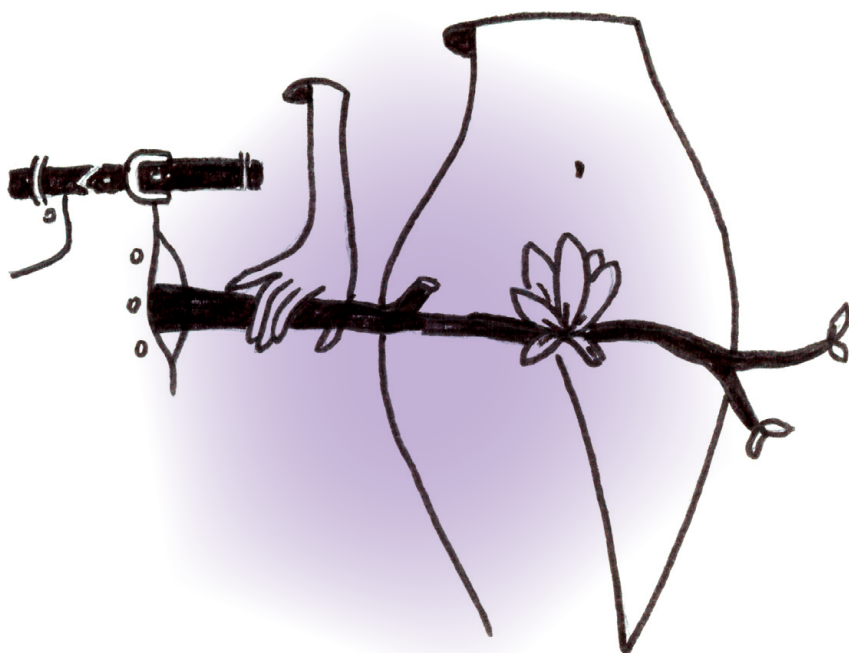


*Des mots
pour dire
des vies
SEX'traordinaires*



Témoignages de personnes en situation de handicap
sur le thème de la vie affective et sexuelle

<i>Avant-propos</i>	3
<i>L'intimité</i>	5
<i>L'accessibilité</i>	9
<i>La séduction</i>	13
<i>Les rencontres amoureuses</i>	15
<i>La première fois</i>	18
<i>Les aidants sexuels c'est quoi?</i>	20
<i>Les aventures de Mich-Mich...</i>	22
<i>Le mot de la direction</i>	27

Avant-propos

Ce livre est le fruit du travail des personnes accueillies au foyer « Le Pont de Flandre » et au SAJ de l'association CAP'DEVANT. Pendant deux ans, elles ont participé à des groupes de parole sur le thème de la vie affective et sexuelle, accompagnées par une psychologue. Elles ont partagé leurs questions, leurs expériences, leurs doutes et leurs espoirs et ont eu envie de livrer une partie de leurs réflexions à un plus large public en travaillant sur un livre ! Ainsi, plusieurs séances ont été consacrées au choix des thèmes à aborder, pour définir ensemble les mots qui disent le mieux la vie des personnes en situation de handicap, vivant dans leurs familles ou en foyer. Sortir de l'ombre pour raconter et participer à un changement des mentalités, voici le pari des personnes qui témoignent.

Joshua, Aude, Olivier et Arnaud, collègues du foyer de jour « Le Pont de Pierre » (AAPISE) ont accepté, quant à eux, de mettre en images ces paroles SEX'traordinaires afin d'illustrer ce livret et le rendre encore plus vivant.

Nous espérons qu'il saura vous faire réagir, sourire, réfléchir...

