



#SSG2019

**Trousse pour les médias sociaux
@actioncanadashr**

**Action Canada
for Sexual Health & Rights**



**Action Canada
pour la santé & les droits sexuels**

Facebook

téléchargez la photo de profil
à partager sur Instagram aussi!



cliquez ici pour télécharger la bannière



HASHTAGS

#SSG2019 #SantéSexuelle #SDSG
#SemaineSSG #SantéCan

La sexualité et la santé sexuelle sont cruciales pour notre bien-être tout au long de nos vies. Grand-e ou petit-e, jeune ou moins jeune – votre santé sexuelle est importante à tout âge! Visitez www.semainsessg.ca pour en savoir plus! #SSG2019

Tout le monde, peu importe son âge, a le droit à des soins de santé affirmatifs – ce qui inclut la santé sexuelle! Visitez www.semainsessg.ca pour en savoir plus sur la santé sexuelle à tout âge! #SSG2019

Que ce soit durant l'enfance, dans la parentalité positive à l'égard du sexe ou à un âge plus avancé, la santé sexuelle est importante. Renseignez-vous sur votre santé sexuelle ici: www.semainsessg.ca #SSG2019

Qu'avez-vous appris de la sexualité et de la santé sexuelle pendant votre enfance? Avez-vous reçu une éducation sexuelle à l'école? Que saviez-vous de la puberté? Répondez-nous dans les commentaires! Que vous soyez grand-e ou petit-e, votre santé sexuelle est importante! Renseignez-vous ici: www.semainsessg.ca #SSG2019

Saviez-vous que la santé sexuelle et la sexualité sont importantes tout au long nos vies, y compris lorsque nous sommes plus âgé-es? L'âge ne fait pas de nous des êtres moins sexuels. Renseignez-vous sur le vieillissement et la sexualité ici: www.semainsessg.ca. Votre santé sexuelle est importante à tout âge! #SSG2019

Twitter

téléchargez la photo de profil
à partager sur Instagram aussi!



cliquez ici pour télécharger la bannière



HASHTAGS

#SSG2019 #SantéSexuelle #SDSG
#SemaineSSG #SantéCan

La sexualité et la santé sexuelle font partie intégrante du bien-être tout au long de nos vies. Que vous soyez grand-e ou petit-e, jeune ou moins jeune – votre santé sexuelle est importante à tout âge! Visitez www.semainsessg.ca pour en savoir plus! #SSG2019 #SantéSexuelle

Tout le monde, peu importe son âge, a le droit à des soins de santé affirmatifs – ce qui inclut la santé sexuelle! #SSG2019 #SantéSexuelle

Que ce soit durant l'enfance, dans la parentalité positive à l'égard du sexe ou à un âge plus avancé, la santé sexuelle est importante! #SSG2019 #SantéSexuelle

Vous aimeriez en savoir plus sur la santé sexuelle à tout âge? Visitez www.semainsessg.ca pour découvrir comment la santé sexuelle évolue tout au long de la vie! #SSG2019 #SantéSexuelle

Nous sommes tous et toutes des êtres sexuels dès notre naissance. La santé et le bien-être sexuels sont essentiels à une vie épanouie. #SSG2019 #SantéSexuelle



BÉBÉS, ENFANTS ET PARENTALITÉ POSITIVE À L'ÉGARD DU SEXE

La santé sexuelle est tout aussi importante pour les bébés et les enfants! La parentalité positive à l'égard du sexe peut les aider à avoir des vies saines et épanouies #SSG2019 #SantéSexuelle

Parentalité positive à l'égard du sexe = enseigner de manière adaptée à l'âge que la sexualité est un aspect naturel, normal et sain de l'enfance/adolescence/âge adulte, et parler consentement, sécurité physique, normes et identité de genre, intimité et relations saines #SSG2019

Être un parent positif à l'égard de la sexualité, c'est savoir que nos enfants deviendront des adultes autonomes ayant leurs propres identités de genre, expressions de genre et sexualités #SSG2019 #LGBTQ

Le saviez-vous? La plupart des enfants ressentent leur identité de genre dès l'âge de deux ou trois ans et développent un sentiment entourant quelles personnes leur semblent attirantes entre les âges de quatre et sept ans! #SSG2019 #LGBTQ

