

Dossier : « sexe et handicap visuel »

Centre de Transcription et d'Édition en Braille : actualités littéraire, livres jeunesse en relief, magazines, carte de visite, signalétique et relevés bancaires en braille. **Juillet 2021.**

www.cteb.fr

Tel : 05 61 57 95 89

Courriel : contact@cteb.fr

Sommaire.

1	Préambule :	2
2	Pourquoi ce dossier ?	3
3	Quelques constats.	4
3.1	Article de Francois Crochon, sexologue et directeur du CeRHes	5
3.1.1	Agir sur les représentations péjoratives de l'entourage et des professionnels de l'accompagnement et du soin.....	6
3.1.2	À la fois semblable et singulier.....	6
3.2	«Faire rimer sexualité et cécité» : interview de Monia Hayot-Richardson, sexologue et psychothérapeute aveugle	8
3.3	Article : « Comment vit-on sa sexualité quand on est aveugle ou malvoyant(e). Nos témoins se confient ».....	13
3.3.1	Paternalisme et déssexualisation dans le regard des valides.....	13
3.3.2	On peut découvrir et connaître le corps de l'autre sans le voir.	14
3.3.3	Comme la cuisine, le sexe fait appel à l'intégralité des sens.	15
3.3.4	Certaines personnes se tournent vers l'accompagnement sexuel tarifé.	15
4	Des acteurs et des solutions qui changent.	17
4.1	« Sexe et littérature » : le mot de la directrice du CTEB.	17
4.2	Interview de Vincent Body Expert pour son livre « L'art de baiser » : un manuel polémique transcrit en braille.....	19
4.3	Interview : découvrez le porno audio et inclusif de VOXXX.org et participez à l'écriture d'épisode !.....	25
4.4	Un jeu coquin : interview d'Alix Moujeard.....	28
4.5	« La connaissance de son corps » : article de Lou Poll, sage-femme et fondateur de Korpo Real.....	31
5	Conclusions :	34
6	Ressources diverses :	35

1 Préambule :

« Sexe et handicap visuel ». Voilà un titre impressionnant tant celui-ci touche à deux domaines terriblement intimes, parfois mal définis et personnels. La sexualité et le handicap, c'est un double tabou. Deux sujets qui sont aussi vastes et pluriels que le nombre de personnes pour les vivre. Comment faire alors pour en parler, posément, intelligemment, sans heurter les susceptibilités et les croyances de chacun ?

Peut-être en osant juste commencer ?

Alors ce dossier ne sera pas absolu, pas exhaustif, ne pourra représenter tout le monde ni rendre la diversité de la problématique et ne restera qu'un essai, un modeste début. Car oser, avancer d'un pas, débiter, suffit souvent à mettre en place une nouvelle dynamique, des échanges, de nouvelles réactions et interactions face à nos émois et freins. Je souhaite que cette phrase soit aussi le sentiment qui conclura la lecture de ce document. Et pour dire vrai, cela s'est déjà vérifié pendant toute la préparation de ce dossier. Chaque pas en avant, même petit, à rencontrer sa marche, son univers et son aide. Un chaleureux merci à tous les intervenants et à tous ceux et celles qui m'ont apporté leur lumière, leur expérience et leur disponibilité. Le monde associatif est une belle chose, une force ramifiée au service des autres...alors sachez l'utiliser et aller à sa rencontre pour votre propre bien-être. Bonne lecture.

2 Pourquoi ce dossier ?

Au commencement, il y a eu la volonté de l'équipe du CTEB de balayer certains clichés, de se libérer. Une librairie en ligne et spécialisée comme la nôtre est avant tout généraliste. Elle se doit d'accueillir un maximum de sensibilités et d'être au fil du temps de plus en plus éclectique, moderne, pour que chacun y trouve sa place et sa lecture. Alors en même temps que d'éditer [plus de livres jeunesse en braille](#) pour les petits et les adolescents nous avons voulu commencer à adapter de la [littérature érotique](#).

Lien vers les livres en braille jeunesse :

<https://bit.ly/3hkPgKf>

Lien vers les livres en braille érotiques :

<https://bit.ly/3wTZLe0>

Celle-ci a fait des émules, des auteurs sont venus à nous, notre ligne éditoriale s'est orientée. **L'actualité littéraire du CTEB a donc pris quelques couleurs rougeoyantes** . Et puisque le CTEB adapte des livres sur le sujet, il en défend donc déjà implicitement certaines valeurs. **Mais en tant qu'association il peut être intéressant d'accompagner cette politique et cette proposition de « décomplexage » en faveur des déficients visuels de plus de contenus, de pédagogie, d'explications.**

Pourquoi pas s'engager et réunir aussi quelques alternatives du moment sur les questions que posent cet érotisme, ce porno, ce désir, ce corps, cette sexualité que nous rencontrons tous.

Tout le monde a des problèmes dans sa sexualité et avec son corps. Que l'on soit aveugle ou non. Cela n'est pas la condition. Mais le parcours de vie qu'impose parfois la déficience visuelle dans notre société avec ses institutions dès le plus jeune âge, avec l'entourage des différents professionnels médicaux ou paramédicaux, le regard des autres, le manque de dialogue dans les familles, le manque d'accès à une information adaptée et trop souvent numérique, ... peut faire naître des freins, des dysfonctionnements, des traumatismes particuliers.

Puisque c'est un sujet sensible et qui fait réagir chacun différemment, puisque notre société semble en ce moment buter sur ses propres anomalies et tabous autour du sexe et qu'elle cherche ses réponses (le harcèlement sexuel, le droit à l'égalité des femmes, la violence sexuelle sur personnes handicapées, la pédophilie, le viol, le porno féminin contre celui exclusivement masculin, la réhabilitation du plaisir via le développement personnel, l'accessibilité des handicapés à la santé sexuelle, la légalisation de l'accompagnement sexuel, etc.), nous avons eu aussi envie d'en parler et d'approfondir nos connaissances par ce biais !

Il n'y a cependant pas de vérité universelle, nos paradigmes évoluent avec nous et se renouvellent, au gré des consciences, des savoirs et de la créativité militante de certains. Sans pouvoir être exhaustif, c'est de ces nouvelles idées et de ces gens créatifs que nous avons voulu parler. Mieux, nous leur avons laissé la parole. Ils auront raison ou ils auront tort mais vous aurez au moins eu accès à leurs informations. Vous saurez que l'on peut faire, vivre ou voir sa sexualité et son handicap différemment. Ne vous mettez pas la pression, laissez-vous juste peu à peu inspirer...

3 Quelques constats.

Le sexe a souvent été observé par la lucarne du vice et comparé à un fruit défendu, certes sucré et appétissant mais nous détournant de notre vrai bonheur. Puis il a récemment connu de nouvelles heures de glorification avec l'expansion des nouvelles technologies et de l'internet. La sexualisation des choses et la pornographie souvent vénales ont donné à la sexualité et à nos esprits un penchant pour la compétition, la comparaison et l'addiction. Depuis quelques années, des mutations opèrent à nouveaux. La sexualité se voit enfin remise au centre d'un concept vieux comme le monde : la santé ! Le concept de « santé sexuelle » projette enfin et peu à peu la sexualité dans une ère où plaisir, expérience, consentement et déculpabilisation rimeraient avec hygiène de vie. Francois Crochon pose dans cet article le lexique et les constats de notre temps.

3.1 Article de Francois Crochon, sexologue et directeur du CeRHes.



François Crochon est sexologue clinicien, psychothérapeute formé à la thérapie familiale systémique, psychomotricien D.E., détenteur d'une AEU Basse Vision. Mais il est également formateur et directeur du CeRHes France ([Centre Ressources Handicaps et Sexualités](https://cerhes.org/)), une association qui œuvre pour la promotion de la santé sexuelle des personnes en situation de handicap. Toutes les ressources, guides, articles et formation du CeRHés sur leur site internet : <https://cerhes.org/>

« Il est des rencontres singulières.

À l'occasion du **festival tHe place to BE, L'illusion de l'(a)normalité**, j'ai eu l'occasion d'interviewer **Jean-Pierre Brouillaud**, écrivain-voyageur aveugle et **Nicolas Linder**, handi-routard présentant à la fois une Basse Vision et un spina bifida¹. Au-delà des discours convenus, leurs témoignages s'extirpent du pathos habituel pour nous faire partager leurs manières subtiles d'être au monde et Nicolas Linder évoque en particulier un concept qui lui est cher : le **révalisme**², à la croisée du rêve et du réalisme. Quelle belle définition de la sexualité...

En tant que sexologue clinicien, je rencontre assez fréquemment des personnes aveugles ou déficientes visuelles (ainsi que des professionnels travaillant à leurs côtés) autour de problématiques liées à la **santé sexuelle**.

Au-delà d'une acception froidement médicale que ce terme pourrait inspirer de prime abord, le concept de santé sexuelle renvoie, dans une approche intégrative, à la notion « **d'équilibre physique, émotionnel, mental et sociétal relié à la sexualité** » qui ne saurait pas se réduire « à l'absence de maladies, de dysfonctions ou d'infirmité » [OMS 2002]. Ainsi, la santé sexuelle est à considérer au même titre que la santé globale, comme une ressource au service des individus pour parvenir à un état d'épanouissement et de bien-être dans leur existence [Charte d'Ottawa 1986].

Les droits sexuels qui en découlent, doivent être promus et mis à disposition de toutes personnes dites valides ou dites en situation de handicap qui rencontreraient des obstacles supplémentaires du fait d'une déficience visuelle, par exemple :

- le droit de jouir du meilleur état de santé sexuelle possible grâce notamment à **l'accès à des services médicaux spécialisés** en matière de santé sexuelle et de reproduction.
- le droit de demander, d'obtenir et de transmettre des **informations ayant trait à la sexualité**.
- le droit à une **éducation sexuelle**.
- le droit au **respect de son intégrité physique**.
- le droit au **choix de son partenaire**.
- le droit de décider **d'avoir une vie sexuelle active ou non**.
- le droit à des **relations sexuelles et à un mariage sans coercition**.
- le droit de décider **d'avoir ou de ne pas avoir des enfants**, au moment de son choix.
- le droit d'avoir une vie sexuelle satisfaisante, agréable et **sans risque**.

¹ [\(386\) Soirée du 16 avril 2021 - Voyages et illusions - YouTube](#)

² [\(386\) CONFERENCE - NICOLAS LINDER - Des aventures médicales, aux grandes aventures ! - 3/8 - YouTube](#)

Afin de permettre à tous et toutes d'accéder à ces droits sexuels, il s'agit de **garantir l'accessibilité aux ressources et aux dispositifs en santé sexuelle**. Pour y parvenir, nous évoquerons rapidement 2 points essentiels sur lesquels nous pouvons agir collectivement :

1. Agir sur les représentations péjoratives de **l'entourage et des professionnels** de l'accompagnement et du soin.
2. Faciliter **l'accès à la littéracie** (déf : « aptitude à comprendre et à utiliser l'information écrite dans la vie courante, à la maison, au travail et dans la collectivité en vue d'atteindre des buts personnels et d'étendre ses connaissances et ses capacités ») en santé sexuelle.

