

8. Handicap et sexualité : des clichés qui pèsent lourd ?

Transcribed by [TurboScribe.ai](#). [Go Unlimited](#) to remove this message.

[Speaker 1]

Bonjour à toi chère auditrice, chers auditeurs, bonjour Chloé, bonjour Lucille, bienvenue dans Sexploration, le podcast qui t'aide à reprendre le contrôle sur ta sexualité. Ici on parle sans gêne, sans détour et sans excuses surtout. Moi c'est Lucille et l'on va discuter ensemble dans ce tout nouveau podcast.

Handicap et sexualité, deux mots qu'on ose rarement mettre dans la même phrase. Et pourtant, et si on levait le voile sur les clichés qui pèsent lourd ? Parce qu'avoir un corps différent ne veut pas dire renoncer au désir, au plaisir et à l'érotisme ou même à l'amour.

Dans cet épisode, on explore comment le handicap interroge nos représentations, secoue les tabous et révèle parfois une sexualité d'une richesse insoupçonnée. Chloé, est-ce que tu pourrais commencer par me dire pourquoi le mot sexe semble encore tabou quand il est associé au mot handicap ? Alors souvent parce qu'on pense, des fois à tort, des fois justement, que personne handicapée égale personne dépendante dans tous ses gestes du quotidien, ainsi aussi que ses sentiments, sa façon d'être.

Donc finalement, laisser une personne handicapée, que ce soit moteur, psychique ou quoi, c'est prendre le risque de le mettre en danger, quelque chose qui est finalement inaccessible pour ces gens-là. C'est encore quelque chose qui est à part. On se dit que c'est trop frêle et qu'on n'ose pas toucher en fait.

Exactement. Je comprends. D'où viennent ces idées reçues sur la sexualité des personnes handicapées finalement ?

Parce que souvent on voit certains handicaps, c'est-à-dire qu'on va faire des gros melting pot et des gros amalgames dans le sens où la personne va avoir une trisomie 21 par exemple, pour prendre ce cas le plus fréquemment mis, où on va dire que c'est des obsédés sexuels, donc il faut faire attention à leur façon d'être, donc il faut faire attention à leur sexualité, etc. On fait toujours des gros raccourcis sans comprendre vraiment le handicap et donc du coup finalement la seule chose qu'on sait faire parce qu'on ne sait pas, c'est de se séparer. C'est-à-dire que cette personne n'aura le droit finalement à rien parce qu'au moins on le met en sécurité et les autres aussi.

Je comprends. Quand on entend le mot validisme sexuel, toi tu le définirais comment ? Déjà dans un premier temps et après je te poserai une question dessus.

C'est le fait d'être en capacité d'avoir une vie sexuelle finalement, mais la capacité ça veut dire beaucoup de choses. Il y en a, ça va leur faire écho à des positions, à une capacité physique

d'avoir un acte, d'autres ça va être le fait d'avoir une capacité émotionnelle et mentale d'avoir une relation, ça va vraiment faire écho de façon très unique à chacun. Pour moi c'est vraiment être valide là-dedans, c'est avoir conscience, avoir certaines notions de consentement ou d'être le mieux accompagné possible dans ses gestes et dans cette vie affective.

Cette expression là en question, elle se manifeste comment dans la société ? Ça va être du biberonnage je trouve. C'est-à-dire qu'on va vraiment infantiliser des fois des personnes handicapées sur leurs gestes, sur leur façon d'être, d'avoir envie, etc.

On va vraiment les prendre comme si c'était des enfants et ça peut être très déstabilisant pour certaines personnes. Est-ce qu'on invisibilise le désir et les besoins affectifs des personnes en situation de handicap ? Totalelement, oui totalement.

C'est-à-dire que c'est quelque chose qui pour la plupart du temps n'existe pas. Quand on voit dans des maisons d'accompagnement justement, que ce soit des enfants, ados ou adultes qui sont handicapés, on va vraiment avoir une espèce d'omerta qui va se créer, une pilule contraceptive, un contraceptif qui va être mis d'office. On va avoir vraiment des séparations de sexe entre les personnes pour être sûr qu'il n'y ait pas d'accident.

On n'accompagne pas vraiment les parents et tout ça. Mais ce n'est pas encore une fois la faute des aidants, c'est une fois encore le manque de formation, d'information des professionnels sur ce sujet. On définit d'ailleurs souvent l'image d'un corps désirant, désirable.