Anne Elicéry

Directrice du SAJ et du Foyer

Manuela Romero

Psychologue



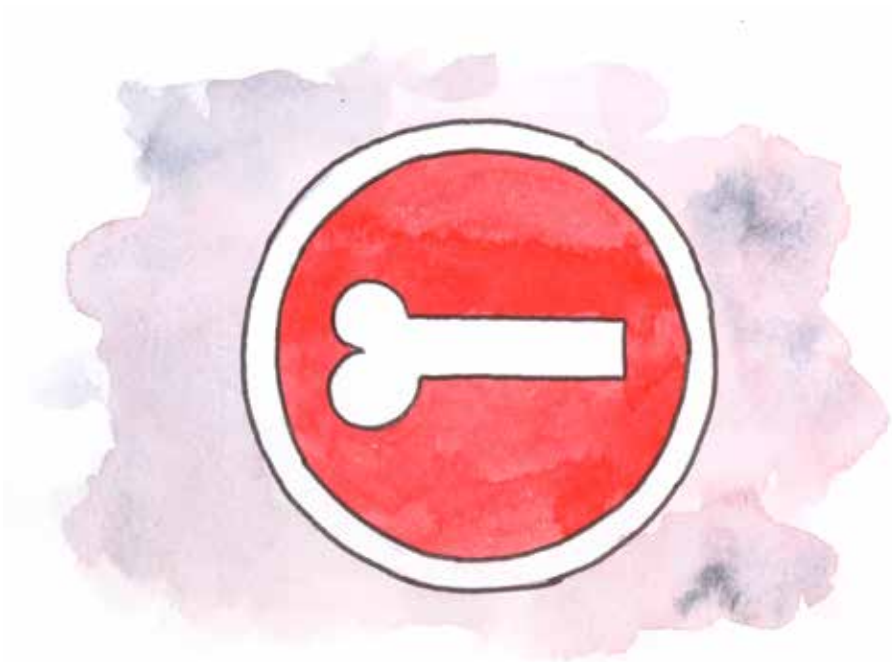
L'intimité

« On est majeurs, on n'est pas obligés de tout dire à nos parents. »

« L'intimité on la dit à nos proches en qui on a très confiance. C'est important que la personne ne répète pas. »

« Moi je n'ai pas d'intimité, ma chambre n'est pas intime... À chaque fois que je regarde des vidéos un peu pornos, ma mère rentre sans frapper. Du coup je regarde mon portable, sans son, quand tout le monde dort »

« Moi ça m'énerve parce que du coup je n'ose plus me masturber. Un jour mon père est rentré sans frapper et c'est devenu tout mou... On était tellement gênés que je n'ose plus me toucher. »





« Moi, la porte de ma chambre est toujours ouverte au cas où il m'arrive quelque chose. Mon frère lui, il a sa porte fermée, pas moi. Pourtant il pourrait lui arriver quelque chose à lui aussi! »

« Tout est compliqué quand on est handicapé... Mes parents rangent ma chambre et je n'ai aucun espace privé... J'aimerais avoir la photo de ma petite copine mais comme mon père n'est pas d'accord, je ne peux pas. Il faudrait que je puisse la cacher avec un cadenas par exemple. »

« Pour moi l'intimité c'est de garder un jardin secret, ne pas tout dire à mes parents, ne pas tout dire

à l'équipe... C'est avoir des rêves et les garder pour moi. Je ne parle jamais de sexe, ni d'amour... »

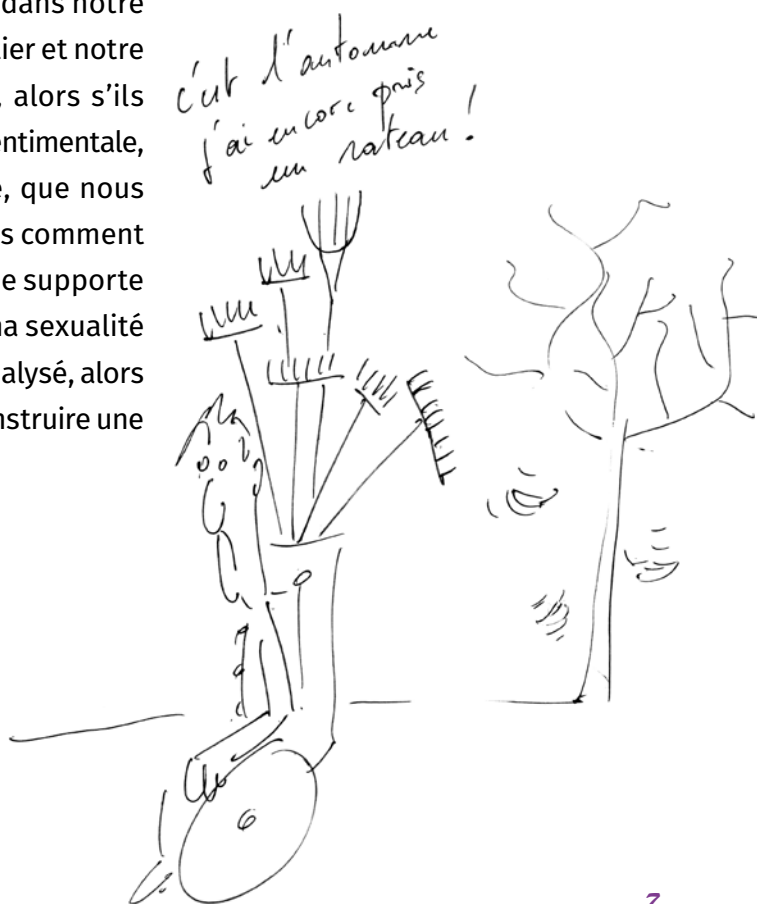
« Notre vie privée c'est du sérieux. Nos parents ne pensent pas qu'on a une vie privée, ils pensent qu'ils peuvent entrer comme ils veulent dans nos chambres parce qu'ils sont inquiets. »

