cet atelier invite à s'exprimer sur la différence, la diversité, mais aussi sur les violences de genre et la discrimination. Les jeunes explorent les notions de respect, d'inclusion et de tolérance à travers des supports interactifs et participatifs. Les thématiques abordent aussi les stéréotypes de genre, la masculinité toxique et les discours antiféministes.

### Thématiques possibles :

- Stéréotypes de genre et masculinité toxique
- Mouvements incels et discours antiféministes / masculinistes
- Harcèlement, moqueries et violences en ligne
- Diversité et inclusion

Supports : débat mouvant, vidéos, quizz sur les discriminations, ABCd'aire des insultes, etc.



## *Atelier 2* - Relations, amour et consentement à l'ère d'Instagram

### Objectifs pédagogiques :

- Permettre à chaque jeune une expression libre sur les sujets liés à la vie affective
- Sensibiliser aux notions de respect, de liberté, de sentiments, de consentement, et de communication.
- Réfléchir aux espaces relationnels, à l'impact des réseaux sociaux sur la vie émotionnelle et la confiance en soi.
- Identifier les personnes et structures ressources.

### Infos :

Cet atelier peut se faire en groupe mixte, ou se dupliquer en deux sessions de groupe non mixte.

Public cible : Jeunes de 16 à 30 ans

Durée des ateliers : 1h30 à 2h

Pédagogie : éducation populaire

Format idéal : 12 personnes (adaptable)

### Descriptif de l'atelier :

L'Amour avec un grand ou un petit A nous bouleverse, nous enthousiasme, nous questionne. Que peut-on dire de nos vécus, de nos ressentis, de nos refus et de nos acceptations ? Quelle place occupent nos relations amoureuses et comment se « protéger » pour les vivre sereinement ? comment la différence créer du commun? personnes valides et personnes en situation de handicap. Quel est l'impact des réseaux sur les émotions, les relations numériques et la gestion des ruptures. Un espace d'échange pour parler d'amour, de respect et de communication.

### Thématiques possibles :

- Vie affective des personnes en situation de handicap et des personnes valides
- Couple instagrammable et pression de la perfection
- Relations virtuelles et consentement numérique
- Relations saines vs relations toxiques,

Supports : jeu Love or Fake Love, analyse de stories, frise du consentement, violentomètre, etc.

## Atelier 3 -Sexualité(s) sans tabou : mythes, plaisir et respect

### Objectifs pédagogiques :

- Offrir un espace de parole sécurisant sur la sexualité.
- Promouvoir une sexualité positive, égalitaire et consentie.
- Donner des repères fiables sur la santé sexuelle et les ressources locales.

### Infos :

Cet atelier peut se faire en deux sessions de groupe non mixte.

Public cible : Jeunes de 16 à 20 ans et 20 à 30 ans

Durée des ateliers : 1h30 à 2h

Pédagogie : éducation populaire

Format idéal : 12 personnes (adaptable)

### Descriptif de l'atelier :

Atelier construit en partenariat avec une sexothérapeute. Il aborde les questions pratiques de la sexualité sous forme de débats et d'échanges. Comment vivre sereinement sa sexualité ? Quels moyens de contraception ? Comment gérer les situations complexes dans un couple ? Qu'est-ce que l'orientation sexuelle et comment vivre une sexualité positive et consentie ? Des partages de situations , des supports visuels et des boîtes à questions permettent une information claire et rassurante.

### Thématiques possibles :

- Plaisir et connaissance de soi
- Orientation sexuelle et identités de genre
- Contraception, IST, dépistage
- Pornographie et attentes irréalistes

Supports : boîte à questions anonyme, vrai/faux, discussion en binômes.



## Atelier 4 -Corps, image et réseaux : miroir, mon beau miroir.

### Objectifs pédagogiques :

- Favoriser une réflexion sur l'image de soi et l'impact des réseaux sociaux.
- Comprendre l'influence des médias et des normes sur la confiance en soi.
- Aider les jeunes à reprendre le pouvoir sur leur image et à développer un regard critique.
- Identifier les ressources et personnes de confiance.

### Infos :

Cet atelier peut se faire en mixité.

Public cible : Jeunes de 16 à 30 ans

Durée des ateliers : 1h30 à 2h

Pédagogie : éducation populaire

Format idéal : 12 personnes (adaptable)

### Descriptif de l'atelier :

Filtres, likes, corps parfaits, masculinités viriles, sexualisation précoce... Les réseaux sociaux influencent notre rapport au corps et à l'estime de soi. Cet atelier invite à questionner la comparaison, les normes et la pression de l'image. À travers des jeux, des analyses de contenus, et des débats, les jeunes explorent les notions de body positivity, de virilisme, de cybersexisme et de consentement numérique. Un focus particulier est fait sur la santé mentale et le respect de soi et des autres en ligne.

### Thématiques possibles :

- Image corporelle et estime de soi,
- Influence des réseaux sociaux, impact des likes et des filtres
- Masculinités et virilisme
- Cybersexisme et injures
- Consentement numérique et envois de nudes
- Santé mentale et numérique

Supports : jeu Vrai/Fake, mur d'expression, vidéos et podcasts, QR code vers ressources locales.