Pourquoi il est autant normé aujourd'hui selon toi ? Parce qu'on a eu des belles représentations sculpturales dans les peintures, dans beaucoup de choses, dans la littérature, qui ont fait que pour chaque époque, il y avait un standard féminin, un standard masculin. Et du coup, s'il nous manque une partie de ce corps-là, ou qu'on devient différent par un trait de visage, quelque chose comme ça, notre esprit va avoir vraiment un effet de rejet.

Alors que c'est simplement une habitude qu'on a eue, j'ai envie de dire une espèce d'éducation au beau qu'on a eue. Est-ce que tu penses que c'est aussi en conséquence des réseaux sociaux, de la pornographie que cette image de corps désirant, désirable, elle est autant normée ? Oui, c'était comme dans les petits journaux qu'on avait, la Jeune et Jolie, Biba, Les Magazines, L'Amour, on avait une représentation de la femme qui était très normée.

On voit de plus en plus maintenant certaines marques ou sponsors qui vont vraiment aller sur la personne handicapée, où là on voit vraiment qu'on commence une fois de plus à les normaliser, à faire que c'est des personnes comme les autres. Mais ça prend du temps et le chemin est encore long. Selon toi, comment l'éducation affective et sexuelle pourrait être mieux incluse dans les parcours de vie différents ?

Ça c'est vraiment important, c'est-à-dire que les professionnels de santé ou sociaux qui accompagnent ces personnes-là dans les gestes du quotidien, ou la famille, tout ce qui peut être aidant, finalement, ne reçoivent aucune formation là-dedans. Et s'ils avaient connaissance

et formation, je pense qu'il y aurait beaucoup moins de problèmes, beaucoup moins de personnes handicapées qui se senteraient un peu laissées sur le banc de touche, ou mises dans des cases de « c'est un handicapé, on va faire pour lui et on va gérer sa vie ». Ouais, jusqu'au bout et jusque dans le lit.

C'est ça. On parlait à quelques instants de l'image d'un corps désirant, désirable, et on va aussi un petit peu bifurquer sur toute la partie émotionnelle, désir. Quelles sont les conséquences émotionnelles de l'exclusion ou de l'hypersexualisation ?

Sur des personnes handicapées, on va avoir des très grosses stress tests. On va avoir des gens qui vont s'exclure un petit peu de la société parce que je n'ai pas le droit, alors finalement, je reste dans mon coin, je ne touche personne, je ne parle à personne, je reste dans mon coin, je suis exclue. Et il va y avoir aussi après tous les comportements qui vont dévier de ce comportement-là.

C'est-à-dire que plus vous allez enfermer quelqu'un dans l'interdiction de faire, plus finalement l'interdiction est tentante. C'est-à-dire qu'on va avoir envie, donc on va avoir des comportements qui vont aller à crescendo, à jusqu'à des fois la violence malheureusement, parce qu'à force d'interdire quelqu'un, il va aller dans tout ce qui est interdit. Ouais, c'est le plus extrême, tout et son contraire.

Sans éducation, sans aucune notion de bornes et de limites. Donc là, c'est la foire au n'importe quoi effectivement. Et pour, on va dire, freiner du coup cet élan, comment on peut apprendre, voire réapprendre à s'aimer, à désirer dans un corps qui a été jugé, stigmatisé ?

Ça va être vraiment toute l'équipe qu'il y a autour de ces personnes-là, qui vont vraiment avoir le rôle moteur. C'est-à-dire, oui, tu as un corps comme ça, ou tu as une déficience telle, parce qu'il y a un handicap une personne. C'est vraiment reprendre la base des choses sur qu'est-ce que cognitivement tu es capable de faire, qu'est-ce qu'affectueusement tu es capable de donner, qu'est-ce que ton corps peut faire.

Voilà, entre guillemets, le panel de propositions qui peuvent t'aller. Et maintenant, tu fais de ça, tu sais ce que tu peux faire, ce que tu peux pas faire à cause ou grâce à ton corps. Et hop, après, tu restes dans une certaine autonomie finalement, on te borne pas là-dedans.

Donc là, en fait, on peut parler pas uniquement des limites qu'on a tendance à se mettre émotionnelles, mais aussi limites physiques, c'est ça ? C'est-à-dire qu'on va vraiment l'accompagner sur ce qui est possible de faire, mais c'est à lui qu'on laisse les clés. C'est pas nous qui allons prendre les clés pour lui.

