



VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE

Matériel :

- 1 carte présentation des 5 thèmes.
- 11 cartes de phrases « Affirmations », « Questions ».
- Des cartes « Oui », « Non », « Ne sait pas ».
- 1 boîte urne.
- 2 planches anatomiques : appareil génital masculin et féminin
- 1 planche des zones érogènes
- Des animateurs.

Mise en place :

Mettre l'urne au centre de la table et les cartes retournées.
Distribuer une carte « OUI », « Non », « Ne sait pas » par participant.

Déroulement :

A tour de rôle, chaque personne tire une carte et choisit la phrase dont il a envie de discuter avec le groupe.

Il lit la phrase à haute voix et les autres participants doivent insérer dans l'urne : « OUI », s'ils sont d'accord avec l'affirmation / question.
« Non », s'ils ne sont pas d'accord.
« Ne sait pas ».

Lorsque tous ont inséré leur réponse dans l'urne, l'animateur récupère les cartes et partage les réponses avec le groupe.

Les participants sont invités à exprimer leurs idées avec le groupe et l'animateur favorise l'expression et gère le temps de parole.

Puis c'est au tour d'un autre participant de partager une question/ affirmation et ainsi de suite.

OUI

NON

ne sait pas

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Pratiques sexuelles



Idées reçues / en pratique



Relation à son corps



Relation aux partenaires



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Un rapport sexuel peut être comparé en terme d'effort à la montée d'un escalier de deux étages à bon rythme



Echanger une photo ou une vidéo à caractère sexuel sur les réseaux sociaux comporte un risque



Le désir du partenaire n'est plus le même depuis l'annonce du diagnostic



Certains médicaments peuvent nuire à la fonction sexuelle



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Les traitements diminuent le désir



Mettre un préservatif peut faire diminuer l'érection



L'excision a un effet négatif sur la sexualité



Les personnes incapables de pénétrer leur partenaire peuvent employer leurs doigts, leurs mains, ou des jouets sexuels (sex toys)



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



La maladie chronique rend moins désirable qu'avant



Etre amoureux/amoureuse est « interdit » quand on est malade



C'est dangereux de prendre des substances psycho-actives lors des rapports sexuels



Quel que soit l'âge, on peut garder une bonne libido



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Quand on rencontre quelqu'un, il est difficile d'aller plus loin dans la relation



En vieillissant, la sexualité évolue et le corps aussi (ménopause/andropause)



Il existe DES sexualités :

- Sexualité affective/amoureuse
- Sexualité tarifée
- Sexualité récréative
- Etc.....



Les traitements peuvent entraîner des problèmes d'érection et une sécheresse vaginale



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Il est parfois difficile de proposer le port du préservatif



Se masturber est-il mauvais pour la santé ?



Peut-on être heureux sans avoir de relation sexuelle ?



L'utilisation de jouets sexuels (sex toys) peut être un moyen d'avoir du plaisir avec ou sans partenaire



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Imposer des limites dans les relations affectives et sexuelles est un droit



Il est possible d'avoir des partenaires de sexe différent



Les préliminaires ou l'acte sexuel peuvent être douloureux



Consommer des substances psychoactives (alcool, MDMA, etc....) peut entraîner un risque d'avoir des relations sexuelles non consenties



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Y a-t-il une sexualité « normale » et des sexualités « anormales » ?



Nous avons tous les mêmes zones érogènes



Les questions sur la sexualité n'intéressent pas le médecin ni l'équipe soignante



La pénétration anale, vaginale ou buccale sans préservatif sont des activités sexuelles à risque élevé de transmission (VIH, IST; hépatites...)



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



La pornographie ne reflète pas une sexualité réelle car elle est scénarisée



Communiquer avec son partenaire sur ses envies, les pratiques qui nous plaisent ou nous plaisent moins est important pour être épanoui(e)



La sexualité n'est plus intéressante et/ou agréable quand on vit avec une maladie chronique



L'anxiété, la dépression et la perte de l'estime de soi peuvent nuire à l'épanouissement sexuel



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Le désir, le plaisir et l'orgasme sont des éléments essentiels pour une bonne sexualité



Les violences sexuelles sont des actes à caractère sexuel, avec ou sans contact physique, commis par un ou plusieurs individus, avec violence, contrainte, menace ou surprise, c'est à dire sans le consentement de la personne visée



Maintenir une vie sexuelle et affective satisfaisante est possible



Vivre avec une maladie chronique rend difficile une vie sexuelle épanouie



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



La sexualité peut être perturbée par les effets secondaires des médicaments, les complications de la maladie et l'image de soi



Pour s'adapter aux capacités changeantes du corps, il est toujours possible d'essayer différentes positions



Le genre, le sexe et la sexualité sont 3 notions dissociées



Explorer la sexualité et la sensualité grâce aux cinq sens est un plus



Question libre...

VIE SEXUELLE ET AFFECTIVE



Pour conserver une relation épanouie, il est essentiel de communiquer avec son partenaire sur ses difficultés



Parfois, la sexualité peut être perçue comme « sale »



Est-il possible de maintenir une sexualité sans aggraver les lésions existantes ?



C'est impossible d'envisager une maternité/paternité depuis l'annonce du diagnostic



Question libre...