3.1.1 Agir sur les représentations péjoratives de l'entourage et des professionnels de l'accompagnement et du soin.

On n'est pas handicapé, on est en situation de handicap, lorsque l'on rencontre, dans son environnement, des obstacles ou des freins à la réalisation de ses choix de vie. Et bien avant l'aménagement de l'espace ou de l'ergonomie, ce sont les préjugés limitants de l'entourage et/ou des professionnels de l'accompagnement et du soin qui vulnérabilisent et surhandicapent les personnes avec des besoins spécifiques. **Des représentations** délétères autour de la vie intime, affective et sexuelle des personnes en situation de handicap visuel restent encore beaucoup trop prégnantes en ce début de XXIème siècle :

- immaturité,
- incapacité / vulnérabilité de fait,
- débordement pulsionnel,
- infantilisation,
- tendance à n'envisager la sexualité qu'à travers le spectre des problèmes,
- risques ou danger,
- tentative de normalisation autour de standards validistes,
- etc.

Toutes ces contre-attitudes témoignent d'une **méconnaissance** et d'une attitude réductrice visant à catégoriser un ensemble d'individus via une approche déféctologique.

3.1.2 À la fois semblable et singulier.

Bien évidemment, il n'existe pas UNE sexualité de la personne en situation de handicap visuel. Tout comme chaque être est unique en son genre, le handicap d'une personne n'est finalement dans sa sexualité que l'expression d'une facette supplémentaire de son individualité.

Dans le cabinet du sexologue, ce sont à la fois des problématiques communes à tous et toutes, mais aussi parfois certaines singulières que peuvent exprimer **des hommes, des femmes ou des couples concernés par la déficience visuelle**.

Que le handicap visuel soit congénital, évolutif ou acquis, sont alors fréquemment évoquées des préoccupations liées à **l'estime de soi, à l'expression de son désir et à la rencontre de l'autre**, qui sont souvent la conséquence d'une éducation et/ou d'une information à la sexualité qui a fait défaut. Que ce soit dans le cadre du colloque singulier ou de groupes d'expression autour de la vie affective et sexuelle, nous observons alors le besoin, enfin exprimé par les personnes, de mieux comprendre les enjeux de la sexualité, de trouver des interlocuteurs-trices pertinent-es, et d'avoir accès à des ressources adaptées en santé sexuelle.

-Il s'agit alors de soutenir l'accès à la littéracie en santé sexuelle.

Selon la définition de Sørensen³ : « La littératie en santé implique les connaissances, la motivation et les compétences des personnes pour accéder, comprendre, évaluer et appliquer l'information sur la santé afin de porter des jugements, de prendre des décisions dans la vie quotidienne concernant les soins de santé, la prévention et la promotion de la santé pour maintenir ou améliorer la qualité de vie tout au long de la vie.

Rendre accessible ces informations au plus grand nombre est bien entendu essentiel et le Centre de Transcription et d'Édition en Braille y participe activement avec ce dossier thématique⁴.

Engageons-nous donc ensemble dans cette démarche visant à intégrer la sexualité comme vecteur incontournable de santé et à renforcer l'empowerment des personnes en situation de handicap visuel.

Car libérer la parole, c'est libérer la pensée... »

³ Sørensen K, Van den Brouckje S; Fullam J et al. Health literacy and public health : A systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health. 2012;12;80. doi:10.1186/1471-2458-12-30, D'après la présentation de Sandrine HANNECART, Chargé de projets et d'ingénierie en promotion de la santé, IREPS Nouvelle-Aquitaine, Antenne de la Gironde, s.hannecart@irepsna.org, lors de la Plénière CoActis Santé, le 23 mars : Littératie en santé : quels enjeux, quelles solutions ?

⁴ Voir également *Ma sexualité pour comprendre*, 4 court-métrages d'animation en audio description de Santé Publique France conçue en collaboration avec le CeRHeS®, le Planning Familial et Médecins du Monde, en téléchargement libre : [4 vidéos accessibles à tous pour aborder la sexualité - Centre Ressources Handicaps et Sexualités® \(CeRHeS® France\)](#)

3.2 «Faire rimer sexualité et cécité» : interview de Monia Hayot-Richardson, sexologue et psychothérapeute aveugle.

Elle a vu. Puis elle n'a plus vu. Après avoir retrouvé son chemin intérieur, elle aide encore et différemment les autres à saisir le leur. Monia Hayot-Richardson est sexologue et psychothérapeute. Elle n'accepte plus de nouveau patient mais témoigne généreusement pour le CTEB de son expérience autour de la question : comment sexualité et cécité riment-ils ensemble ?

L'histoire d'une femme-lagon.

La photo portrait de Monia Hayot-Richardson « J'ai un lagon bleu au fond des yeux ...Une vie toute colorée à l'intérieur ». Je m'appelle Monia et j'ai eu un accident de la voie publique à 30 ans. Il m'a occasionné un traumatisme crânien. Outre les fractures du crâne, les dégâts auditifs et cognitifs, mes aires visuelles ont été touchées . De « voyante », je suis devenue « borgne ». Cela a continué à dégénérer et j'ai perdu la vision restante... 10 ans après ! Les médecins de l'hôpital parisien, avec leur diplomatie habituelle, m'ont annoncé une cécité corticale bilatérale définitive. Lorsque j'ai perdu complètement la lumière, je me suis enfouie en moi, puis je me suis demandé si je voulais vivre ou mourir... J'ai choisi la vie et ne suis jamais revenue sur cette décision. Ce choix pris, il fallait « faire avec » ... Ce qui revient à accepter de « faire sans » ! Par exemple, 2 grandes pertes ont fait jour en moi : les livres et la voiture. Chacune étant une source de connaissance et de liberté pour moi. Puisque les lumières et les couleurs étaient bien présentes en moi, je devais me débrouiller avec cela ! Mes perceptions se sont modifiées et leur stabilisation a demandé 3 ans...

– Il me fallait sortir du NOIR.

Après l'annonce de « la lumière ne reviendra pas », il y a eu l'apprentissage d'une nouvelle locomotion avec la canne blanche, d'une nouvelle lecture avec le braille et d'un nouveau partenaire avec un chien guide. Il a fallu se battre donc ! J'ai eu du mal à sortir de chez moi et à prendre une canne blanche, je l'avoue ! J'ai cependant appris le braille dès la malvoyance. Plus tard, devenue aveugle, sa lecture est devenue complètement différente pour moi au niveau du toucher. Preuve de l'évolution de nos sens et de nos perceptions. Personnellement, j'ai gardé mon écriture « en noir » car elle me permet de faire travailler ma mémoire qui était très visuelle. Je récupère le texte que je mets en page pour m'en souvenir. J'ai toujours beaucoup lu. J'ai donc aussi fait appel aux donneurs de voix pour écouter des livres. Les livres à ma disposition m'ont vite paru bien littéraires, sans originalité ni érotisme. Croyait-on alors que la littérature érotique était inutile à l'aveugle ? Son accès pour moi s'est fait par les livres audios et l'écoute de films en audio-description. Ces personnes qui donnent leur voix ne s'imaginent pas les impacts et bienfaits, l'utilité qu'elles apportent. Je lis de nouveau énormément car l'offre de lecture s'est bien développée en braille comme en audio.

– S'adapter intérieurement ...aussi !

Heureusement que j'avais vécu 10 ans en Polynésie jusqu'en 1995. La philosophie de vie tahitienne m'a aidé à rebondir . « Tu vois pas du tout ? Tu as sans doute quelque chose à faire avec cela ! » J'ai effectué une rééducation cognitive corporelle et mentale, appris à accepter mon état, même si ce n'est pas encore complètement « digéré ». Pour cela il a fallu que je me rencontre à nouveau, que je redevienne accessible à moi-même... pour l'être aux autres. Dans les difficultés à relever, sentir le regard des autres alors qu'ils ne parlent qu'à

mon accompagnateur et non à moi est un exemple. Je me disais « je ne suis pas sourde vous savez ! ». Et je fuyais. Maintenant je crois que c'est à la personne aveugle ou mal-voyante d'aller vers les autres. Les personnes sont trop mal à l'aise face au handicap pour qu'ils nous abordent. Une fois mis en confiance, là ils re-proposent leur aide (même si, comme dans l'exemple de traverser une rue, on ne demande parfois rien). Sans que moi je n'intervienne, sans que je ne parle... comment un voyant peut-il faire alors pour aborder une personne en situation de handicap ?

L'écoute de ses besoins.

– Cela ne m'allait pas, cela ne me suffisait pas.

Je ne voulais pas être assistée. Je voulais travailler. J'avais déjà un cursus en psychologie et sophrologie et la relation d'aide était déjà une volonté. J'ai eu envie de reprendre mes études de psychologie clinique jusqu'au doctorat. Puis de continuer avec un Diplôme Universitaire de sexologie.

– Résilience.

J'ai donc décidé de devenir psychologue et sexologue car ces disciplines sont la vie ! On m'a gentiment dit : « tu ne pourras pas ! ». Et pourtant ... j'ai posé ma candidature et j'ai été acceptée à l'université de Paris ! Ça n'a pas été simple d'avoir accès aux documents et aux archives. Mais le personnel des bibliothèques et le numérique aident beaucoup. J'ai dû et j'ai pu chercher, écouter, rédiger, rester dans la vie. J'ai donc créé un cabinet en libérale. Dès lors je reprenais une place « inter-active ».

– L'étude des sens.

L'enseignement proposé à l'université s'appuyait parfois sur des tests à l'aveugle pour apprécier les effluves et les frôlements, faire l'expérience de sa propre sensualité... En tant qu'aveugle, j'ai beaucoup ri. Et je n'ai pas manqué de signaler ce que je percevais bien avant les autres : la chaleur corporelle qui monte, des odeurs qui se déploient, des voix qui se modulent ... Chacun avait son univers mais ensemble c'était bien. Mais on me parlait encore sans me regarder, juste comme ça. Je m'apercevais que je n'étais même plus une femme « sexuée » aux yeux des autres. J'ai réfléchi à comment cela m'impactait, à mon besoin de séduire. Avant, j'étais libre sur ce thème-là. Mais comment faire puisque je ne pouvais pas me voir ? J'ai profité de mes études pour écrire sur ce thème : être aveugle ne veut pas dire n'être plus sexualisé. On utilise seulement d'autres codes et d'autres sens dans l'approche de l'autre.

Sexualité et cécité.

– L'intimité : « ça ne se parle pas et ça ne se voit pas ! »

En tant que sexologue je reçois des femmes qui ne connaissent pas leur corps ni leur intimité. C'est une grande difficulté quand on est aveugle. Il y a parfois également de la part des hommes une grande méconnaissance du corps féminin. Il peut en résulter une forme de brusquerie dans l'approche des femmes et dans les demandes qui leur sont faites. Ces expériences négatives instaurent alors un recul face à la sexualité et plus généralement face à l'érotisme. Réciproquement, les femmes ne connaissent pas l'appareil génital masculin. Le toucher, le sentir et l'embrasser paraît impossible. Face à la fellation j'entends « ça ne se fait pas ». Si l'homme insiste, une forme d'agression peut-être ressentie et perdurer sur le long terme. Le jour où elles tombent réellement amoureuses, ces femmes sont poussées par leur blocage à vivre une relation platonique. C'est à ce moment-là seulement qu'elles éprouvent le besoin de venir consulter et d'oser en parler. Il faut se connaître, s'accepter et se plaire

avant de pouvoir plaire aux autres. C'est essentiel de se séduire pour séduire, d'érotiser les choses et la vie. Avant d'en venir à la sexualité génitale, avant d'expliquer le « coït », il y a des tas de messages à faire passer. La sexualité est comme un éventail où le fantasme, la sensualité, l'érotisme, le toucher, la voix et l'approche de l'autre sont à déployer.