C'est toujours avoir un rôle patient, professionnel, mais en même temps avec le côté très humaniste de la chose. C'est-à-dire que c'est pas parce que c'est une personne en situation de handicap que c'est un handicapé de la vie qui sait rien faire. Ben non, bien heureusement, c'est ça, effectivement.

En quoi l'écoute, la lenteur, peuvent réinventer justement l'érotisme, dans ce cas de figure ? C'est là que les chemins finalement d'une personne valide ou invalide vont se rapprocher. C'est que si, on va dire psychiquement, on arrive à être dans une certaine réalité, qu'on est autonome là-dedans, on a finalement le même champ des possibles que quelqu'un qui est valide.

C'est-à-dire qu'encore une fois, il faut vraiment remettre la place du corps et de la pénétration des sexes, etc. à sa place. C'est-à-dire que c'est accessoire, normalement.

C'est vraiment tout ce qui va être émotionnel, tout ce qu'on va partager dans les mots, dans la beauté un petit peu de la chose, tout ce qu'on va pouvoir mettre en scène finalement dans tout ça qui va être intéressant. Donc c'est là finalement que les chemins se reprennent ensemble et que finalement on se voit moins diminuer que ce qu'on pense dans ces possibilités. Selon toi, du coup, on en revient souvent à toujours ces mêmes thématiques, qu'importe finalement le sujet principal.

On en revient toujours à la tendresse, toujours à la communication, toujours à l'écoute. Mais là, ma question c'est surtout comment on va se réapproprier avec ces thématiques, son corps, son plaisir, son désir, en tant qu'individu même ? C'est vraiment une recherche de sa propre sensualité, ses propres désirs et limites.

Ce qu'on veut en faire et si effectivement on voit qu'on a des problèmes de motricité, ce genre de choses, se renseigner avec un professionnel sur ce qui est possible de mettre en place. On voit maintenant qu'il y a des systèmes de rails au plafond pour avoir une mobilité au lit, ce genre de choses. C'est vraiment revisiter tout l'espace nuit si c'est des problèmes de mobilité.

Ça va être aussi à comment on peut certainement des fois ajuster le logement pour que ce soit plus facile entre les deux. C'est l'entente conjugale, c'est vraiment finalement des questions qui vont être très diverses et variées selon le handicap. Mais il y a toujours finalement quelque chose à mettre en place.

En France, il y a beaucoup de débats encore sur l'aidant sexuel par exemple, où c'est clairement pas autorisé en France parce que c'est rapporté à la prostitution. Mais c'est des choses qui sont peut-être à réfléchir et à faire de manière intelligente, parce que pourquoi il n'aurait pas le droit finalement aussi à des personnes qui viennent prendre du bon temps avec eux, mais encore une fois avec bornes et limites, c'est des sujets qui sont très pointilleux à mettre en place. On parlait en l'occurrence il y a très peu de temps de tout ce qui était accompagnement, communication dans la relation de couple, il y a forcément aussi des freins qu'on rencontre.

Dans la vie de couple quand on vit avec un handicap, quels sont les freins possibles ? Les freins possibles ça va être des fois l'acceptation, c'est à dire que si le handicap n'est pas de naissance, par exemple un accident de voiture, quelque chose qui a provoqué un handicap moteur, par exemple sur les bras ou les jambes, ça va être accepter de ne plus avoir de sensations en dessous de la ceinture, c'est tout ça. Le fait de, voilà, si on a une amputation, de pouvoir

accepter visuellement ça, accepter d'être touché à cet endroit-là, etc.

Donc ça va être tout un parcours sensoriel à remettre en place. Ça va être dans le quotidien, des fois avoir une perte d'autonomie pour un homme ou pour une femme c'est finalement être tributaire de sa compagne ou de son conjoint en disant, voilà, entre guillemets, t'as vu ça, je sers plus à rien, elle est obligée de faire tout ça pour moi, et finalement on casse un petit peu cette confiance qu'on a, donc forcément la sexualité derrière. Elle en prend un coup, oui.

Comment on peut parler à son ou sa partenaire, que ce soit en couple ou célibataire avec simplement une personne avec qui on a une relation intime, comment on peut parler de ses besoins intimes ou de ses limites ? À cette personne ? C'est vraiment important d'avoir déjà cette période d'acceptation et une fois qu'on l'a dépassée effectivement parler de ce qu'on veut vraiment.

C'est-à-dire que c'est pas parce qu'un organe ne fonctionne plus que nous on est mort ou on est en sommeil. C'est important de dire, voilà, moi j'ai quand même envie de partager ces moments-là. Des fois le conjoint ne va pas avoir le réflexe de toucher par peur de faire mal, d'être maladroit, etc.