« Ce qui est important, c'est le consentement entre les personnes, que les personnes se respectent: nos familles et les professionnels n'ont rien à dire si on est d'accord. On n'est pas obligés de parler de notre vie de couple. »

« L'intimité, c'est quelque chose de personnel. Ni l'institution, ni nos parents n'ont à parler de notre sexualité sous prétexte de nous protéger. L'éducation à la sexualité, ce n'est pas parler de MA sexualité! »

« C'est aussi à nous d'être prudents, de faire attention à ce qu'on raconte. On est exposés au regard des autres tout le temps du fait de nos handicaps, alors il nous faut apprendre à garder de la pudeur, ne pas tout raconter de notre intimité. Ils entrent déjà dans notre intimité de par leur métier et notre dépendance physique, alors s'ils entrent dans notre vie sentimentale, amoureuse et sexuelle, que nous reste-t-il? Je ne sais pas comment ils en parlent, mais je ne supporte plus qu'ils parlent de ma sexualité en réunion... Tout est analysé, alors comment on peut se construire une intimité? »

« Puisque la question c'est toujours celle de la sécurité, il faudrait juste prévenir du nombre de personnes dans la chambre mais pas de la nature de nos relations... Ça ne regarde personne ce qu'on fait dans notre chambre, on est adultes! »