– **Prendre conscience de sa sensualité.**

Que connaît-on de soi vraiment et a-t-on conscience de sa sensualité ? Comment fait-on pour aborder l'autre naturellement puis sexuellement ? Dès le plus jeune âge l'enfant se touche, « naturellement », sans peur. Si c'est interdit par les adultes il ne saura plus comment exprimer les envies qu'il ressent. Si on lui apprend comment on fait, avec une notion de pudeur essentielle, il trouvera dans cette liberté respectueuse la possibilité de se découvrir et donc indirectement le plaisir sans peur d'approcher l'autre, qui a aussi un corps. À nous de redécouvrir cette liberté.

– **L'érotisme : un question de bon sens.**

Pour les personnes aveugles et/ou qui peuvent moins bien entendre, le toucher et l'odorat doivent porter l'érotisme. Le goût est important et le sens kinesthésique (la sensation du mouvement du corps / voir note détaillée en fin d'article) développe le ressenti et le sens de ce qui nous entoure. Une grande salle renvoie les ondes sonores de la parole différemment d'une petite. Si quelqu'un s'approche, son déplacement d'air fait qu'on le sait. Puis son odeur nous renseigne sur sa personnalité. La main tendue fait le lien et poursuit la découverte sensitive et sensuelle de l'autre. Pour l'intime, la peau est tout un univers à découvrir. Par exemple, faire un peau à peau avec un bébé est essentiel, n'est-ce pas ? Ce n'est pas érotique, c'est éveiller le sensoriel. Cela s'apprend par le vécu, par des ateliers de découverte ou d'autres vecteurs comme la pleine conscience et la concentration. Lorsque l'on perd la vue, nos autres sens sont exacerbés. Nos sens agissent différemment. Servez-vous-en !

– **Le couple mixte voyant / non voyant.**

Lors de mes études, mon mémoire portait sur les incidences de la cécité dans un couple mixte au niveau de la sexualité. On perd la vue et on n'est plus la même personne. Beaucoup pensent être un poids pour l'autre, qui n'a pas choisi cela. On s'écarte l'un de l'autre, chacun dans ses peurs. Les peurs du handicap mais sous deux prismes différents. Il y a beaucoup de concessions et de compréhensions à mettre en place dans un couple mixte.

Personnellement, ma sexualité dans mon couple voyant / non-voyant a été bouleversée et complexe après la cécité. Les signaux visuels auxquels on est habitué n'existent plus. Et la possibilité d'en envoyer sans retour est difficile à vivre, provoquant un vide, une absence de sens. Si le couple a pratiqué ses fantasmes avant c'est mieux. Mais pour nombres d'entre eux, ils ne veulent plus rien dire. Il faut repartir en solitaire et les réinventer puis les passer à l'autre. Et là non plus ce n'est pas simple !

– **La cécité contre la peur du jugement.**

Lors de mes consultations, j'écoute et accueille les souffrances des autres, leurs douleurs et leurs méconnaissances de la sexualité. J'ai appris par mes patients qu'il est plus facile d'avoir une thérapeute aveugle car elle « juge moins et n'a pas d'a priori ». Ce qui « permet de plus facilement confier ses secrets et son intimité ». Je n'en avais pas conscience avant. Très vite, après quelques séances, ces même patients me disaient même que je voyais mieux qu'eux et d'une autre façon. Cela montre le poids du visuel sur notre propre jugement. Son absence peut également libérer dans le domaine sexuel comme dans d'autres secteurs de la vie.

– **L'érotisme, ça commence par la pensée.**

On peut l'observer dans une période comme celle que nous vivons actuellement. Quand on est confiné, que l'on ne voit plus les autres, le silence peut devenir érotique, l'absence aussi, le vent une sensation charnelle consciente. Comme toute chose à laquelle on attribue un désir et un fantasme consciemment. L'important est d'en parler, de l'exprimer, de le communiquer à son partenaire. Et comment se fait-il que les voyants fassent l'amour dans le noir? Pourquoi fermons-nous les yeux en écoutant une belle musique ou si quelque chose nous touche ? Même moi je le fais ! Cela a été une de mes interrogations majeures dans l'approche de l'érotisme et de la sensualité. Les personnes ne savaient pas me répondre ...

– Le fantasme.

Il faut prendre en compte si une personne est aveugle de naissance ou tardif, si la cécité est survenue de manière accidentelle ou non. Toute personne de ce fait est unique et c'est ce qui compte ! Comment « saisir » un fantasme si on n'a jamais vu ? Saisir un fantasme c'est se donner l'autorisation de sa pensée, sous condition qu'elle fasse réagir agréablement le corps. De cette excitation naît un désir. Dès lors qu'on le réalise ce n'est plus un fantasme. Il n'est pas à comprendre, c'est physiologique. Faut-il le communiquer ? Oui et non. Il peut nourrir à son tour la pensée et rester dans son jardin secret. Le partager doit mettre en avant les choses réalisables et non condamnables comme s'exhiber publiquement par exemple. En cas de perte de la vision, on peut « transmuter » ses fantasmes créés depuis longtemps. Les garçons ont l'avantage d'avoir souvent le même fantasme pour atteindre l'érection et l'éjaculation. Pour tous, l'important est l'apprentissage du respect de l'autre et la connaissance de soi.

– Approcher l'autre.

On parle beaucoup de l'accessibilité des choses aux non-voyants. Être « accessible » ou le devenir commence par un rapport à soi. Il est lié à la volonté de faire soi-même, d'élever son degré d'autonomie. Refuser de se faire couper sa viande, ne plus toujours donner le bras à quelqu'un, étiqueter ses vêtements, choisir des tissus soyeux et engageants, suivre un cours de maquillage, voire de relooking avec des professionnels, ... tous ces exemples reviennent à aller chercher l'accessibilité pour soi, à soi. C'est à la personne de le faire et de se plaire comme elle est. On détermine cette accessibilité soi-même.

Faites-vous évoluer.

-Réapprendre ensemble, comme on veut.

Il y a beaucoup de concessions et de compréhensions à mettre en place dans un couple et lors d'un accident, près de 70% d'entre eux ne restent pas ensemble. Cela a été mon cas. J'ai divorcé et me suis remariée à un homme plus jeune que moi de 17 ans, que je n'ai jamais vu. Que du bonheur ! J'ai eu l'opportunité de voir, alors je peux me l'imaginer à ma façon. Pour lui je ne suis pas aveugle, car j'ai voulu être la moins aveugle possible. Il oublie parfois que je ne vois pas et je suis à ses yeux une personnalité originale et vivante. Cela me demande une volonté, une adaptation, une discipline forte et constante. Mais que c'est bien quand il me dit : « tu as vu là ? » Alors je souris ... Il a eu à vivre avec moi un cancer que l'on m'a diagnostiqué et opéré mais qui reste toujours actif. Je me bats et j'essaie de casser les pinces de ce « crabe » qui m'enlèverait encore de ma personnalité et de ma vie de femme. Nous avons la force et la joie d'être vivants.

En attendant, aimez-vous et prenez soin de vous ! Bonnes vacances !

Monia Hayot-Richardson.

Liens et ressources :

Association HV2 Handivoile Avec l'association HV2 handi-voile de Saint Raphael, Monia Richardson et son mari François Suarez, éducateur spécialisé, licencié en psychologie sociale, diplômé en BP JEPS voile ont souhaité rendre accessible au plus grand nombre la pratique de la voile. Accessible à tous, naviguer sur un bateau est aujourd'hui devenu un outil thérapeutique très utile pour la psychologue. Quels que soit le handicap, les difficultés psychologiques ou physiques (obésité, anorexie, troubles du comportement, mal-être...) et dès le plus jeune âge, la voile ouvre de nouveaux horizons : retrouver des sensations de bien-être et de liberté, découvrir des éléments, développer l'autonomie, vaincre ses peurs, retrouver des repères sensoriels, sortir de l'isolement et de sa condition de personne handicapée, reprendre confiance en soi... Ils proposent une approche personnalisée de la voile. Avec des bateaux adaptés en fonction du handicap, des besoins et des envies de chacun, la pratique de la voile permet d'allier travail thérapeutique et plaisir.

Site : <https://hv2handivoile.com/>

email: hv2handivoile@gmail.com

tel: 06 33 88 64 28

Vidéo de présentation :

<https://youtu.be/eTjVRq6B2JI>

Le sens kinesthésique.

De combien de sens pouvons-nous disposer ? La vue, l'odorat, le goût, l'ouïe, le sens du toucher... et celui du mouvement, ou sens kinesthésique ! Le sixième de nos sens, très concret et non des moindre. Le sens kinesthésique n'a rien à voir avec un autre « sixième sens », plus médiatisé mais tout à fait abstrait. Pour que les voyants comprennent, tentez cette petite expérience : fermez les yeux, pliez et allongez plusieurs fois votre coude droit. Savez-vous à chaque instant du mouvement où se trouve votre avant-bras droit ? Probablement que oui. Mais comment faites-vous pour le savoir ? Pas par la vue, vos yeux étant fermés. Pas non plus par votre sens du toucher sauf si votre avant-bras frôle des objets ? Pas par votre odorat à moins que vous teniez en main quelque chose à l'odeur caractéristique. Mais votre main est vide et vous savez très précisément où elle est, ainsi que si votre avant-bras est horizontal ou vertical. Vous le savez grâce à votre sens kinesthésique, dont les capteurs sensoriels sont répartis à l'intérieur de votre corps. Par exemple, nos muscles contiennent des fuseaux neuro-musculaires qui nous informent sur l'état d'allongement de nos muscles, des organes de Golgi, situés aux jonctions musculo-tendineuses, sensibles à la tension des tendons, etc.

3.3 Article : « Comment vit-on sa sexualité quand on est aveugle ou malvoyant(e). Nos témoins se confient ».

Souvent discriminés dans leur vie sociale, nos témoins nous confient comment ils s'épanouissent dans leur vie sexuelle.

« Est-ce que vous voulez bien vous décrire, si ça ne vous dérange pas ? » J'ai quelques secondes d'hésitation. « Euh... J'ai les yeux bleus. Je mesure 1m65. J'ai les cheveux longs et clairs. – Blonds ? – Plutôt châains. Vous voulez les vêtements aussi ? » Mon interlocuteur se marre. « Juste la taille de soutien-gorge, ça suffira... Non, je plaisante ! » Je suis au téléphone avec Chris, un quadragénaire belge devenu aveugle à l'âge de 35 ans après que sa vue a décréu au fil des années. Malgré la perte de ce sens, Chris est resté très « visuel » et regarder les autres lui manque. Il demande souvent aux gens de se décrire, pour s'en faire une image mentale. C'est quelqu'un qui semble à l'aise avec la séduction et sa sexualité, tant mieux parce que je l'appelle justement pour parler de cela.