C'est vraiment dire, il va falloir qu'on redéfinisse un peu les codes, les termes du contrat ensemble pour que tu vois ce que moi j'ai envie, ce qu'il est possible de faire et finalement négocier entre nous ce qu'on en veut quoi. Et justement, j'en rebondis sur la personne qui l'a intitulée ses partenaires valides pour le coup. Comment il peut sortir de cette peur de mal faire, de m'être mal intentionnée, de blesser potentiellement ?

Comment il peut réagir face à ça ? C'est vraiment en posant des questions à l'équipe qui l'entoure, donc soit médicale, soit de rééducation, ce genre de choses, en accompagnement sexologique ou psychologique, c'est vraiment reprendre la base, c'est qu'est-ce qui est vrai dans mes pensées et qu'est-ce qui ne l'est pas ? Est-ce que je me fais des idées ?

Si vraiment je le touche là, est-ce que ça va lui faire mal ? Lui poser aussi vivement la question, c'est qu'est-ce qui est ok pour toi ? Est-ce que quand je fais ça, ça te fait mal ?

Encore une fois, ces thérapies par le massage, par la parole, par ce genre de choses, peuvent vraiment aider à débloquer certaines situations. Tu parlais à quelques instants de créer donc un climat de communication, de confiance. Quel rôle jouent ces dimensions-là dans la sexualité ?

C'est l'épier, de toute manière, c'est ce qu'on rabâche depuis le début. C'est ça, c'est vraiment remettre des limites, redéfinir son script érotique, savoir ce qu'on va faire, reprendre confiance en soi, en se disant que ce n'est pas parce qu'effectivement il me manque par exemple maintenant une jambe, un bras ou une main, ou que j'ai cette cicatrice-là au niveau du visage, du torse, qui m'a mis un énorme coup là, ou j'ai une perte de mobilité, etc. Finalement, ça ne fait pas moi quelqu'un de moitié, je reste un homme ou je reste une femme, et j'ai autant d'importance dans la société que quelqu'un d'autre.

Et c'est vraiment essayer de se replacer dans sa vie avec malheureusement l'embûche qu'on a eue, en se disant finalement j'ai le droit aux mêmes choses que tout le monde, avec mes propres limites effectivement. Je vais revendiquer sur la dernière partie, qui va être plus sur créer un espace de confiance pour pouvoir justement avoir une sexualité épanouie. Quelle stratégie on peut créer pour créer cet espace érotique en fait, sans y mettre de la pression, cette idée de performance à chaque fois ?

Une idée de performance de toute façon, il faut vraiment qu'elle parte d'office à la poubelle, c'est écouter son corps, savoir si c'est douloureux, si ça l'est pas, qu'est-ce que ça nous procure, encore une fois il y a les crescendos, c'est finalement reprendre tout à zéro et se dire voilà maintenant d'où je suis sensible, quelle sensibilité je peux accroître à certains endroits, qu'est-ce qui me fait vraiment plaisir, qu'est-ce que je veux finalement maintenant et mettre en exergue tout ça. C'est vraiment un travail, ce que je peux faire sur le corps de ma conjointe ou sur le corps de mon conjoint et inversement, qu'est-ce qui est possible de mettre, quel jeu on peut mettre aussi en place.

Il y a des fois les nouveaux érotismes qui se mettent en place dans le couple, c'est vraiment une réinvention de ces mécanismes dans tout ça. Maintenant on va écouter Amour Plastique de Vidéoclub et on se retrouve dans quelques minutes.

[Speaker 2]

Dans mon esprit tout divague, je me perds dans tes yeux, je me noie dans la vague de ton regard amoureux. Je ne veux que ton âme divaguant sur ma peau, une fleur, une femme dans ton cœur Roméo. Je ne suis que ton nom, le souffle lancinant de nos corps dans le sombre animé lentement.

La nuit, je pleure des larmes qui coulent le long de mes joues. Je ne pense à toi que quand le jour sombre, que s'abattent sur moi mes tristes démons. Dans la vie me sans fond, aime-moi jusqu'à ce que les roses fanent, que nos âmes sombrent dans les limbes profondes.

Et même quand tout est sombre, je te regarde danser. Je résonne en baiser le long de ta poitrine, perdu dans l'avalanche de mon cœur égaré. Qui es-tu ?

Où es-tu ? Par les pleurs, par les rires de ton ombre effarée, je résonne en baiser. Dans mon esprit tout divers, je me perds dans tes yeux, je me noie dans la vague de ton regard amoureux.