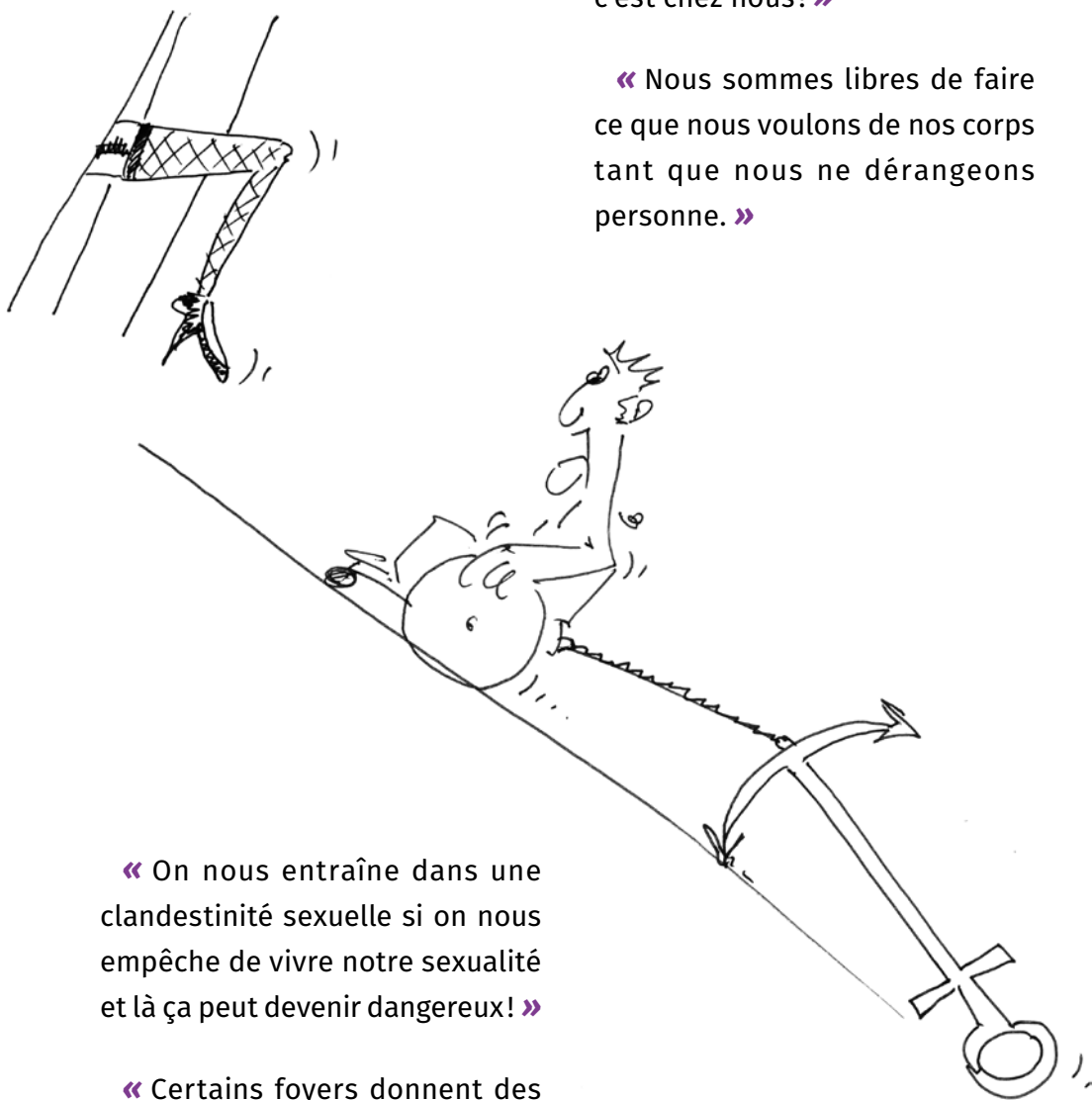


Nab

L'accessibilité

« Le foyer doit nous permettre de vivre notre sexualité, on n'a pas à aller à l'hôtel ou ailleurs puisque c'est chez nous! »

« Nous sommes libres de faire ce que nous voulons de nos corps tant que nous ne dérangeons personne. »

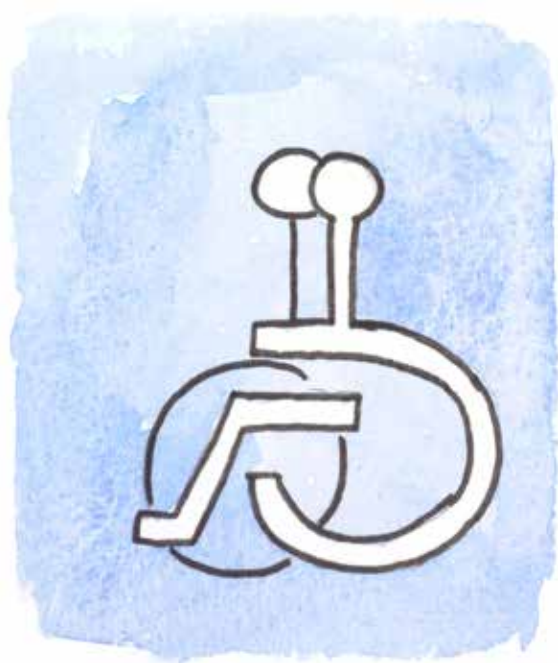


« On nous entraîne dans une clandestinité sexuelle si on nous empêche de vivre notre sexualité et là ça peut devenir dangereux! »

« Certains foyers donnent des horaires, ou interdisent des visites extérieures, ou encore disent qu'on ne peut recevoir que les WE pour éviter les problèmes... De quel droit ils décident de quand nous pouvons voir notre partenaire? »

« Pour nous permettre d'avoir une vie affective et sexuelle en toute intimité, il faut aussi penser à aménager l'espace, avoir la possibilité d'ouvrir et fermer notre porte de notre lit par exemple quand on ne peut pas se lever seul... Et puis il serait bien d'avoir des lits deux places... Mais la sécurité sociale ne paie pas pour des lits deux places médicalisés et nous avons de faibles revenus... »







La séduction

« La séduction peut passer par un regard, des mots, un geste, des sourires, des discussions, par la gentillesse, même lorsqu'on est handicapé... »

« Avec un corps déformé, des cicatrices, on peut aussi être attirant... On est un homme ou une femme avant d'être handicapé. »

« Je suis handicapée mais j'ai les formes d'une femme : je suis une femme avant d'être handicapée. La société doit changer de regard : les gens voient d'abord le handicap et après la personne, ça devrait être le contraire ! »

« La société impose aux femmes d'avoir un enfant, mais pour les femmes handicapées, c'est le contraire ! Alors comment se construire avec ce rêve brisé dès le début ? »



Les rencontres amoureuses

« C'est difficile de rencontrer quelqu'un quand on est en situation de handicap. »