3.3.1 Paternalisme et désexualisation dans le regard des valides.

La plupart du temps, les discours à propos du sexe sont validistes. C'est-à-dire qu'ils érigent l'absence de handicap comme la norme. Sexualité et handicap, ici le handicap visuel, n'iraient pas de pair. Conséquence du pesant regard des autres : la désexualisation des personnes aveugles. André Dupras, professeur en sexologie de l'Université du Québec à Montréal, parle alors « d'angélisation de la personne handicapée ». Dans un article sur le sujet, il explique : « Par un processus assez complexe, la personne handicapée arrive à adopter un style de vie où la sexualité a été épurée ou même évacuée. Un premier mécanisme d'angélisation consiste à infantiliser la personne handicapée. [...] Un deuxième [...] à médicaliser le corps de la personne handicapée, à le transformer en un corps à soigner. » Les femmes aveugles ou malvoyantes – plus que les hommes – sont les premières touchées par cette mécanique. Dans une publication sur le sujet, un groupe de chercheuses brésiliennes confirme : « Des études indiquent que les membres de la famille et les professionnel-les de la santé nient l'existence de la sexualité chez [elles]. »

Pourtant, comme n'importe qui, les personnes aveugles désirent, fantasment, baisent. Pour Manon, 31 ans, étudiante en ergothérapie et malvoyante de naissance, cette problématique prend sa source dans les stéréotypes, conscients ou inconscients, des voyant-es. « En tant que femme dans l'espace public, je ressens un regard paternaliste sur moi. On cherche plus à m'aider qu'on ne me considère comme un être humain. Certaines déficientes visuelles refusent la canne pour se conformer aux attentes de ce que serait une femme séduisante, sans savoir exactement ce que ces attentes recouvrent. Comme on n'est pas consciente de sa propre image, on ne sait pas quelle image on renvoie », constate Manon. Elle-même s'est extraite de cette position en se mettant en couple avec un homme de sa « communauté ». « Je trouve cela plus facile, parce qu'on partage les mêmes expériences. Il est aussi déficient visuel et je n'ai pas à jouer un rôle avec lui. »

3.3.2 On peut découvrir et connaître le corps de l'autre sans le voir.

Quand la vue de Chris a commencé à baisser, il s'est renfermé sur lui-même, s'est senti « diminué » et n'avait plus de libido. Lui et sa compagne de l'époque se sont séparés. En parallèle, il a rencontré sa conjointe actuelle, Marie, sur son lieu de travail, où il forme des personnes déficientes visuelles aux nouvelles technologies. Marie est malvoyante de naissance. Cette rencontre a changé sa vie. « Elle m'a redonné confiance en moi, estime-t-il. Ensemble, on explore pas mal de choses. On communique énormément, ce qui manque souvent dans les couples, qu'ils soient porteurs de handicap ou non. »

Marie, 38 ans, est du même avis : « On peut découvrir et connaître le corps de l'autre sans le voir. Je n'ai pas l'impression que la déficience visuelle influence notre vie sexuelle. Ça ne nous empêche pas de prendre notre pied ! » Monique Richardson-Hayot, sexologue aveugle basée dans le Finistère, confirme : les personnes malvoyantes qui la consultent ne viennent pas pour parler de leur cécité mais de « problématiques similaires à celles des voyant·e·s à propos de leur sexualité, c'est-à-dire liées à la pudeur, à la communication, à la difficulté de s'ouvrir à l'autre », précise-t-elle. Certains des patients voyants de la sexologue lui disent qu'ils la consultent parce qu'ils se sentent plus tranquilles avec quelqu'un de non-voyant : « Dans ce cadre, les personnes ont plus de facilité à s'exprimer sans se sentir jugées. Cela a amené quelque chose de positif dans ma profession. » Quelqu'un lui a même fait ce compliment : « Vous voyez mieux mes problèmes que les autres. »

Chris, le quadra belge, suggère aussi, qu'au lit, être aveugle peut rassurer quant à la pression sur l'apparence. « Cela peut mettre à l'aise. Les femmes n'ont pas la gêne du regard que je peux porter sur elles. Je ne vais pas voir les microdéfauts ni les vergetures », s'amuse-t-il. Ça, c'est pour les expériences appréciables. Trop souvent, le regard validiste se fait intrusif. Dans une vidéo YouTube, la militante aveugle anglaise Holly Scott-Gardner explique, à ce titre, qu'elle ne supporte plus que des inconnus se permettent de lui poser des questions sur son intimité, tout en présupposant qu'elle n'a pas de vie affective. « Le fait que je sois aveugle ne nie pas mon droit à la vie privée », dit-elle.

D'autres personnes concernées choisissent à l'inverse de partager leur vécu pour mettre à mal ces idées reçues. C'est le cas par exemple de Clayton Jacobs, artiste et producteur américain aveugle, qui assure que « les personnes aveugles sont les meilleures au lit » dans un article publié sur Medium. « Au lieu de faire circuler l'idée fausse selon laquelle "le sexe est visuel", que [...] les aveugles sont asexués ou mauvais au lit, la vérité est que le sexe est une expérience sensorielle englobante. Nous pouvons sentir avec une précision parfaite ce qui stimule un·e partenaire », écrit-il.

La sexualité s'avère, pour certaines personnes, un terrain privilégié de réappropriations corporelles. Manon confirme que le handicap visuel n'est pas un obstacle à son

épanouissement sexuel : « Au niveau de la sexualité, on arrive dans notre zone de confort, parce que le toucher est le sens primordial. C'est là que je comprends vraiment ce à quoi ressemble la personne, en touchant ses cheveux, la forme de son visage. Cela rend aussi créatif. Avec mon conjoint, on essaie souvent des choses tactiles, en utilisant un glaçon ou des massages », précise-t-elle.

3.3.3 Comme la cuisine, le sexe fait appel à l'intégralité des sens.

Léna, 31 ans, également malvoyante et qui raconte que toute son éducation sexuelle s'est faite par le toucher, remarque une différence dans les « préliminaires, la façon de prendre son temps, de toucher l'autre, qui peuvent être bâclés avec une personne voyante ». Manon ajoute : « Je dirais même que la cécité peut être un atout. Comme on n'utilise pas le langage non-verbal, on doit être davantage dans le dialogue. Dans une société oppressante au niveau visuel, c'est libérateur. »

Lionel, claviériste dans un groupe de rock de 43 ans et malvoyant, explique que le sexe est pour lui une des rares activités, « avec peut-être la cuisine », qui fait vraiment appel à l'intégralité des autres sens – toucher, ouïe, odorat, goût. « La plupart des couples ont déjà fait l'amour dans le noir, ce qui prouve que la vue n'est pas forcément utile dans ce domaine. Moi par exemple, je suis très attentif à la respiration de l'autre », remarque-t-il.

Pour lui, les difficultés ne se posent pas pendant l'acte, mais davantage au moment de la rencontre. « La phase de jeux de regards, où quelqu'un va repérer une jolie fille ou un joli garçon qui lui plaît, je ne vais pas l'avoir. Comme je n'ai pas la chance d'être Brad Pitt, les femmes ne vont pas se retourner sur moi non plus. » Son attirance pour une personne passe plutôt par les voix, les intonations et la personnalité.

Pour d'autres, c'est le hasard qui a permis de trouver un(e) partenaire. C'est ce qu'a vécu Claude, ancien agriculteur, aveugle de 85 ans. « J'étais dehors, ma canne a touché quelqu'un. Je me suis excusé. Elle m'a dit : « C'est moi qui devrais m'excuser, vous n'y voyez pas ! » Je lui ai proposé d'aller boire un café. » Le couple est resté 21 ans ensemble. Mais c'est aussi au moment de la rencontre que se cristallisent les discriminations ou les abus. Après sa séparation, Claude a fréquenté une femme qui est venue dormir chez lui. « J'ai passé un bon moment, mais elle m'a volé 500 euros. Voilà ma seule aventure », regrette-t-il.

3.3.4 Certaines personnes se tournent vers l'accompagnement sexuel tarifé.

De son côté, Cédric, 38 ans, explique se sentir rejeté en tant qu'homme malvoyant, y compris sur les sites de rencontres. « Quand j'annonce la couleur, les femmes ne veulent pas donner suite. Donc ça ne va pas plus loin que les discussions virtuelles. » Devant cet obstacle de la rencontre, certains choisissent de faire appel à des escorts ou se tournent vers

l'accompagnement sexuel, soit des services sexuels tarifés à destination des personnes en situation de handicap.

C'est justement le cas de Lionel, le claviériste. Celui-ci a sollicité [l'Association pour la promotion de l'accompagnement sexuel \(Appas\)](#), parce que son célibat lui pesait après s'être séparé de son ex-compagne non-voyante. « Mon accompagnante sexuelle a été la première femme devant laquelle je me déshabillais et qui puisse me voir. Je n'étais pas très à l'aise, mais j'ai réussi à franchir ce cap. Je me dis qu'après tout, c'est possible. »

Antoine, 36 ans, a vécu sa toute « première fois » dans ce cadre. « L'accompagnante a pris le temps de m'expliquer le clitoris, les petites lèvres, en prenant ma main. Ce qui m'a le plus plu, c'est de pouvoir embrasser, caresser, lécher, et de découvrir que ce toucher apporte un autre plaisir que celui de la masturbation ou de la partie visuelle de la sexualité. Cette expérience m'a permis d'être plus à l'aise dans mon corps. » Le trentenaire aimerait désormais rencontrer quelqu'un. Et si le handicap visuel « fait peur à beaucoup de filles », il trouve qu'il reconfigure les rôles de genre. « C'est sûr que je ne serai pas le cliché du mec qui va faire du bricolage le week-end et conduire la voiture. Mais je peux offrir d'autres choses, comme de l'écoute. »

Source : article de Pauline Verduzier, publié dans le magazine NEON en octobre-novembre 2020. À retrouver sur neonmag.fr :

[Comment vit-on sa sexualité quand on est aveugle ou malvoyant·e ? Nos témoins se confient - neonmag.fr](#)

4 Des acteurs et des solutions qui changent.

4.1 « Sexe et littérature » : le mot de la directrice du CTEB.

Si la mission principale du Cteb est de **favoriser l'accès à la culture et à l'information**, nous devons de proposer à tous les lecteurs braille francophones un choix important de livres traitant d'un maximum de sujets. Après avoir développé la librairie pour les adolescents et les enfants ses dernières années, nous nous devons d'ouvrir la librairie adulte sur d'autres genres et d'autres thématiques de la vie quotidienne comme : les guides pratiques, les livres de cuisine, les livres de développement personnel etc... Et pourquoi pas la sexualité ?

Les premiers livres érotiques que nous avons édités en braille en 2016 sont la saga des [Cinquante Nuances de Grey par James E.L](#) (4 épisodes). Cette saga a remporté un vif succès, et nous nous sommes arrêtés là...

Lien vers la saga en braille :

<https://bit.ly/3whHwyb>

Puis un jour, nous avons été contactés par Vincent Body Expert qui souhaitait que les personnes aveugles puissent avoir accès à son livre sur « les techniques du sexe ». Sa proposition a soulevé bien des questions, des avis et des jugements au sein de notre comité de lecture. Mais fallait-il pour autant fermer les yeux sur un sujet aussi universel et cependant encore tabou ?

Ce côté tabou, ou encore le manque d'accès à l'information sur l'aspect anatomique de la sexualité est aussi un point de vue que partage Lou Poll, qui a pratiqué de longues années en tant que sage-femme et qui a sollicité le Cteb pour adapter des dessins en relief à destination des personnes déficientes visuelles sur l'anatomie gynécologique dans le cadre des projets de sa société KORPO REAL.

La sexualité étant un vaste domaine relié à l'intime, nous nous sommes penchés sur le sujet et avons cherché à vous proposer d'autres lectures traitant du sexe afin que chacun puisse y trouver la mélodie qui lui plaît et qui lui ressemble.

À ce jour, ce sont 9 nouveaux titres sur l'érotisme et le sexe qui ont rejoint notre librairie braille, et nous continuerons d'apporter des nouveautés dans cette thématique.

Les livres de [littérature érotique](#) (<https://bit.ly/3wTZLe0>).