Je ne veux que ton âme divaguant sur ma peau, une fleur, une femme dans ton cœur Roméo. Je ne suis que ton nom, le souffle lancinant de nos corps dans le sombre animé lentement. Et même quand tout est sombre, je te regarde danser.

[Speaker 1]

Précédemment, nous échangeons sur la pression que l'on se met dans une relation intime quand on vit avec un handicap. On soulève notamment la place de la partenaire dans le couple,

dans les différents moyens pour vivre et sa sexualité est de façon épanouie. Est-ce qu'on parlait d'accompagnement, qui était un sujet assez tabou, assez mal vu.

Est-ce que le recours à des accompagnements sexuels est une solution encore trop méconnue ? Totalement méconnue et très tabou et controversée en France. C'est-à-dire que les gens vont voir une prostitution, une certaine malhonnêteté chez les accompagnements.

On va vraiment se dire qu'il faut forcément être un peu vicieux pour être accompagnement sexuel là-dedans. C'est vraiment la façon de voir des choses de chacun, ça c'est sûr. Après, je pense que si le dossier était vraiment bien mis en place au niveau de l'Etat et qu'il y avait des sélections qui étaient faites, un certain sérieux qui était pris en fin sur ça, je pense qu'il pourrait y avoir une solution.

Mais encore une fois avec beaucoup de travail, beaucoup de garde-fous dans tout ça, pour qu'effectivement il n'y ait pas tout cet attachement aussi émotionnel sur une personne, qu'il n'y ait pas de trafic entre guillemets dans tout ça. C'est vraiment important que les choses soient bien faites, mais pour le moment c'est loin, loin, loin d'être un sujet sur la table malheureusement. Quelles ressources ou personnes à ce moment-là peuvent aider à se reconnecter à une vie intime épanouie ?

On va quand même avoir sur les aidants sexuels des choses qui sont possibles. Je ne peux pas te donner de noms ou autres parce que c'est interdit en France, mais ça se fait. Il y a des associations qui se battent dedans pour vraiment proposer des choses.

C'est au renseignement à avoir. C'est vraiment essayer de voir des professionnels dans le handicap qui sont formés, ça commence à émerger un petit peu sur ce qui est possible de faire. C'est aussi prendre son rôle de conjoint avant celui d'aidant, ça c'est vraiment important.

On a vraiment tendance à vouloir aider son partenaire, ce qui est normal. Mais il ne faut pas oublier qu'on est conjoint avant d'être aidant et pas s'épuiser à la tâche non plus. Donc si on a les moyens de faire en sorte de se détacher de ce travail, c'est bénéfique pour les deux.

C'est-à-dire que la personne ne se trouve pas dépendante tout le temps de sa compagne ou de son compagnon et inversement, ce qui remet un équilibre de couple et pas de personnel soignant. Complètement, oui. Est-ce que tu aurais un message que tu aimerais faire passer à une personne qui pense que la sexualité n'est plus faite pour elle ou pour lui ?

C'est essayer de cette personne, selon son handicap, ça va soit être d'essayer de toucher son bras pour voir la sensation qu'il a et ce qu'il en a. Si oui, c'est qu'il y a des sensations qui sont possibles à avoir dans son corps. Si on n'a pas une personne qui peut être sourde ou muette, c'est finalement que j'ai les autres sens qui fonctionnent.

C'est quel sens fonctionne encore chez moi, lesquels on exclut ? Et finalement, je peux encore en faire des choses. Et c'est se comparer des fois un petit peu aux personnes valides en se disant « Regarde, lui il est peut-être valide, il a peut-être ses quatre membres, mais qu'est-ce

qu'il fait de tout ça ?

Quelle sensibilité ? » Il n'en a aucune. Donc finalement, moi j'ai plus de sensibilité que lui alors qu'effectivement, il me manque une certaine mobilité.

En fait, c'est un peu une sorte de redécouverte, réexploration de la vie intime de son partenaire, son terrain, et voir comment il agit aujourd'hui, ce qu'il aime. Et de tout son environnement, de son accompagnement, ça c'est très important. Essayer d'en parler aussi, ça peut être à son référent, à son éducateur.

Qu'est-ce qui est possible de faire ? Est-ce que je suis obligée d'avoir un bornage quand je veux m'approcher de quelqu'un ? Pourquoi ?

