

# Programme d'entraînement de survie

Avant-propos .....	5
Préface .....	7
Profils types de l'étudiant.....	9
Kits de survie .....	15
Carto Sexo.....	23
Fiches de premiers secours .....	29
Reconnaître ses alliés .....	61
Marécage des questions relou.....	81
Ils ont survécu .....	93
Témoignages de survivants .....	103
Quiz: "Es-tu le prof, l'étudiant ou le médecin?" .....	119
Remerciements.....	125
Tu veux en savoir plus?.....	127



# Avant-propos

**Quel est le but de ce guide ?** Apporter quelques informations ou quelques idées pour t'aider, cher lecteur aventurier du sexe, à mener à bien ta quête.

**Mais c'est quoi la quête ?** L'épanouissement et le bien-être sexuel, bien sûr !

**Et comment y arriver ?** En sachant que tu n'es pas seul ! Si tu as une galère, il y a souvent de fortes chances pour que quelqu'un l'ai connue avant toi. Ce guide est bourré de témoignages, de conseils et d'alliés potentiels... autant de pistes pour t'aider à apprivoiser et trouver ta sexualité.

**Et ça ressemble à quoi, la sexualité ?** On va pas te faire un dessin ! (en fait si, on en fait plusieurs même)

**Il faut être étudiant pour le lire ?** C'est plus adapté au ton général du guide, mais en fait tout le monde peut le lire. Tu peux donc le laisser traîner dans le salon pour que ton coloc' ou que ton amoureux/se tombe nonchalamment dessus.



# Préface

Par Lorène Lavocat et Dania Kaddur, créatrices de l'émission "Les Fesses à l'Air" sur Radio Campus Paris.

Pour la plupart d'entre nous, l'arrivée à la fac ne signifie pas (uniquement) entrée dans l'enseignement supérieur. Fin du lycée rime surtout avec liberté! Plus d'autorité parentale ni de conseiller principal d'éducation. Finies les négociations interminables avec les parents pour avoir l'autorisation de sortir, finies les excuses bidon pour justifier d'un retour au foyer un peu trop matinal! Dans le monde des étudiants, un BTS ressemble plus à un **Bulletin de Teufeur Sexy** qu'à un Brevet de Technicien Supérieur.

Mais ce nouvel univers foisonnant comporte une zone d'ombre, touffue, luxuriante, attirante et angoissante. **La sexualité.** Dans cette jungle encore très vierge, nous, étudiants-pionniers, nous trouvons bien démunis, avec le porno comme seule boussole et les cours de prévention contre les Infections Sexuellement Transmissibles comme unique guide. Heureusement, il y a Flore. Avec son Guide de Survie Sexuelle, notre botaniste du sexe vient à la rescousse de tous les curieux égarés en lisière de cette forêt extraordinaire, quels que soit le genre, l'orientation sexuelle, la ville étudiante ou le budget. Et tandis que sa compagne d'aventure Guenièvre, mercenaire des couleurs, épéiste du pinceau, nous trace le chemin du bonheur, Flore nous prend par la main pour mieux prendre notre pied. Si vous aussi vous ressentez ce mélange subtil d'isolement et de curiosité, ce guide est fait pour vous!

Parce que plus que jamais, il faut parler de sexualité! Ou plutôt des sexualités. Pour ne pas tomber dans des schémas déjà construits. Pour ne pas s'enfermer dans des normes, souvent sexistes ou genrées.

Pour comprendre l'importance de la prévention des IST sans sombrer dans la psychose. Pour avoir toutes les clefs en main afin de mieux connaître son corps, ses désirs. Et pour ouvrir de nouveaux horizons, défricher des chemins et s'amuser.

Et ce petit guide vous propose tout ça à la fois. Surtout, il répond de manière multiple aux deux questions fondamentales que nous nous posons tous à l'aube de notre vie sexuelle : suis-je normal ? Comment faut-il faire ?

Comme Flore et Guenièvre, il existe de nombreux sherpas de l'érotisme, des défricheurs qui aiment à partager leur passion amazonienne. À Radio Campus, nous avons ainsi créé il y a deux ans une émission, **Les Fesses à l'air**, pour parler de cul et de tout ce qui aiguise notre curiosité. Le polyamour, le BDSM, les homosexualités. C'est pourquoi nous avons eu envie de soutenir ce guide. Parce qu'il se penche sur une période de la vie (sexuelle) pleine de rebondissements, d'intrigues et de découvertes.

Parce qu'il vient lui aussi faire sauter les serrures et ouvrir de nouvelles portes.