La littérature érotique est un moyen de développer et de dynamiser sa libido, autrement dit de se faire du bien. Elle permet d'imaginer des situations fantasmées, de stimuler le désir, de mettre fin à la routine, etc.

En outre, beaucoup de lecteurs y trouve un moyen de se décomplexer, de débrider son esprit et dépasser les limites propres à son mental, ou à son physique.

Les personnes en situation de handicap physique, sensoriel ou psychique peuvent d'autant plus être lésées dans leur épanouissement sexuel que communiquer sur le sexe ou demander de l'aide extérieure peut être un cap difficile à franchir. La littérature érotique peut alors jouer un rôle « libérateur » dans la relation que l'on a par rapport à son corps et à l'estime de soi.

Pour argumenter ce choix éditorial, je remercie particulièrement Denis Guérin, notre chargé de communication qui a mené une véritable enquête auprès des professionnels dans le domaine de la sexualité et du handicap. Par la diversité des interviews, j'espère que les informations fournies nous aideront tous à accepter nos différences, à affirmer nos préférences et à ouvrir le champ des possibles.
Bonne lecture à toutes et à tous !

Adeline Coursant, Directrice du Cteb.

4.2 Interview de Vincent Body Expert pour son livre « L'art de baiser » : un manuel polémique transcrit en braille.

« Je n'ai pas envie de faire de la pub pour ce livre mais je n'ai pas envie de le censurer non plus ». Voici le dilemme qui nous resta entre les mains après quelques semaines de débat interne sur l'adaptation ou non de « [L'art de baiser](#) », ce livre au ton particulier. Les partis pris de l'auteur et l'auteur lui-même, intelligent et direct, avec son métier d'Escort boy et d'acteur porno, sa relation au sensible, aux femmes, à la sexualité, aux mots, ... ont touché bien des choses en nous. À n'en pas douter, la polémique dans l'équipe à la lecture de ce livre sur les techniques actuelles des professionnels du sexe, ne nous est sûrement pas propre. Ce livre existe, nous l'avons adapté en braille. Il aurait pu être rangé dans le coin d'une armoire mais nous avons choisi de nous en servir comme support, d'exemple pour aborder des questions de fond sur l'industrie du sexe, son lexique, ses mensonges, ses dangers et ses plaisirs. Un point de vue venant de l'intérieur... Et si à coté de tout cela s'articule dans ce dossier d'autres sensibilités et expertises, alors on a pensé faire un pas vers un vrai débat, ouvert et inclusif !

Bonjour Vincent.

1. Votre livre « L'art de baiser » est un manuel pratique sur le sexe professionnel en rapport avec votre expérience personnelle. Des chapitres courts, aérés, succincts, un texte sans recherche de style qui va à l'essentiel, sans répétition ni longue explication. Un chapitre équivaut à une question, une technique, un cliché dénoncé ou une problématique suivant que vous êtes un homme, une femme ou que celle-ci concernent les deux genres. Ensuite les chapitres s'organisent en commençant par une courte définition du sujet retenu, vous posez vos constats et vous promulgez vos conseils. Puis un petit paragraphe « conclusion » résume le tout à l'extrême.

Quel est votre objectif avec ce livre au sujet ambitieux car sensible, et avec ce format ?

-Bonjour,

Ce livre répond à 3 objectifs. Le premier est de répondre à des demandes très nombreuses de personnes qui cherchent des réponses soit pour devenir plus performantes et impressionner leur partenaire, soit pour corriger des problèmes d'ordre physiologique afin de mieux vivre leur sexualité.

Le second objectif est de pouvoir apporter au public, pour la première fois, un manuel complet, purement technique, et avec une structure optimisée pour mémoriser facilement et rapidement les informations afin d'être opérationnel et performant immédiatement après sa lecture. Sa conception est unique dans les livres sur le sexe.

Le troisième et dernier objectif de ce livre est de rétablir une certaine vérité autour de la sexualité, car mes observations sur le terrain étaient presque toutes à l'opposé des conseils prodigués par la plupart des professionnels qui traitent de sexe tels que les Sexologues, Coachs spécialisés, YouTubeurs, journalistes, acteurs et actrices porno, etc. Dans le secteur de l'information sur le sexe, je n'ai constaté que des prétendus spécialistes donner des infos mauvaises ou incomplètes soit car ils n'ont aucune expérience conséquente dans le sexe, soit car ils ont seulement une expérience avec des professionnels du porno et non des personnes

de la vie normale. Sans oublier tous les escrocs qui font de la désinformation pour diverses raisons idéologiques, et ceux qui vendent des produits inefficaces pour résoudre les troubles sexuels lorsque ceux-ci peuvent être la grande partie du temps résolus avec des connaissances adéquates sur le fonctionnement du corps.

Bref, j'étais lassé de voir autant de pseudos spécialistes raconter n'importe quoi à des personnes désireuses de réels conseils et solutions, alors j'ai décidé de rééquilibrer la balance. J'ai écrit et publié un livre dans lequel j'ai partagé toutes mes connaissances acquises sur le terrain. J'y ai expliqué tous les mécanismes de la sexualité afin de permettre à toute personne, homme ou femme, avec ou sans handicap, d'atteindre le plus haut niveau de performance et de procurer un plaisir maximal via des techniques méconnues du grand public.

2. Vous vous dénommez maintenant « instructeur » et non « conseiller » ou « coach » en techniques sexuelles. Vous avez auparavant travaillé durant 6 années en tant qu'Escort-boy, masseur érotique et acteur porno. Vous faites le décompte de 1 400 conquêtes pendant cette période. Pour le néophyte, qu'est-ce que veut dire le terme d'Escort Boy en 2021 ? Quelles sont les différences avec l'acteur de film X et le masseur érotique ?

Quel a été votre cheminement jusqu'à ces métiers atypiques et encore tabous ?

-Je me définis plutôt comme Instructeur en effet, mais le public m'appelle aussi bien coach ou conseiller. Les titres varient selon les tendances du moment et du public mais le travail de conseil est exactement le même.

J'ai en effet été Escort Boy durant 6 années. C'est un terme employé pour dire que vous êtes payé pour réaliser des prestations sexuelles d'un niveau supérieur, haut de gamme. J'étais sollicité soit par des femmes qui recherchaient la pure performance, soit par des hommes qui voulaient que je baise leur femme devant eux tel un spectacle érotique, ou voulaient réaliser un plan à trois où nous prenions à deux leur femme pour réaliser un fantasme du couple.

Concernant l'acteur porno, sa fonction est de baiser pour produire des films, des vidéos ou une série de photos dans un but commercial.

Quant au masseur érotique, officiellement sa fonction est de réaliser un massage tel un spectacle érotique sans aucune prestation sexuelle. Mais officieusement il y a très souvent du sexe, car c'est ce que la clientèle réclame.

Concernant mon cheminement, j'ai commencé par faire des massages relaxants aux domiciles des particuliers mais sans succès. Ça n'intéressait pas particulièrement les gens. Puis de temps en temps, j'avais des demandes de femmes pour des massages érotiques mais je n'en proposais pas. Alors j'ai changé ma stratégie commerciale et j'ai viré toute ma gamme de massages relaxants durant 1 mois pour proposer une nouvelle gamme de massages mais érotiques. Là ça a commencé à parler au public. Puis, des hommes m'ont contacté pour offrir des massages érotiques à leur femme, et à partir de ce constat j'ai changé à nouveau ma stratégie commerciale pour proposer des massages érotiques pour femme mais où le conjoint pouvait assister ou participer. Et là, ça a été le jackpot. De fil en aiguille, j'ai fait un peu de porno, puis me suis orienté vers la partie Escort qui fut la plus grande demande auprès de la clientèle. Pour résumer, je n'étais pas du tout prédisposé pour travailler dans ce secteur. Ça a été le hasard. J'ai vu ce qui ne fonctionnait pas et ce qui fonctionnait, et je me suis adapté à la demande.

3. Votre livre est frontal. Vous ne dissertez pas, vous assenez. Jusqu'au lexique volontairement cru. Vous êtes d'ailleurs très franc en préambule de votre livre où vous écrivez : « Le sexe s'apprend, pas les sentiments ! Dans ce livre, vous ne trouverez que des techniques liées au sexe. Je n'aborde à aucun moment le côté sentimental. Avec mes techniques, vous pouvez tout aussi bien être sentimental, sensuel ou prévenant, que sauvage, bestial ou brutal. Libre à vous de les adapter selon vos envies ».

Je crois qu'il résulte de ce ton volontairement abrupt et de cette absence d'émotion le fait que votre livre soit difficile à accueillir, dérangeant ou « agressif » pour certains. Vous dites d'ailleurs subir une importante censure de la part des médias et des diffuseurs pour vendre votre livre.

Est-ce volontaire de votre part ? Souhaitiez-vous que ce livre créer la polémique en l'écrivant de la sorte ou est-ce une déformation professionnelle de l'Escort qui s'identifie avec le temps à son environnement professionnel ? Ou êtes-vous tout simplement d'un caractère plutôt insolent et iconoclaste ?

-Il est tout à fait compréhensible que certaines personnes ne s'identifient pas avec ce style purement technique, dénué d'émotion. J'ai toujours l'habitude de dire que les émotions sont bonnes, mais avec un juste équilibre.

Premièrement sur le terrain, j'ai constaté beaucoup trop souvent un déséquilibre où des personnes étaient complètement sous l'emprise de leurs émotions et avaient perdu toute objectivité et tout sens de l'observation. Et cela avait pour conséquences des personnes qui étaient persuadées que leurs sentiments ou leur amour suffisaient à procurer du plaisir ou des bonnes sensations, et ne se rendaient pas compte qu'elles procuraient en réalité peu de plaisir voire même de la douleur dans certains cas. Par conséquent, j'ai dû remettre les pieds sur terre à un certain public déconnecté de la réalité et qui manquait cruellement d'observation. Et très souvent pour ce public, l'atterrissage est souvent abrupt.

Deuxièmement, j'ai dépeint une réalité sans concession des rapports hommes / femmes telle que mes observations du terrain m'ont montré. Si mon expérience m'avait montré une autre image, j'en aurais montré une autre. Mais c'est une tout autre réalité que le terrain m'a montrée. Si j'avais voulu caresser le public dans le sens du poil ou flatter son égo, j'aurais fait comme tous les autres auteurs avec des livres édulcorés, et qui s'auto censurent pour éviter de faire peur à leur maison d'édition et de se voir interdire la vente de leur livre.

Le but de ce livre n'était donc pas de créer une polémique mais d'apporter une réelle image de la société au public qu'elle soit dure ou non.

Concernant la censure des médias et des maisons d'éditions spécialisées dans l'érotisme et le porno, elle était tout à fait prévisible. On ne peut pas la fois écrire un livre dans lequel on dénonce la supercherie des sex-toys, des produits aphrodisiaques, des livres du Kâmasûtra, de l'industrie du porno etc., et être diffusé par ces mêmes médias et maisons d'éditions qui font la promotion de tout ça. Ça serait pour elles se tirer une balle dans le pied que d'accepter de promouvoir un livre comme le mien qui détruit tout leur business.

4. Votre livre s'intitule « l'art de baiser, la formation pro sur le sexe ». Pourquoi vouloir professionnaliser les gens ?