Quelles sont vraiment mes vraies limites ? Et les parents, pareil, si c'est des personnes qui ne sont pas majeures, comment je peux l'accompagner ? Et même majeure, qu'est-ce qui est vraiment fait ?

C'est-à-dire, sur protection, qu'est-ce que je peux lui mettre dans sa vie et qu'est-ce qui malheureusement ne pourra pas être fait ? On va rebondir sur une dernière partie, qui est surtout la connexion à soi, l'émotionnel, comment on repense l'intimité ? Comment on s'aime finalement d'une autre manière ?

Et si le handicap nous ouvrait finalement les yeux sur un autre type de connexion, une autre forme de connexion à soi ? La connexion qu'on va avoir à soi avec un handicap, c'est sur nos fiertés quotidiennes, ce qu'on arrive à franchir, chaque pas qu'on met l'un devant l'autre, justement sur une rééducation. C'est finalement la vraie force qu'on peut avoir en soi, malgré tout, sur une passion qui va peut-être se créer malgré le handicap.

Je pense qu'il y a quelque chose d'un coup, mais ça peut être par exemple, je faisais des courses de voiture, aujourd'hui il me manque mes jambes, il y a les véhicules qui peuvent être adaptés pour, donc est-ce que c'est vraiment fini ? Non, pas forcément, il faut juste adapter. C'est toujours une question d'adaptation et de réflexion sur ce qui est possible de faire.

Et ça, ça fait beaucoup de bien. Comment certaines personnes en situation de handicap, justement, redécouvrent leur sensualité, réinventent l'érotisme, posent un nouveau regard sur l'intimité ? Comment elles voient les choses à nouveau ?

C'est un long parcours. C'est un long parcours, le temps déjà de l'acceptation, mais ça va être justement de se dire, on le voit de façon, j'ai envie de dire très grossière, mais non intouchable par exemple, avec l'oreille, très grossière comme façon de voir les choses, mais ça va être ça, c'est-à-dire que c'est simplement des fois de déplacer notre sensualité, notre érotisme. Revoir certaines parcelles de notre copie en disant finalement, est-ce que vraiment quand j'étais valide, est-ce que j'en ai vraiment besoin de ça ?

Quand il y a un handicap qui est déficient vraiment sur tout ce qui va être psychologique,

psychiatrique, là ça va être beaucoup plus compliqué à mettre, là c'est vraiment aux aidants de voir ce qui est possible de faire. Mais c'est juste se réintégrer là-dedans en se disant, mais j'ai des capacités, je peux les utiliser, il faut le faire. Si je te posais la question de l'image qu'on a du mot handicapé, être handicapé, est-ce que ça deviendrait une force de réinvention, d'exploration, du désir pour cette personne ?

Est-ce que tu veux que je reformule la question ? Ce qu'on appelle handicapé, que ce soit féminin, masculin, qu'importe, elle devenait une force de réinvention et d'exploration du désir. Selon toi, est-ce que ce serait le cas ?

Sur certains types d'handicap, bien évidemment que oui. C'est-à-dire qu'une fois qu'on a bien fait son travail de deuil, on a fait les têtes élevées de ce qui est vraiment possible. Effectivement, ça peut être totalement un renouveau.

Comme les sujets, c'est très éloigné, mais finalement ça peut se rassembler. De la ménopause, on a l'impression qu'on passe un stade de notre vie qui va être, j'ai envie de dire, mortifère. Mais finalement, c'est l'acceptation qui va être des fois longue.

Et c'est se dire, OK, on ne sera plus du tout la même personne. Mais est-ce que finalement, on ne peut pas en faire quelque chose quand même ? Est-ce qu'on est obligé de s'enfermer là-dedans ?

Les portes ne sont pas totalement fermées. Il faut voir un peu où est la lumière, on va dire. C'est ça.

En tout cas, merci Chloé pour ce sujet très important, ce bel échange. Je vais te demander juste une dernière petite chose. Est-ce que tu aurais un conseil de dernière minute pour nos éditeurs et auditrices ?

Faites-vous accompagner le plus possible et le mieux. Dès que vous avez une question, il ne faut pas hésiter du tout. Ça vous a plu, chers auditeurs ?

Surprise, ce n'est que le début. Si cet épisode t'a fait vibrer, alors fonce, partage-le, note-le, parle-en. On se retrouve chaque jeudi pour casser la routine de Sexploration.

On se dit à bientôt dans un prochain épisode. Bisous, bisous. Bisous.

Transcribed by [TurboScribe.ai](#). [Go Unlimited](#) to remove this message.