Laissons tomber LA conversation gênante que l'on a une seule fois et normalisons plutôt les discussions sur le genre et la sexualité dans nos foyers! #SSG2019

Vous aimeriez en savoir plus sur vos droits en tant que parents et sur les droits de vos enfants? Visitez www.semainsessg.ca pour plus d'information! #SSG2019

Vous ne savez pas à quel moment commencer à parler de sexualité? C'est simple: dès que votre enfant vous pose des questions! Visitez www.semainsessg.ca pour des conseils sur les discussions avec vos enfants à propos du sexe et du plaisir #SSG2019

Être un parent positif à l'égard de la sexualité, c'est plus facile que vous le croyez! Visitez www.semainsessg.ca pour découvrir 12 principes que vous pouvez suivre et appliquer dans votre vie! #SSG2019



Vous avez besoin de définitions simples pour parler de sexualité et de santé sexuelle avec vos enfants? Visitez www.semainsessg.ca pour connaître les définitions de l'identité de genre, de l'expression de genre, de l'orientation sexuelle et plus encore! #SSG2019 #LGBTQ

JEUNES ET SANTÉ SEXUELLE

Développement sexuel sain des ados = changements corporels, comportements sexuels et nouveaux besoins de soins de santé. C'est aussi la maturité émotionnelle, les habiletés relationnelles et l'image corporelle positive. Visitez www.semainsessg.ca pour plus d'info! #SSG2019

Tu veux savoir ce que signifie être un-e adolescent-e en bonne santé sexuelle? Renseigne-toi ici: www.semainsessg.ca #SSG2019 #SantéSexuelle

En tant qu'adulte, vous vous demandez comment être un-e allié-e des adolescent-es dans leur apprentissage de la sexualité et de la santé sexuelle? Visitez www.semainsessg.ca pour découvrir des façons d'être un-e allié-e! #SSG2019 #SantéSexuelle

Nos corps peuvent changer BEAUCOUP lors de la puberté. La clé est d'être bien renseigné-e sur les changements corporels, les règles, les poils, les hormones, etc. Visite www.semainsessg.ca pour plus d'info sur la puberté #SSG2019 #Puberté #SantéSexuelle

Tu te demandes si tu es prêt-e à avoir des relations sexuelles? Les facteurs sont nombreux : le moment, le lieu, ton état d'esprit, et surtout la personne avec qui tu prévois le faire! Visite www.semainsessg.ca pour t'aider dans ta réflexion #SSG2019 #SantéSexuelle

En ce qui a trait au toucher sexuel, au sexe et aux sextos, chaque personne a le droit de décider ce qu'elle veut faire, à quel moment et à quel endroit. C'est ça, le consentement! #SSG2019 #Consentement



Nous voulons la culture du consentement, pas la culture du viol! Découvre ce que tu peux faire pour encourager la culture du consentement: www.semainsessg.ca
#SSG2019 #Consentement #NonÀLaCultureDuViol

Les jeunes veulent savoir comment bâtir des relations saines et durables! Voilà une des raisons pour lesquelles nous avons besoin d'une éducation à la sexualité.
#SSG2019 #ÉducationSexuelle

Tu envisages d'avoir des relations sexuelles ou tu en as déjà? Visite www.semainsessg.ca et renseigne-toi sur les ITS et la contraception pour prendre soin de ta santé sexuelle #SSG2019 #SantéSexuelle

Hé, professionnel-les de la santé! Comment vous assurez-vous d'offrir des soins conviviaux aux jeunes et aux personnes LGBTQ+? Faites-le-nous savoir! #SSG2019

En tant que jeune, tu as le droit à une éducation sexuelle non biaisée et scientifiquement correcte. La sexualité fait partie intégrante de la vie humaine: une éducation sexuelle complète est essentielle pour prendre des décisions sur le sexe, les relations et nos corps #SSG2019

ADULTES ET SANTÉ SEXUELLE

En tant qu'adultes, nous pouvons envisager de fonder une famille ou décider que ce n'est pas pour nous! Mais la santé sexuelle, c'est beaucoup plus que la décision d'avoir des enfants ou pas. #SSG2019 #SantéSexuelle