-Ce n'est pas ma volonté de vouloir professionnaliser les gens, mais la leur de vouloir devenir des pros. Il y a toujours des personnes qui se passionnent pour vouloir chanter comme des pros, conduire comme de véritables pilotes, ou faire du sport comme des athlètes de haut niveau, et le sexe n'y échappe pas. Par conséquent, de nombreux hommes et femmes veulent

également avoir des compétences de pro dans le domaine du sexe pour leur plaisir et celui de leur partenaire.

5. Votre livre a évoqué des sentiments très différents au sein même de notre équipe et a suscité un vif débat. À l'heure même où la société s'empare sur bien des fronts de ses démons sur le rapport homme-femme trop sexualisé et déséquilibré, nous nous sommes demandé quel message véhiculerait votre livre ? Nous avons finalement décidé de le transcrire en braille. Dans une volonté d'éclectisme et d'ouverture littéraire car votre ouvrage est hors catégorie, mais aussi pour laisser le choix aux personnes en situation de cécité de découvrir le corps, l'acte sexuel, la jouissance, le coït, le partenaire, certaines pratiques, ... sous un angle technique.

Et vous inversement, quel est votre rapport avec le handicap ? Pourquoi avoir voulu votre livre en braille ?

-Je suis ravi de savoir que malgré les différences de points de vue au sein de votre équipe, celle-ci ait décidé de transcrire mon ouvrage en braille. Je suis toujours pour la liberté d'expression et le fait de laisser le lecteur se forger son propre avis sur un ouvrage, plutôt que de censurer ce dernier et que des intermédiaires décident pour le lecteur ce qui est bien ou non. Même si certaines personnes de votre équipe n'ont pas apprécié le style du livre, plusieurs milliers de personnes qui se le sont procuré via mon site internet l'ont apprécié, et ont été très satisfaites de pouvoir résoudre leurs troubles sexuels, augmenter leur performance, ou mieux vivre leur couple.

Concernant mon rapport avec le handicap, celui-ci est arrivé durant mon activité d'Escort lorsque j'ai rencontré plusieurs clientes sourdes et muettes. Faisant beaucoup de vidéos sur YouTube où je transmettais une partie de mes techniques et de mes observations, je me suis aperçu que rien n'était accessible pour les sourds. Alors j'ai commencé à sous-titrer chacune de mes vidéos pour qu'ils aient eux aussi accès aux connaissances.

Plus tard, je me suis demandé comment faisait les personnes aveugles pour en apprendre plus sur le sexe, et après des recherches sur internet, j'ai constaté qu'il n'y avait strictement rien pour eux. Il y avait seulement des fictions et romans érotiques, mais aucun ouvrage leur permettant de comprendre les mécanismes de la sexualité. Le secteur du sexe est la 2ème industrie au monde, et aucun professionnel n'a jugé bon de faire un geste d'entraide envers les aveugles. Donc là aussi j'ai voulu rétablir un certain équilibre en leur permettant un accès aux connaissances.

6. Même si nous voyons à travers ce dossier que l'industrie du X a certains nouveaux courants alternatifs plus inclusifs et égalitaires, la performance sexuelle reste de toute façon véhiculée partout par le porno et il soumet bon nombre d'esprits à de nombreuses questions et des croyances qui n'osent pas être soulevées. Vous dénoncez dans votre livre certains clichés et illusions de cette industrie (les sex-toys, le viagra, les gros pénis, les tournages). Pourquoi ? Quelle-est votre posture par rapport à ce milieu et ce marché du sexe dont vous êtes également un acteur et un diffuseur ?

-Si je dénonce les supercherries de l'industrie du porno, des sextoys, des produits aphrodisiaques, etc. C'est surtout car je trouve anormale qu'ils fassent de la désinformation de masse, et vendent une multitude de produits et d'accessoires volontairement inefficaces

pour avoir une clientèle constamment insatisfaite et renouveler leurs ventes avec de nouveaux articles année après année.

Autre précision, bien que j'ai travaillé brièvement dans le secteur de la pornographie, je n'ai jamais travaillé pour des productions extérieures justement à cause de ce manque d'éthique. J'ai toujours travaillé à mon compte, de manière indépendante justement pour ne pas être obligé de montrer du faux.

7. Vous êtes-vous endurci dans votre sexualité après avoir fait ces métiers ?

-À mes débuts, j'étais tout le temps romantique et prévenant avec les femmes. Mais elles m'ont vite fait comprendre qu'elles préféraient l'homme aventurier plutôt que le romantique. Alors je me suis adapté, et j'ai évolué pour répondre aux plus proches à leurs attentes.

Au final je ne me suis pas endurci, j'ai juste mieux compris les femmes ce qui m'a permis de leur apporter plus de plaisir, et d'éviter certains problèmes avec certaines. Ces expériences professionnelles m'ont été très enrichissantes et positives.

8. Vous avez certainement réalisé beaucoup de vos fantasmes ? Faut-il finalement chercher à les réaliser ?

-J'ai en effet réalisé beaucoup de fantasmes mais car cela m'était demandé dans le cadre de mon métier. Si ça avait été exclusivement dans le privé, il y en a beaucoup que je n'aurais pas réalisés car je n'en éprouvais pas l'extrême envie. Donc non, il n'est pas nécessaire de réaliser tous ses fantasmes pour avoir une sexualité épanouissante.

9. Selon vous, une belle sexualité est faite de quoi ?

-Selon moi, une belle sexualité c'est savoir procurer et ressentir d'intenses sensations de plaisir chez les 2 partenaires. C'est un plaisir bilatéral et non unilatéral. Et pour y arriver, cela nécessite certaines connaissances techniques, ainsi qu'un sens de l'observation et de l'adaptation.

10. Après toutes ces expériences et ces partenaires, quel est pour vous l'intérêt du sexe ?

-Mon intérêt envers le sexe est toujours le plaisir. J'adore énormément emmener ma partenaire au maximum de son excitation et de son plaisir, lui faire découvrir de nouvelles sensations, ou chercher de nouvelles méthodes pour procurer des orgasmes. Voir sa partenaire ultra excitée, c'est le top du top pour moi.

11. La maladie, les complexes physiques, le handicap peuvent limiter la performance sexuelle. Un conseil pour prendre plus de plaisir malgré tout ?

-Malgré la maladie, les complexes physiques ou le handicap, je conseillerais à ces personnes de développer leurs connaissances sur la sexualité, ce qui fera tomber un bon nombre de leurs appréhensions et leur permettra assurément de prendre plus de plaisir.

Pour avoir déjà rencontré quelques femmes sourdes et muettes et d'autres atteintes d'un cancer avancé, je peux vous affirmer qu'après que je leur ai apportées des explications

concrètes sur la sexualité, elles étaient beaucoup plus confiantes et performantes qu'à leur arrivée.

Par ailleurs, la performance est liée aux connaissances, à la capacité d'observation, à la capacité d'adaptation face aux réactions du partenaire, et à l'attitude. Et je peux vous garantir que la plupart de ces compétences sont accessibles à toute personne quel que soit son handicap ou sa maladie. Faut juste avoir les bons outils pour progresser.

12. Un mot pour vos lecteurs privés de la vue et qui découvriront votre livre par le braille et par la pulpe de leurs doigts ?

-Je leur souhaite une très bonne lecture, et leur dirais que même avec un sens en moins, ils peuvent être tout aussi performant qu'une personne voyante. J'ajouterai également que s'ils ont des questions complémentaires à mon livre, ils peuvent me contacter pour en discuter.

Merci Vincent pour cet échange et cet éclairage précieux.

En savoir plus :

« L'art de Baiser » en braille :

<https://www.cteb.fr/librairie/nouveautes/lart-de-baiser/>

site web:

www.sexe-elite.com

4.3 Interview : découvrez le porno audio et inclusif de VOXXX.org et participez à l'écriture d'épisodes !

Et si le porno nous aidait à être mieux avec nous même ?

Au confluent entre le livre audio, les techniques du [son binaural](#)⁵ et l'[ASMR](#)⁶, les histoires coquines de VOXXX nous excitent par ses univers sonores et sa qualité.

Conçues et interprétées pour le plus grand nombre, elles sont inclusives, non-genrées et gratuites !

VOX comme la voix en latin, XXX comme le sexe, pur et dur. VOXXX est un podcast qui vous invite à des séances de masturbation guidée. De l'audio uniquement, pour laisser la place aux fantasmes les plus intimes, plutôt que de consommer des images et des doublages sonores poussifs. Des techniques inspirées, et éprouvées, pour se donner du plaisir. Des participants ou participantes de tous les genres, pour stimuler toutes les attirances. Tantôt de la fiction, tantôt de la relaxation sensuelle, tantôt de l'excitation brute... VOXXX veut vous donner envie de vous toucher, de vous explorer, de vous aimer, et de vous donner du plaisir autrement.

<https://www.voxxx.org/concept>

<http://voxxx.org>

L'engagement de VOXXX : une petite révolution !

La plate-forme VOXXX est gratuite parce qu'il est important pour ses fondateurs de partager ce projet avec le plus grand nombre. Lélé O, Antoine Bertin, Mélia Roger, Karl Kunt et Olympe de G. travaillent bénévolement à la réalisation et à la diffusion des épisodes. Les autres intervenants ou intervenantes qui y participent sont tous rémunérés pour leur travail, notamment pour celui d'écriture des nouveaux épisodes à diffuser. Dans une volonté de qualité et de réalisme, ces derniers sont d'ailleurs conçus en interaction avec les auditeurs finaux. VOXXX recherche en ce sens des personnes déficientes visuelles qui aimeraient écrire des histoires érotiques ou pornographiques avec eux (voir contact en fin d'interview). Rémunérées, celles-ci pourront surtout être accompagnées dans l'écriture de leur scénario et enfin partager leur imaginaire dans un univers sexuel et fantasmagorique véritablement intégratif, sensitif, respectueux et accessible.

Présentation de Olympe de G., une des fondatrices de VOXXX :

Olympe de G. crée de la pornographie qu'elle souhaite positive, ouverte, et aussi stimulante de créativité que sexuellement. Elle réalise des films X féministes et alternatifs ; mais explore

⁵ L'hypothèse des promoteurs des **sons binauraux** est que la fréquence produite par le cerveau aurait tendance à se propager dans l'ensemble du cerveau pour entraîner une synchronisation des ondes cérébrales des deux hémisphères avec cette fréquence.

⁶ **ASMR** (de l'anglais **Autonomous Sensory Meridian Response**) : sensation agréable de picotements ou de frissons au niveau du crâne, du cuir chevelu ou des zones périphériques du corps, en réponse à un stimulus visuel, auditif, olfactif ou cognitif. Ce phénomène est maintenant exploité via des vidéos de relaxation sur internet grâce à diverses techniques : voix douces, tapotements, chuchotement, etc. Cette technique est utilisée pour la relaxation, pour aider à s'endormir. Elle acquiert peu à peu une communauté.

aussi le potentiel érotique du sonore, que ce soit sous forme d'installation avec l'expérience Chambre 206 à l'Hôtel Grand Amour, ou de série audio, avec les deux saisons de L'appli Rose. Pour VOXXX, elle complète Lélé en réalisant avec amour tous les épisodes interprétés par des voix invitées.