« Je n'ai jamais fait l'amour, je ne connais pas, je n'ai rencontré personne et je crois que pour être un homme il faut l'avoir fait. »

« Avec internet ça permet de rêver. Parfois c'est bien, parfois ce n'est pas bien. C'est plus facile de communiquer derrière un clavier. Je mets une photo avec mon fauteuil comme ça, il n'y a pas de surprise. Quand tu rencontres une personne valide, c'est toujours beaucoup de questions : est-ce que cette personne va m'aimer malgré mon handicap ? Est-ce qu'elle va accepter mon handicap ? L'ordinateur ça protège. Dehors, les gens ne me voient pas. »

« On ne peut pas nous empêcher de tomber amoureux. Ce n'est pas les handicapés avec les handicapés et les valides avec les valides. L'amour ne se commande pas et ne peut pas s'interdire. »

« Ma famille, mes parents, ma sœur et mon frère ont beaucoup souffert de mon handicap alors comment les décevoir s'ils refusent que j'aie un petit copain ? Même en étant en foyer, je n'ose pas les décevoir. J'ai essayé d'aller contre eux, j'étais amoureuse mais mes parents ne voulaient pas entendre parler de petit copain... J'ai fait une dépression et j'ai été hospitalisée en psychiatrie. Maintenant, je n'ai plus envie de tomber amoureuse. C'est comme ça. »

« Moi c'est différent, c'est un accident de la vie mon handicap... On change de cap, c'est comme ça... Chaque personne a sa façon d'être et de voir la vie. Je ne serai plus jamais amoureuse... »





Beck

La première fois



« Pour moi, quand on est amoureuse... Après vient le sexe... Mais il y a des personnes qui aiment faire l'amour sans être amoureuses. »

« J'ai commencé à être en couple et je m'inquiète comment faire pour la première fois. C'est quelque chose que je n'ai pas encore découvert... Comment ça va se passer? Je sais que je veux faire confiance mais il y a quelque chose qui m'empêche de lâcher prise. »

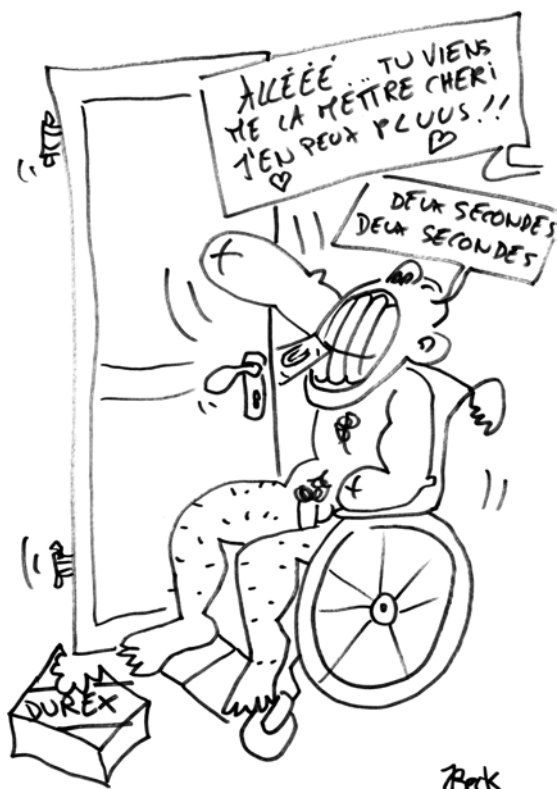
« Ça peut envahir nos pensées. »

« Si on regarde des films pornos on croit qu'on a un tout petit sexe et on se demande si on peut faire plaisir à une femme avec un petit sexe. Du coup on n'ose plus. Les groupes de paroles ça permet de savoir que c'est du cinéma, du maquillage, il y a de la préparation et dans la vraie vie ce n'est pas pareil. »

« Je ne connais pas « faire l'amour » j'en ai très envie parce que tout le monde en parle, mais ça me fait peur. »

« Moi je pense qu'il faut s'entraîner à mettre des préservatifs tout seul avant, pour ne pas être bloqué quand le jour arrive. »

« Mais si on n'y arrive pas et que notre partenaire est handicapée, qui peut nous aider? »



Les aidants sexuels c'est quoi?