Plusieurs enjeux de santé sexuelle autres que la reproduction sont importants à l'âge adulte! Renseignez-vous ici: www.semainsessg.ca #SSG2019 #SantéSexuelle

En tant qu'adultes, prendre soin de notre santé sexuelle signifie nous occuper de notre santé génésique, des ITSS, du dysfonctionnement sexuel, de la douleur et de toute préoccupation liée au sexe #SSG2019

Prendre soin de notre santé sexuelle signifie porter attention à notre satisfaction sexuelle et à notre plaisir! #SSG2019

Twitter

Des relations saines et solides aident à gérer efficacement le stress, à résoudre les problèmes et à surmonter les défis de la vie, en plus de favoriser la satisfaction sexuelle! Savoir cultiver des relations saines est un aspect clé de notre bien-être général #SSG2019

Pour plusieurs d'entre nous, la santé sexuelle est étroitement liée à la reproduction. Vous aimeriez en savoir plus sur la santé génésique? Visitez www.semainsessg.ca #SSG2019

L'inconfort et la douleur dans la région génitale et pelvienne peuvent sérieusement affecter notre qualité de vie et avoir un impact majeur sur notre santé globale, notre santé mentale et l'état de nos relations. Si vous avez des douleurs, parlez-en à votre médecin. #SSG2019

Professionnel-les de la santé: comment vous assurez-vous d'offrir des soins non stigmatisants? Comment abordez-vous la santé sexuelle avec vos patient-es? Et avec vos patient-es LGBTQ+? Faites-le-nous savoir! #SSG2019

VIEILLISSEMENT, SEXUALITÉ ET SANTÉ SEXUELLE

Nous sommes des êtres sexuels tout au long de notre vie. Notre sexualité ne s'éteint pas lorsque nous atteignons l'âge d'or! #SSG2019

Avec l'âge, malgré les changements à notre fonction sexuelle, notre désir, notre capacité et notre santé, nous avons le droit de contrôler nos corps et notre sexualité, de ne pas subir de discrimination/violence/coercition et d'avoir accès à l'information et à la santé. #SSG2019

En vieillissant, cultiver nos êtres sexuels et notre santé sexuelle demeure un aspect clé de notre santé globale. Même si l'âge s'accompagne de réels défis, nous devrions célébrer la joie et le plaisir liés à l'expression de la sexualité. #SSG2019

En réponse aux changements physiques dus à l'âge, il pourrait être nécessaire d'adapter nos activités sexuelles. Visitez www.semainsessg.ca pour plus d'info sur ces changements et sur les façons de maintenir une vie sexuelle satisfaisante en vieillissant! #SSG2019 #SantéSexuelle

Twitter

La maladie, le handicap, les médicaments et la chirurgie peuvent affecter notre capacité d'avoir du sexe agréable en vieillissant. Nous avons le droit à des soins affirmatifs pour rétablir ou maintenir notre fonction sexuelle. Pour info: www.semainessg.ca #SSG2019 #SantéSexuelle

Le condom est-il nécessaire même si je suis âgé-e? La réponse courte: OUI! L'âge ne protège pas contre les ITS. Les taux d'ITS sont en hausse chez les adultes plus âgés! #SSG2019 #SantéSexuelle

Vous êtes plus âgé-e et êtes à la recherche de conseils sexuels personnalisés? Visitez www.semainessg.ca! #SSG2019 #SantéSexuelle

Les personnes LGTBQ2S+ vieillissantes rencontrent d'importants obstacles dans l'accès au logement, aux soins de santé et à des soins de longue durée adaptés à leurs besoins. Vous offrez des services aux personnes LGBTQ+ vieillissantes? Faites-le-nous savoir! #LGBTQ #SSG2019

Professionnel-les de la santé: que pouvez-vous faire pour répondre aux besoins de vos patient-es LGBTQ+ vieillissant-es? #LGBTQ #SSG2019 #SantéSexuelle

La sexualité en fin de vie n'est pas vue comme importante, mais elle l'est! Pas seulement le sexe, mais aussi l'intimité, le toucher et l'amour! Des personnes peuvent manquer d'amour et de toucher intime dans les derniers mois et jours de leurs vies. #AmourÀToutÂge #SSG2019