-Un autre article sur elle :

<https://www.rtl.fr/actu/debats-societe/olymp-de-g-realisateurice-au-service-de-la-representation-du-sexe-7794818171>

-En savoir plus ? Voici un article complet de France Culture intitulé « Réinventer le porno avec Olympe de G. » avec vidéo et podcast :

[https://www.franceculture.fr/creation-sonore/reinventer-le-porno-avec-olymp-de-g?xtor=EPR-33-\[Culture Prime NL 0\]-20210218-\[lien clique\]%E2%80%94](https://www.franceculture.fr/creation-sonore/reinventer-le-porno-avec-olymp-de-g?xtor=EPR-33-[Culture Prime NL 0]-20210218-[lien clique]%E2%80%94)

L'interview par le CTEB de Karl Kunt pour VOXXX :

1. Vous recherchez des personnes non-voyantes pour écrire des épisodes de vos Podcasts. Quel est votre objectif et votre appel ? Qu'est-ce sera demandé ?

- Avec VOXXX, nous essayons de mettre en lumière des personnes souvent sous-représentées dans la pornographie grand public.

La question que nous nous posons : comment les autres vivent-ils la sexualité, que nous, de l'extérieur, ne voyons pas ? Cela peut être des personnes transgenres, des personnes au corps différent, des personnes atteintes d'un cancer et déconnectées de leur corps, de jeunes mères et pères... il y a beaucoup de sujets à aborder!

- Au-delà d'entendre leur point de vue, il nous semble intéressant de comprendre comment et par quoi ils veulent être éoustillés ?

Si je suis avec une personne déficiente visuelle, mettre simplement en place des corps nus n'est pas une option n'est-ce pas ? Alors par quoi passe l'excitation ? Comment fonctionne la communication lors d'un rapport ? Comment aborder les notions de consentement ? Quels sont les stéréotypes que les gens qui ne voient pas veulent dénoncer et dont ils ont marre ? Qu'est-ce qui est différent dans la sexualité d'une personne aveugle ? Qu'est-ce qui serait différent pour moi, l'auditeur ?

2. Faut-il des qualités ou des connaissances précises pour travailler avec vous ?

-Si vous avez de l'expérience en rédaction, cela vous aidera certainement. Si vous avez une expérience en écriture érotique, c'est encore meilleur ! Mais pas d'inquiétude, même si ce n'est pas le cas, nous vous aiderons à écrire votre histoire. Nous pouvons l'écrire en tandem et vous guider sur la façon de la mettre par écrit. Parce qu'écrire pour l'audio, c'est différent d'écrire une lettre. Et nous avons l'expérience avec plus de 150 épisodes à notre actif. Nous sommes là pour vous aider !

3. Quelles sont les étapes que devra suivre le futur scénariste ? (Sélection des candidats ? supports à fournir ? Délais ? etc...)

-Il n'y a pas de délais. Écrire sous pression n'aboutit pas à la qualité intime des textes que nous recherchons. Au début, nous passons par un brainstorming : quels sont les sujets que

vous, l'auteur, aimeriez aborder, quelles sont les histoires qui peuvent l'entourer ? C'est une sorte de court synopsis.

- **Par exemple :**

But n°1 : supprimer la stigmatisation.

Sujet : une travailleuse du téléphone rose devient une star de l'excitation par téléphone.

Personne ne sait qu'elle est aveugle. Un auditeur malin s'en rend compte par surprise lors d'un appel ...

But n°2 : Élever les sens en enlevant l'aspect visuel du sexe. Sujet : Une voix invite l'auditeur à se bander les yeux, à se concentrer et à ressentir des parties de son corps plus intensément que d'habitude.

4. Vous rémunérez les personnes participantes. Comment cela se passe t'il ?

-Oui, nous payons pour ce travail d'écriture. La personne doit être en mesure d'émettre des factures (ex: auto-entrepreneur). Mais cela ne devrait pas être la raison principale de l'engagement des auteurs.

5. Pour ceux qui sont intéressés à créer pour Voxxx, que doivent-ils faire pour vous contacter ?

-Le plus simple est de m'envoyer un mail à moi, le producteur directement à :

karl@voxxx.org

Merci Karl pour ces précisions et bravo à toute votre équipe pour ce projet qui réunit les sexualités et facilite l'expression des sensualités.

4.4 Un jeu coquin : interview d'Alix Moujeard.

C'est lors de la conférence « Sous la couette du handicap » dédiée à la santé sexuelle et au handicap et organisée par [les Éditions Desclic](#) en avril 2021 que je découvre sa fondatrice Alixe Moujeard et le projet du [Jeu Qap](#). Alixe se présente et présente ce projet qui est en soi une première réponse à cette défense de l'accès à la littéracie qu'évoque le sexologue Francois Crochon au début de ce dossier. C'est-à-dire accéder aisément puis comprendre une base informative sur la santé sexuelle afin d'évaluer et d'appliquer ensuite cette information. Enfin, pouvoir porter des jugements éclairés, prendre des décisions intègres, et pouvoir à son tour répercuter des idées de tolérance, de mixité et ... d'humour ! Car le jeu et le rire sont des cartes à jouer essentielles pour décomplexer, libérer de la peur de l'inconnu et rapprocher. Handicap et sexualité : on s'en joue !

Bonjour Alixe.

1. Pouvez-vous nous présenter tout cela ?

-Je suis la fondatrice des Éditions Desclic, une startup normande qui crée et développe des outils ludiques et pédagogiques à destination de tous et toutes, et des acteurs de l'éducation, de la santé et du social. Notre objectif : changer les comportements et favoriser les remises en question (créer des dé-s-clics !) sur les thématiques de société et de santé publique. Comment ? En utilisant une méthodologie collaborative, expérientielle et ludique.

Site internet : <https://www.editions-desclic.fr/>

E-mail : contact@editions-desclic.fr

L'un de nos projets : un jeu de société pour parler, sensibiliser et visibiliser, promouvoir la santé sexuelle de tous, et de ceux et celles qui ont un handicap quel qu'il soit ! Notre 1^{re} grande étape a été un succès, l'événement « Santé sexuelle : sous la couette des handicaps ».

2. Quels sont les objectifs de ce nouveau jeu Qap en cours de développement ?

Qap aura pour 1^{er} objectif de promouvoir une santé sexuelle pour tous et toute !

-Créer des espaces d'échanges pour rendre visible, déconstruire les préjugés, et favoriser l'empowerment.

-Rendre accessibles à tous et toutes l'information et les dispositifs de droit commun.

-Permettre de penser les enjeux spécifiques et visibiliser les leviers existants

3. Quel est le concept du jeu ?

-**Qap** s'inspirera de notre premier jeu : [l'escape game SéduQ](#) ! C'est un jeu de simulation et d'expérimentation avec des cartes à jouer, où vous serez projeté dans la peau d'un personnage (au choix !) pour tenter de séduire et de conclure avec un autre personnage. Rigolades et réflexions garanties.

4. À qui sera-t-il destiné en particulier ? Comment allez-vous organiser sa diffusion pour ceux qui veulent y jouer ?

-Qap sera un jeu pour tout le monde ! Confronté ou non au handicap, quel que soit le handicap, du côté des individus comme des associations : tout le monde aura le droit à sa sensibilisation.

5. La philosophie des éditions Déscllic est de toujours développer des idées en faisant participer dès le début de la conception les utilisateurs finaux , logiquement les plus à même de dire et de remplir leurs besoins. Comme ce jeu est pour tout le monde, vous allez inclure tout le monde au développement ?

-Complètement ! Nous venons de terminer la première phase de ce projet : la « co-problématisation ». C'est-à-dire l'étape où on a sollicité le plus grand nombre (près de 500 personnes, toutes différentes !) pour repérer les enjeux, besoins, freins, et leviers à la croiser des sexualités et des handicaps. En avril, nous avons organisé une importante conférence participative en ligne sur ces thèmes, ce qui a créé de très riches échanges entre personnes en situation de handicap, professionnels de la santé sexuelle ou du monde du handicap, familles / amis, et grand public.

6. Après avoir écrit la mécanique du jeu, Les éditions Déscllic vont réunir des utilisateurs potentiels en situation de handicap lors d'atelier de création de jeu sur Caen pour écrire le contenu c'est bien cela ? En quoi vont consister ces ateliers ?

-À partir du mois de juin, nous allons organiser des ateliers de co-crédation du jeu Qap à Caen. 30 personnes –encore une fois toutes différentes puisque ça nous tient vraiment à cœur– seront invitées à inventer des dialogues, des situations de vies, des challenges... qui seront présents dans le jeu ! L'objectif : créer des scénarios réalistes qui soulèvent de vraies questions pour créer des débats. Oui, nous avons du pain sur la planche, mais c'est le jeu pour créer un outil efficace et impactant, tout en passant des bons moments !

7. Ensuite, des phases de test pendant lesquelles le jeu sera confié à des personnes choisies pour leur diversité sont même prévues. Vous cherchez à cet effet à rentrer en contact avec des déficients visuels. Qui peut venir vous aider, comment et suivant quelles modalités ?

-Inscrivez-vous à nos ateliers : nous avons besoin de vous ! Créer un jeu qui permette de réfléchir aux enjeux de la santé sexuelle lorsque on a une déficience visuelle c'est un réel objectif, mais créer un outil accessible aussi ! Comment ? En passant par notre site internet juste ici :

<https://www.editions-descllic.fr/seduqinclusion>

Ou par téléphone aux Éditions Déscllic.

8. Lors de votre conférence du 14.04.2021 joliment intitulée « Sous la couette des handicaps », des particuliers et des spécialistes de tous horizons professionnels ont pu échanger leur regard et constat sur le handicap et la « santé sexuelle ». Ce dernier terme, assez récent, indique donc que l'activité sexuelle est désormais reconnue comme un critère de bonne santé. Elle veut donc sortir d'un tabou et revendiquer ses bienfaits. Mais à contrario et pour se faire, la sexualité se doit d'être « saine », c'est-à-dire non traumatique.

Suite à cette conférence, mais aussi à votre avis, quels sont les plus gros freins actuellement à cette santé sexuelle en France ?

Les enjeux sont nombreux... mais j'ai envie d'en souligner deux :

-**L'égalité**. Les normes sociales et les discriminations de s'arrêtes pas aux portes de nos chambres à coucher. Les violences non plus d'ailleurs. L'égalité homme-femme dans l'intime est un bon exemple (malheureusement parmi d'autres !) : le début d'un rapport sexuel est

souvent marqué par une érection masculine, la fin du rapport par une éjaculation, et on joue toujours à où est le Clitoris.

-Le manque d'informations. Qui utilise le mot vulve ? Qui sait vraiment ce qu'est une fracture du pénis (pas de panique, personne ne mettra de plâtre) ? Vous saviez qu'une IST se transmettait aussi lors des rapports buccaux ? Bref. Pour prendre de bonnes décisions pour soi et pour les autres, il vaut mieux être informé.

9. Puisque vous en êtes un par la pédagogie et la formation, quels sont les leviers possibles pour les prochaines années ?

-Parler, échanger, débattre, informer. De l'éducation sexuelle à la formation des professionnel-les de l'accompagnement, en passant par la communication avec ses partenaires, libérer la parole est fondamentale et produit déjà ses effets.

10. Puisque ce dossier est sur la sexualité et son changement de paradigme : le mot de la fin pour les personnes aveugles et malvoyantes qui veulent accéder à plus de plaisir et d'expériences ?

-En matière de vie amoureuse et sexuelle, les possibles sont infinis. Si quelques choses vous tentent, ne vous mettez pas de barrières et percutez celles que l'on vous impose. La sexualité c'est cool. Si ce n'est pas cool, ce n'est pas du sexe. C'est la devise de notre jeu SéduQ et on peut parier que ce sera aussi celle de Qap. Si vous vivez ou avez vécu une expérience qui vous a dérangée, sachez que beaucoup de professionnel-les géniaux sont à votre écoute pour vous accompagner.