« C'est une personne qui aide sexuellement. Elle peut aider à mettre le préservatif. Elle peut aider une personne qui n'arrive pas à se toucher à découvrir son corps, et les sensations érotiques. C'est une forme d'éducation à la sexualité. »

« Au début j'étais contre ça. Moi jamais je ne ferai appel à un aidant sexuel. Mais j'ai entendu tellement de gens malheureux de n'avoir personne que j'ai changé d'avis... Si ça peut aider à un mieux-être pourquoi pas? »

« En France pour le moment c'est interdit, c'est assimilé à de la prostitution, mais ça se fait sous le chapeau. »

1940



2040



Les aventures de Mich-Mich...

Par Joshua Beck à partir des réflexions des personnes I.M.C.
accueillies au foyer du Pont de Flandre

BON BEN VOILA JE TI'APPELLE JEAN-MICHEL
RALLY MAIS TOUT LE MONDE M'APPELLE
MICH-MICH, J'AI PAS DE BRAS,
DES JAMBES EN COTON... POUR LE
RESTE SA VA A PEU PRES ...



ALORS JE PASSE
LA PLUPART DU
TEMPS DANS
UN FOYER
D'HEBERGEMENT
POUR ADULTES
HANDICAPES..
C'EST UN TRUC
COMME POUR LES
SANS-PAPIERS,
LES SANS-ABRIS,
LES SANS
DREILLES,

LES SANS-DENTS, LES SANS-PARENTS,
LES SANS-PLUS-LE-DROIT-DE-SORTIR
DEHORS-VOIR-LE-TEMPS-QU'IL-FAIT... TOUT
PAREIL MAIS POUR LES GENS COMME
NOUS...

C'EST VACHEMENT BIEN TU VOIS PARCEQUE
L'ETAT T'ET A NOTRE DISPOSITION PLEIN
DE GENS POUR QU'ILS S'OCCUPENT DE
NOUS ... LE PROBLEME C'EST QUE DANS
LEUR FORMATION Y ZONT PAS PENSE'
A TOUT ... PAR EXEMPLE COMMENT TU
FAIS QUAND T'AS PAS D'BRAS
ET QUE TU VEUX METTRE
UNE CAPOTE ?
FAUT DIRE QUE SI T'ES
EN FAUTEUIL ET QUE
TU AS UNE COPINE
T'AS DEJA VACHEMENT
BOL ... FAUT
PAS TROP EN DETANDER
QUAND MEME ... PARCEQUE TU
CROIS QUE DANS LA FORMATION
DES GENS QUI S'OCCUPENT DE
NOUS YA UN MODULE

QUI S'APPELLE "L'ENFILAGE DES CAPOTES
 ANGLAISES CHEZ LES PERSONNES
 EN SITUATION DE BRAS ABSENTS"
 REMARQUE ENFILLEUR DE CAPOTES C'EST
 UN METIER D'AVENIR... BON ÇA N'A
 PEUT ETRE RIEN A VOIR MAIS BON
 J'RACONTE QUAND PETITE :
 COMME JE PEUX PAS ME
 LAVER TOUT SEUL FAUT
 QU'ON M'AIDE
 MAIS COMMENT
 TU VEUX QUE JE
 NE BANDE PAS QUAND
 ON ME CAVE...
 D'AUTANT QU'AU CAS
 OU VOUS AURIEZ
 PAS REMARQUÉ QUE JE PASSE LA
 PLUPART DE MES JOURNÉES A 5'11.
 HAUTEUR D'HOMME ET SURTOUT



DE FEMME... J'AI QUASIMENT LA
 TETE DANS LE CUL EN PERMANENCE ... SI
 ON S'ACCROUIT A COTE DE TOI C'EST
 DANS LES NICHONS.. QU'EST CE QUE TU
 VEUX ON NAIT COMME ON NAIT
 C'EST NORMAL QUE GA ME
 TRAVAILLE CES QUESTIONS
 LA.. DIS TU AS
 DEJA ESSAYE
 DE TE MASTURBER
 SANS CES MAINS ?
 JE VEUX DIRE TOUT
 SEUL ? JE TE DIS
 PAS LA PRESSION
 ET PUIS LE PERSONNEL ILS
 ONT BEAU ETRE SYOTPAS
 "ON N'EST PAS FORTEES POUR!!"
 QU'ILS REPONDENT... ALORS JE
 FAIS QUOI TOI ?



