

---

---

# Démystifions la sexualité en contexte de handicap, une relation à la fois!

— Par Laurence Raynault-Rioux —  
Chargée de projet ACSEXE+

---

---

# Déroulement de la présentation

- Présentation de l'Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie Québec
- Présentation de la Fédération du Québec pour le planning des naissances et son projet ACSEXÉ+
- Le spina bifida : un rapide tour d'horizon
- Qu'est-ce qu'on dit de la sexualité en situation de handicap ?
- Avec qui parle-t-on de sexualité au quotidien ?
- Pour les professionnel.le.s ...
- Pour les personnes concerné.e.s ...

Période de questions

# Présentation de Spina-bifida hydrocéphalie Québec

**L'Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie du Québec** mise sur l'entraide, la prévention, l'information, la recherche de solution et le soutien pour que les personnes qui vivent avec le spina-bifida et l'hydrocéphalie vivent une vie active.

L'organisme tient une série de conférences sur des thèmes touchant à la condition de spina-bifida.



# Présentation de la FQPN - ACSEXE+

**La Fédération du Québec pour le planning des naissances (FQPN)** est un regroupement féministe de défense de droits et d'éducation populaire en matière de santé sexuelle et reproductive. Son mandat est de sensibiliser, d'informer et d'encourager la réflexion critique en santé sexuelle et reproductive.

**Le projet ACSEXE** est un projet mis en place en 2015 à la FQPN afin de défendre les droits en santé sexuelle et reproductive des femmes, personnes trans et non-binaires en situation de handicap, Sourdes et neurodiverses.



# Témoignages de Nadia Dallaire

Elle a déjà pris la parole pour plusieurs projets sur la maternité et le spina bifida

Pourquoi parler de sexualité et de handicap : il est important d'aborder ce thème afin que les personnes concernées apprennent à vivre une sexualité épanouie et que les préjugés sur la sexualité et les situations de handicap tombent

témoignage: [https://www.youtube.com/watch?v=ESl\\_JoFKr4U&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=ESl_JoFKr4U&feature=youtu.be)

# Le spina bifida : un rapide tour d'horizon

## Qu'est-ce que comporte ce handicap?

- Malformation de la colonne vertébrale qui apparaît pendant le développement embryonnaire.
- Les conséquences dépendent des vertèbres affectées, de la taille de la fissure et varient pour chaque individu.
- Le spina-bifida touche environ 1 naissance sur 2 500 au Canada.

## Comment prévenir le développement d'un spina-bifida ?

- Avec la prise l'acide folique ou de vitamines prénatales au moins 3 mois avant et pendant la grossesse
- Capsules d'acide folique sont en vente libre à la pharmacie
- Toujours préférable d'en discuter avec un.e médecin ou un.e pharmacien.ne

# Qu'est-ce qu'on dit de la sexualité en situation de handicap ?

## Qu'est-ce que ça englobe la sexualité ?

- anatomie sexuelle, consentement, plaisir, les sensations, expressions et identités de genres, les différentes pratiques sexuelles, etc.
- La santé sexuelle englobe aussi les relations intimes et amoureuses.

## La sexualité et le spina-bifida

- Anxiété qui peut être ressentie quand on pense à expliquer sa condition et une possible incontinence
- Pas ou peu de sensation autour des parties génitales
- Allergie au latex

# On parle de sexe : sexualité et handicap

Segment *C'est bon à savoir* :





# Avec qui parle-t-on de sexualité au quotidien ?

Famille/Tuteurs/Tutrices

Ami.e.s

Professionnel.le.s de la santé

Autres proches, par exemple un.e professeur.e ou intervenant.e

Toutefois, plusieurs facteurs peuvent nous empêcher de vouloir parler de sexualité avec nos proches ...

- La gêne
- Le manque d'information
- Le manque / un bris de confiance
- etc.

# L'importance de l'éducation à la sexualité

Il est important d'obtenir de l'éducation à la sexualité soit émancipatrice, inclusive et positive

- Ne pas parler uniquement des risques liés à la sexualité
- Parler de plaisir, d'émotions, donner des alternatives pour que l'on puisse être épanoui.e dans notre sexualité si on a des limitations
- Parler de consentement et de communication

# Pour les personnes concerné.e.s ...

Quelles sont les questions que vous aimeriez que l'on vous pose par rapport à la sexualité

Est-ce qu'il y a un sujet qui n'a pas été abordé aujourd'hui qui aurait été intéressant de creuser ?

# Pour les professionnel.le.s ...

- Avoir le sentiment de ne pas se sentir outillé.e.s pour en parler avec les personnes en situation de handicap
- Avoir le sentiment que ce n'est pas moi qui devrait aborder ce sujet, ça devrait être une autre personne (parents, autre professionnel.le, professeur.e.s, etc.)

# Sources

- Sexuality and spina bifida, par Amy McPherson, 2018.  
<https://www.youtube.com/watch?v=2rmY4xWRqrl>
- On parle de sexe, Sexualité et handicap, Télé-Québec, 2019.

# Ressources partagées dans la discussion

Livre **Corps accord: Guide de sexualité positive** par Nesrine Bessaïh et la CORPS féministe, Adaptation de Our Bodies, Ourselves sur la santé des femmes.

PDF **La roue des 3 oui** fait par le bien être @ l'école :

[https://www.bienetrealecole.ca/sites/default/files/rouedes3oui\\_0.pdf?fbclid=IwAR3Pn2MlliD5DjKFhsMjhLDHstHpT8gt4v60XaK13GbzgqItkFZlrHX5u08](https://www.bienetrealecole.ca/sites/default/files/rouedes3oui_0.pdf?fbclid=IwAR3Pn2MlliD5DjKFhsMjhLDHstHpT8gt4v60XaK13GbzgqItkFZlrHX5u08)

Balado **Au coin du brasier**: balado féministe pour discuter positivement de la santé sexuelle des femmes et personnes non binaires en situation de handicap. Lancement à venir :

<https://www.instagram.com/aucoindubrasier/?hl=fr-ca>

Manuel **Sex education** (v.f) de la série Éducation sexuelle (*Sex Education*) :

[https://sexeducation.fr/assets/data/le\\_petit\\_manuel\\_sex\\_education.pdf](https://sexeducation.fr/assets/data/le_petit_manuel_sex_education.pdf)

Série **On parle de sexe** de Télé-Québec, 2019: <https://zonevideo.telequebec.tv/a-z/752/on-parle-de-sexe>

# Période de questions

**La parole est à vous !**

# Remerciements

Merci à l'équipe de travail de l'Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie Québec pour l'invitation.

Merci aux personnes qui étaient présentes aujourd'hui en visioconférence et sur Facebook.

**Questions, commentaires ou autre ?**

acsexex@fqpn.qc.ca

514-866-3721 poste 1804