Merci Alixe et bon vent au jeu Qap !

Ressources :

-Différents jeux de société sur la sexualité, le féminisme, le consentement : pour les institutions, les centres d'accueil, d'enseignement et de travail, les lieux d'échanges sur les agressions sexuelles, pour les particuliers ...

<https://www.lesinrocks.com/cheek/consentement-vulve-desir-9-jeux-de-societe-feministes-a-faire-decouvrir-145031-05-03-2020/>

-En savoir plus sur le jeu SéduQ version 2020 :

<https://www.50-50magazine.fr/2020/03/31/seduq-le-jeu-qui-revolutionne-leducation-a-la-sexualite/>

4.5 « La connaissance de son corps » : article de Lou Poll, sage-femme et fondateur de Korpo Real.

La chance d'être aussi une imprimerie spécialisée en braille, c'est de pouvoir collaborer à des projets très différents et parfois uniques. Celui de Korpo Real étonne et nous alerte par son contenu sur le manque d'accès à l'information de qualité sur la sexualité. Mais aussi sur la mise à jour de celle dernière. En plus d'une exactitude sans cesse à renouveler en fonction des évolutions et des recherches, celle-ci devrait-être une figure de prou dans notre système éducatif et de santé. L'information de l'institution et des professionnels devrait être accessible aux déficients visuels et véhiculer dès le départ une volonté de mise à disposition, de prise en compte, de pédagogie et de simplicité. En passant la porte du CTEB, Lou Poll et Korpo Real nous a montré un nouveau champ des possibles que l'on a eu envie de vous présenter à notre tour.

« Je m'appelle Lou POLL, je suis sage-femme de profession ainsi que le créateur de Korpo Real.

Korpo Real c'est une marque qui propose **des outils éducatifs sur les thèmes de la santé sexuelle, de la gynécologie et de l'obstétrique**, avec une approche innovante, body-positive et inclusive.

L'idée de ce projet m'est venu de ma pratique de terrain, et de l'identification d'outils manquant à notre exercice professionnel ainsi que d'une demande forte des personnes à comprendre et à se réapproprier les connaissances sur leur corps et leur fonctionnement. **De là, je me suis rendu compte d'un vide existant quant aux supports disponibles.** En effet, on retrouvait soit, d'un côté, des supports tout publics disponibles majoritairement sur internet et généralement faux et incomplets, soit des supports pour les professionnels de santé, certes justes, mais trop techniques et non accessibles. Et de tous ces supports existants, aucun n'était adapté pour les personnes aveugles et malvoyantes.

Tout était à faire, et quitte à partir de la base, autant englober tout le monde dès le départ. J'ai donc réfléchi à des outils permettant une accessibilité des informations pour tous les âges, tous les niveaux de connaissance et d'éducation, et toutes les diversités de personnes, vivant avec un handicap ou non.

Pouvoir comprendre son corps et son fonctionnement est un droit fondamental de chaque être humain, et c'est une condition nécessaire pour faire un choix libre et éclairé. En effet, **comment consentir à quelque chose que l'on ne comprend pas ?**

D'autant plus quand il s'agit de santé sexuelle et de l'intimité à laquelle cela touche, **la question du rapport au corps et du consentement est primordiale.** Consentir à un acte médical ou à un échange intime, ce n'est pas seulement ne pas dire non. Le consentement est un processus actif, qui demande du temps, de la clarté, de l'espace, de la sérénité, de la confiance en soi et en l'autre. Cela demande de pouvoir réfléchir en amont aux situations, se poser les bonnes questions. Pour cela il faut pouvoir se projeter, imaginer, et cette imagination se construit à partir de la connaissance. Comment se projeter dans un examen gynécologique si l'on ne sait pas ce qu'est un spéculum ? Comment savoir alors si l'on est d'accord ou pas pour ce geste médical ?

Nous sommes à une époque où la notion de violence est enfin redéfinie, et où l'on s'autorise à questionner des « normes » sociales ou médicales maltraitantes. En parallèle des mouvements comme #metoo ou #payetongyneco qui dénoncent et rendent visible les problèmes, on voit émerger la demande de solutions, d'outils pour changer ces paradigmes. Comment faire autrement ? Comment ouvrir les perspectives dans son rapport à soi, à l'autre, au soin ?

C'est entre autres pour répondre à cette demande et donner accès à des outils concrets que j'ai eu le souhait de créer Korpo Real. Que les produits Korpo Real soient ce pont, cette jonction qui permet le dialogue, l'échange, d'être un appui au partenariat dans le soin, de créer un langage commun où se rejoindre tout en respectant l'individualité de chaque personne.

Les supports créés sont accessibles autant pour un usage professionnel que pour un usage privé. En effet, il est important que les deux possibilités existent, et que chaque personne face ses choix selon ses besoins propres. Pour cela toutes les planches anatomiques proposées par Korpo Real sont transcrites en impression 3D, par vernis ou thermo gonflage. Des textes explicatifs des illustrations et des légendes sont disponibles en braille, en gros caractère et en enregistrement audio. Quand c'est possible, des exemplaires de présentation des outils ou objets ayant trait à la santé sexuelle, la gynécologie ou l'obstétrique sont disponibles à la manipulation. L'objectif 2022 est de proposer des modèles anatomiques 3D démontables pour une compréhension facilitée.

Il est important de pouvoir apprendre en tout autonomie si on le souhaite. Tout comme **il est primordial que les professionnels de la santé, de l'éducation et de la prévention, soient équipés en supports accessibles pour les personnes aveugles et malvoyantes.** Si l'on prend l'exemple d'une consultation de choix contraceptif, sachant qu'il existe 16 moyens contraceptifs différents, on imagine difficilement une qualité de choix si le professionnel doit tout expliquer en mots, noyant le patient ou la patiente dans un flot de termes techniques, de référence à des organes que peut-être la personne ne connaît pas. Alors que si les différents contraceptifs existants sont disponibles en modèles 3D à manipuler, que l'on peut sentir des supports expliquant l'anatomie, comprendre où se pose le stérilet, le diaphragme, l'anneau vaginal, etc. on comprend que la qualité de choix est tout autre.

Comprendre c'est faire des choix plus adaptés pour prendre de soin de sa santé et de celle de ses enfants. **Donner accès à cette connaissance est un réel enjeu de santé publique** et s'inscrit dans une démarche de **prévention primaire évidente** et essentielle.

Korpo Real se construira à travers les réalités de terrain et les besoins des personnes concernées. J'espère que ce projet contribuera à un monde plus juste et plus épanoui, et que l'accès en toute sérénité à la connaissance de soi et de l'autre dans la santé sexuelle et la vie affective deviendra la norme pour tous et toutes.

Le site de Korpo real :
<https://korporeal.net/>

5 Conclusions :

Même si celles-ci font peur, **nos différences sont en réalité notre seul point commun** entre êtres humains que nous sommes. C'est l'acceptation de cet état de fait qui mène au respect de soi puis des autres. C'est ce respect à la fois de notre singularité et de l'altérité des autres qui peut nous tranquilliser et nous mettre en phase avec notre corps et ses prouesses de plaisir.

Si cette **peur de l'inconnu** nous provoque à tous jugements, freins et inconforts, que dire de celle-ci pour celui qui ne peut se mouvoir avec la vision ? Car **une bonne santé sexuelle** demande apparemment de se mouvoir. Que vous soyez déficients visuels ou professionnel(le) de tous bords, il vous faudra, comme bien souvent dans la vie, faire le premier pas pour être servi(e). Il vous faudra établir un parcours personnel et tout au long de votre vie entre les trois pôles que semble mettre en avant ce dossier : celui de la **connaissance, de l'expérimentation et de l'adaptation**.

Comprendre son corps, ses pulsions, ne pas être naïf et savoir amener à soi ceux qui nous correspondent, c'est le rôle du savoir et de l'éducation. Alors lisez, apprenez et vous professionnels, vulgarisez, rendez accessible l'information. Se décomplexer, oser, demander, y goûter et se déculpabiliser, c'est le rôle de l'expérience. Elles ne sont pas toutes bonnes ou même probantes mais elles font toutes grandir. Enfin, voir le verre à moitié plein plutôt qu'à moitié vide, s'ajuster, développer ses propres recettes, sera le rôle de l'adaptation à soi.

Tout cela dans un seul but. Un but qui pourrait sonner comme un vœux pieux, mais qui doit pourtant sortir du seul cadre du lit et s'étendre : celui de **ramener le sexe dans le giron du respect, de la connaissance, du consentement et du plaisir mutuel**. Et que l'état devienne en ce sens le garant, le protecteur de cette bonne santé sexuelle que l'on souhaite construire pour le plus grand nombre.

Denis Guérin, chargé de communication et adaptateur des magazines en braille pour le CTB.

6 Ressources diverses :

-Article France Culture sur Ovidie : « Le documentaire de l'ex-actrice porno Ovidie relance le débat. La pornographie dominante sur Internet influence notre représentation de la sexualité et nos pratiques des corps. Pourtant, le porno « féministe » pourrait changer les choses. Dans nos têtes et dans nos corps. »

<https://www.franceculture.fr/conferences/factory/babel-oueb/la-pornographie-peut-elle-nous-liberer-des-normes>

-Article du magazine NEON, « Comment parle-t-on de sexualité en Europe? »:

<https://www.neonmag.fr/comment-parle-t-de-sexualite-en-europe-502275.html>

-Article sur le 1^{er} film porno audiodécrit :

<https://informations.handicap.fr/a-porno-inclusif-premier-film-x-audiodescription-france-13419.php>

-Site praticienne de sexologie corporelle (sexological bodywork) : nouveau courant de santé sexuelle (massages, coaching, sexologie, développement personnel...). Travail corporel autour de la sexualité qui permet d'approfondir, de pacifier et d'éveiller sa relation au corps par différentes techniques physiques, psychologiques ou énergétiques.

En cas de : anatomie érotique et éducation sexuelle, apprentissage de l'orgasme, mauvaise acceptation de son corps, estime de soi, complexes, traumatismes, accouchement difficile, cicatrices, blocage, communication, en savoir un peu plus sur vos organes génitaux et ceux de votre partenaire, développer les sensations, réduire les douleurs, difficultés érectiles, douleurs à la pénétration, éjaculation précoce, dépendance à la pornographie, conseils et techniques pour le sexe en solo, problèmes de genre, soucis relationnels, plaisir et santé anales.

<http://energie-coeur.fr/formation-de-sexological-bodyworker>

-La définition du Validisme :

<http://lesdevalideuses.org/blog/bonnes-resolutions/bonne-resolution-n1-je-decouvre-le-validisme/>

-Article généraliste sur la sexualité avec une maladie ou un handicap :

<https://stent.care/la-sexualite-avec-une-maladie-ou-un-handicap/>

FIN DU DOSSIER

Centre de Transcription et d'Édition en Braille : Actualités littéraire, livres jeunesse en relief, magazines, carte de visite, signalétique et relevés bancaires en braille.

www.cteb.fr

Tel : 05 61 57 95 89

Courriel : contact@cteb.fr



Faites un don : plus de livres pour les aveugles !

Par votre don, vous participez activement à lutter contre l'exclusion liée au handicap visuel et soutenez l'inclusion des non-voyants par l'accès aux livres, à l'information et à la culture.

Faire un don ici :

<https://bit.ly/3lpvr1H>

En savoir plus sur les projets que vous soutiendrez ici :

<https://bit.ly/3nftuZN>