



# Y a-t-il un âge pour faire l'amour?

«J'aimerais savoir à partir de quel âge on peut avoir ses premières relations sexuelles.»  
**Pascaline, Montreux**

Il est difficile de donner un âge idéal pour la première relation sexuelle. Selon les statistiques, la moyenne des jeunes Suisses ont leur première relation sexuelle entre 17 et 18 ans, mais il ne faut pas tomber dans le piège de se sentir anormal si on l'a fait avant ou après cet âge. Nous sommes tous différents et en sexualité comme dans d'autres domaines chacun se développe à son rythme et en fonction de ses expériences. Le corps a une multitude de zones érogènes, et faire l'amour ne se résume pas à la pénétration. Il est bon d'apprendre à se connaître, découvrir les caresses qui nous excitent sexuellement, en par-



ler ensemble, connaître le corps de l'autre, se caresser mutuellement, se montrer nus, apprendre à mettre un préservatif. Toutes ces étapes peuvent être vécues progressivement, en prenant le temps d'apprécier les sensations qu'elles nous procurent. Il y a tellement de choses érotiques

que l'on peut faire ensemble sans avoir l'esprit tracassé par la pénétration. Le moment venu, il est important de s'assurer que l'on ne court aucun risque de grossesse ou de transmission d'infection sexuellement transmissible. Cela demande une certaine maturité, c'est pourquoi faire l'amour peut être considéré comme un acte d'adulte. L'important est de ne pas franchir trop tôt une étape pour laquelle on ne se sent pas prêt. Etre capable de dire non, c'est aussi assumer un vrai oui.

Envoyez vos questions à nos spécialistes par SMS en envoyant QUESTION suivi de votre texte au numéro 2020 (20 ct./SMS) ou par e-mail à [questions@20minutes.ch](mailto:questions@20minutes.ch)