JE CONTINUE A METER DU YOU PORN
DANS "MA - CHAMBRE - QUI - NE - FERMÉ - PAS -"
A - CLEF - OU - TOUT - LE - MONDE - PEUT - ENTRER !"
COMME ÇA TOUT LE PERSONNEL CONTINUERA
DE SE FOUTRE DE MA GUEULE EN
M'APPELLANT "MICH - MICH LA

BRANLETTE"... NON
MAIS A PART ÇA C'EST
SYMPA ici ... CES
LOCALS SONT PROPRES
ON MANGE BIEN
LA CHARTRE DES
DROITS ET LIBERTÉS
DE LA PERSONNE
HANDICAPÉE EST SIGNÉE ..

NAH C'EST COOL ... BON FAUT
QUE JE VOUS LAISSE ... JE DOIS
RENTRE LE FOYER FERMÉ A 18^H00
APRÈS ON PEUT PLUS RENTRER OU
SORTIR ... ALLEZ A PLUS ... CIAO

MICH - MICH



« Le plus difficile dans nos métiers reste d'assurer la protection des personnes vulnérables, tout en garantissant leur droit à la Liberté. Le handicap ne doit pas être l'occasion de priver les personnes de leur vie affective et sexuelle, sous prétexte de les protéger de mauvaises rencontres ou de situations délicates à gérer.

Plutôt que d'interdire, nous faisons le choix d'accompagner en libérant la parole. De ce fait, les résidents peuvent se sentir libres d'aborder tous les sujets qu'ils souhaitent et nous aussi : ainsi ils peuvent trouver les meilleures solutions pour eux.

C'est pourquoi pour les personnes vivant au foyer, il n'y a ni horaire, ni interdiction de recevoir les personnes de leur choix dans leurs studios. En revanche, pour des raisons évidentes de sécurité, nous leur demandons simplement de nous avertir de leurs sorties afin de les accompagner au mieux lorsqu'ils rentrent chez eux et également de nous dire lorsqu'ils reçoivent, s'ils souhaitent ne pas être dérangés.

La question de la dépendance aux soignants pour les actes de la vie quotidienne n'entrave en rien leur liberté de circuler librement et d'entretenir les relations de leurs choix. Cela demande une organisation particulièrement respectueuse des besoins, facultés et désirs de chacun.

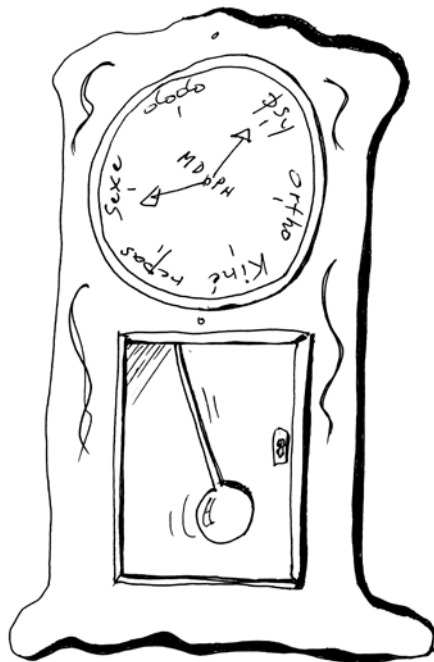
Ce livret témoigne d'un long travail d'émancipation des résidents avec des prises de paroles sincères. Il permettra, je l'espère, de nourrir les questionnements des équipes professionnelles et des familles pour aider au mieux les personnes en situation de handicap de vivre pleinement leur vie. »

Nous terminerons par citer une résidente du foyer d'accueil médicalisé :
« je préfère pleurer parce que j'ai un chagrin d'amour, plutôt que pleurer parce que je n'en ai pas. »

Madame Elicery

Directrice des foyers « le pont de Flandre » et du SAJ

Pour toujours être à l'heure
à tes rendez-vous
La pendule agréée par les ARS,
La MDPH et le ministère de la
Santé!! La pendule qui Régule!