## le GLAM le Club des Ambassadeurs "Parlons-en"

Le Groupe Local des Ambassadeurs Mobiles est un groupe constitué de 10 jeunes entre 16 et 30 ans repartis sur le département de la Saône et Loire et dont l'objectif est d'être le relais du projet « **PARLONS-EN** » auprès de leurs pairs.

Le GLAM se réunit une fois par mois en présentiel et autant de fois qu'il le souhaite en visio pour imaginer, créer et réaliser des supports de communication à destination des jeunes sur les sujets de vie affective et relationnelle et de santé sexuelle.

Le GLAM est libre dans ses choix de supports et peut choisir différentes formes :

- bande dessinée, podcasts, émissions de radio, micro trottoir, sondages, clip...

L'objectif étant de faire passer l'information auprès des jeunes pour les inciter à participer aux temps proposés tout au long du premier semestre 2026.

Enfin, le GLAM participe aux trois temps festifs et pédagogiques proposés aux jeunes en 2026, les soirées « Whouaou ». Ces temps seront construits autour d'actions de préventions et de sensibilisation aux campagnes de dépistage des IST pour une santé sexuelle sereine.

Le GLAM est proposé en partenariat avec Unis cité et l'association Hello les femmes ainsi que les relais Info jeunes et les missions locales du département 71.



## LA CARTE AVANTAGES JEUNES

Créée il y a presque 30 ans, la carte Avantages Jeunes est une carte à destination des moins de 30 ans qui permet aux jeunes de la région Bourgogne-Franche-Comté de pouvoir bénéficier de + de 3 200 bons plans (gratuités et réductions) dans des domaines aussi variés que les loisirs, la culture, le sport ou encore la vie quotidienne. Elle est déclinée en 9 éditions territoriales, dont celle de Saône-et-Loire.

Valable du 1er septembre au 31 août de chaque année, la carte Avantages Jeunes est vendue au tarif de 10 €. Elle est rentabilisée quasi instantanément, notamment avec les avantages incontournables :

- 6 € de réduction en librairie
- un an d'abonnement gratuit dans la bibliothèque partenaire de son choix
- un abonnement d'une semaine gratuit sur le réseau TER BFC

### LE CLAP, 1 DISPOSITIF, 4 TYPES D'AIDE

1. **AIDE MÉTHODOLOGIQUE** assurée par des conseiller.ère.s du réseau de partenaires
2. **APPUI TECHNIQUE** assuré par le réseau d'expert.e.s ou de parrains/marraines durant la réalisation du projet (mise à disposition de compétences, formation, etc.)
3. **SOUTIEN LOGISTIQUE** mise à disposition de matériel, de locaux, d'espace de travail, etc.
4. **AIDE FINANCIÈRE** destinée à compléter les aides obtenues dans le cadre des dispositifs existants

## LE CLAP, CATALYSEUR DE PROJETS

Le comité local d'aide aux projets (Clap) Énergie Jeune est un dispositif au service des jeunes de Bourgogne-Franche-Comté de 11 à 30 ans destiné à favoriser la réalisation de leurs projets. Qu'ils soient individuels ou collectifs, à vocation citoyenne, humanitaire, solidaire, sociale, sportive, culturelle, etc. l'ensemble des initiatives jeunes peuvent être accompagnées.

Agissant comme un guichet unique, le Clap est une instance qui rassemble plusieurs partenaires pour un suivi et une coordination plus efficaces des projets de jeunes. En mutualisant les compétences, les savoirs et les savoir-faire, et en les coordonnant, le Clap vise la réussite des projets tout en assurant une meilleure visibilité et une plus grande complémentarité des ressources devant faciliter l'engagement des jeunes. Info Jeunes Saône-et-Loire développera la visibilité de ce dispositif dans le département.

Le site energiejeune.fr est la porte d'entrée pour tous les jeunes ayant un projet, qui souhaitent un accompagnement méthodologique, technique, matériel et/ou financier, quel que soit leur niveau d'avancement.

# RESSOURCES EN LIGNE

## **jeunes-bfc.fr**

toutes les infos pour les jeunes sur un site, avec entre autres un accès à toute la documentation Info Jeunes

## **agitateursdemobilite.fr**

tout pour préparer un départ à l'étranger (programme Stage monde, PVT, volontariat, études, job, etc.)... il y a une solution pour chaque jeune

## **clap-bfc.fr**

le site du Clap dédié à l'accompagnement des projets de jeunes (méthodologie, appui technique, soutien logistique et aides financières)

## **avantagesjeunes.com**

commander sa carte Avantages Jeunes et localiser les avantages les plus proches de vous

# CONTACT

## **Nadège Delalande**

Animatrice infos jeunes 71 "Parlons-en"

[nadege.delalande@jeunes-bfc.fr](mailto:nadege.delalande@jeunes-bfc.fr)

07 60 78 06 60

**Envie de  
développer ces  
services sur votre  
territoire ? Pour  
les jeunes de  
votre structure ?  
Contactez  
Info Jeunes  
Saône-et-Loire !**