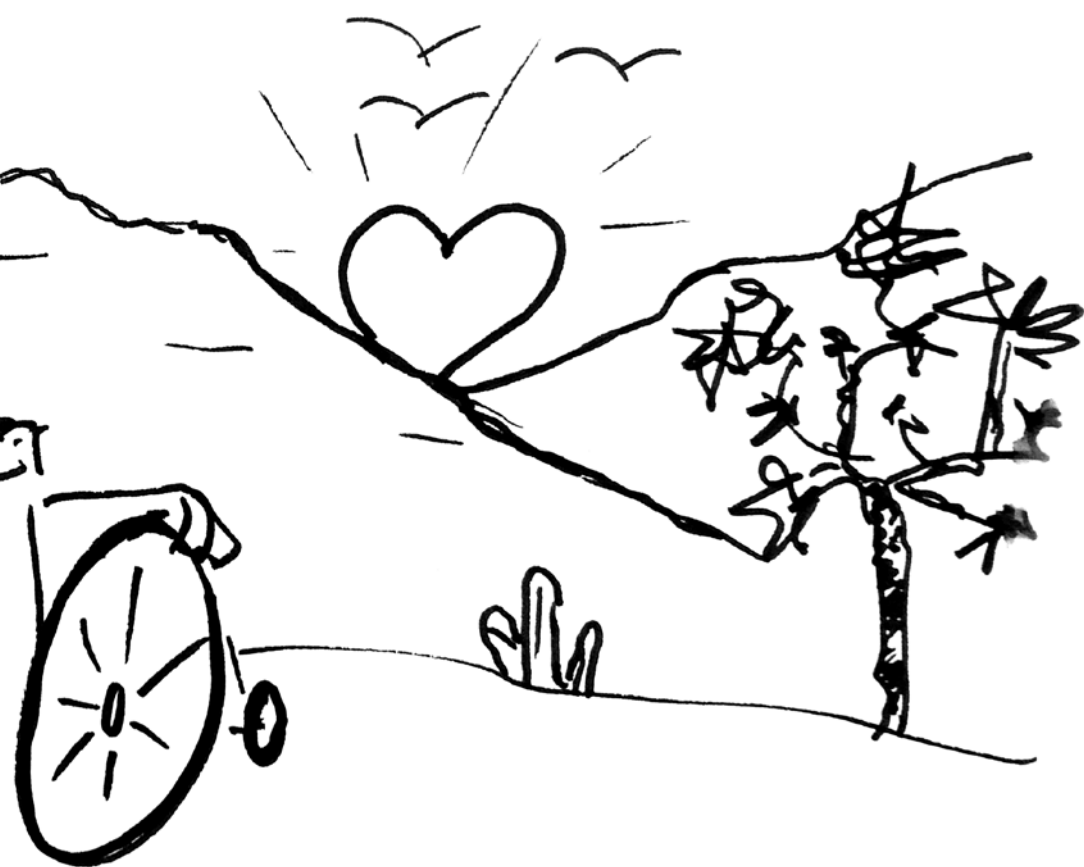






727=3

337



Un grand merci aux personnes accompagnées au SAJ de l'association Cap'Devant pour l'authenticité de leurs témoignages et leur investissement dans ce projet :

**ADAM Gwladys, AMBROSI Ludmilla, BENMOULAY Ikram,
BOODHOWA Roukhsaar, CALDARARIU Elena, DIALLO Nadjouma,
GORLICKA Magdalena, MOURID Sahar, THIVENTHIRAN Sirajini,
TIMERA Aichata, VERNET Corinne, ADRI Saad, DEHILES Karim,
GHAFOOR Bilal, LAMBERT Bruno, QUINCEY Jean Benjamin,
RIBEIRO Stéphane et ZEROUALI Jaouad.**

Merci aussi aux personnes du foyer de vie « Le Pont de Flandre » qui sont venues avec enthousiasme les samedis pour apporter leurs expériences et leur dynamisme :

**Aïssata DIA, Vasil FAURE, Fernando GONZALEZ, Sylvie KALOUSTIAN,
Marie-Laure KAMINSKI, Cindy KEITA, Véronique LESEUR,
Roxane PIERARD de MAUJOUY, Daniel PRIM, Juvenal MAYEMBA,
Imen BENABDERRAHMANE.**

Merci aux professionnels de l'association Cap'Devant qui ont soutenu ce projet avec disponibilité et bienveillance :

**ABACHE Fadila, ROQUIER Annie-France,
STRULIK Christine et TUAL Nathalie.**

Encore merci aux illustrateurs, qui ont offert leurs talents pour rendre ce livret accessible à tous et percutant :

Arnaud ARLIE, Joshua BECK, Olivier DUBUISSON et Aude FERRIER.

Merci également à Jean Gulotta et François Aussudre du lycée Claude-Garamont.

Et enfin merci à la Fondation de France qui a soutenu ce projet.

Anne Elicéry

Directrice

Manuela Romero

Psychologue et formatrice



Fondation
de
France

cap' devant!

ACCUEILLE ET ACCOMPAGNE LE HANDICAP
AU CŒUR DE LA VILLE, AU CŒUR DE LA VIE