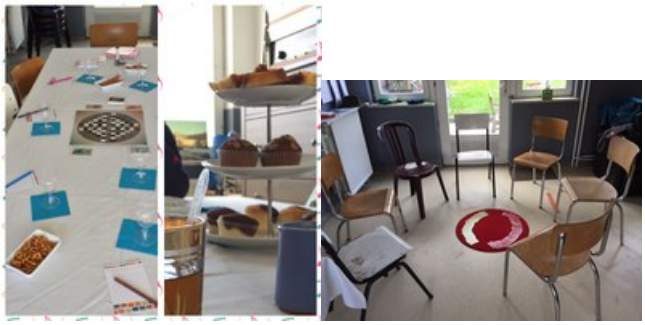
Thé sexo

• Résumé

Une personne du Planning familial de Braine-l'Alleud anime, tous les 2-3 mois, un atelier « thé sexo » auprès d'un petit groupe de femmes retraitées. Autour d'un thé, elles discutent de vie affective et sexuelle, échangent autour de leurs expériences, valeurs, représentations.



• Eléments de contexte

L'asbl « Vie féminine » a invité différents organismes à animer des ateliers destinés à un public de femmes, principalement retraitées (50-80 ans). Leur objectif global était d'augmenter la cohésion sociale et de lutter contre l'isolement à domicile des femmes. Le Planning de Braine-l'Alleud s'est joint au projet pour animer des ateliers sur la vie affective et sexuelle.

• Objectifs

- Favoriser l'échange, le partage et la rencontre entre femmes isolées;
- favoriser leur développement personnel;
- leur offrir un espace de confiance pour discuter de vie affective et sexuelle et déposer leurs émotions et expériences;
- faire de la prévention / sensibilisation aux IST / HIV.

• Milieu de vie

- Quartier

• Démarches et actions

Suite à l'appel de l'asbl Vie féminine, une animatrice du Planning s'est greffée au projet. Lors de la première rencontre avec les femmes, elle a commencé en douceur en lançant une discussion large sur la vie relationnelle à partir des cartes « La relation à l'amour ». A force des échanges au sein du petit groupe (qui reste globalement le même au cours des ateliers), les langues se délient et la confiance s'installe.

A chaque session, il est demandé aux participantes de quoi elles ont envie de parler (dans le cadre de la vie affective et sexuelle, le bien-être et le développement personnel). Le contenu de chaque atelier est construit avec elles. L'animatrice amène souvent un outil pour ouvrir la parole, et les femmes orientent la discussion selon leurs besoins et envies du moment. L'idée est de partir d'elles, sans nécessairement pré-identifier un sujet.

Ainsi, les sujets traités ont par exemple été la jalousie, les changements du

• Institution porteur(s) de l'expérience

• Centre de Planning et de Consultation Familiale et Conjugale du Brabant wallon - Braine-l'Alleud
• Vie féminine asbl

• Institution partenaire(s) de l'expérience

• Administration Communale de Braine l'Alleud

• Institution ressource(s) de l'expérience

• Periode de déroulement du projet

• 2016 - ...

• Territoire

• Braine-l'Alleud

• Outils

• Isolitude
• Boîte de jeu du "Tao", Albin Michel, 2005; Photo-langage "L'intimité en images", FCPPF, 2006; Cartes "La relation à l'amour",Le souffle d'Or, 2016.

• Formations

L'animatrice du Planning est formée en animation EVRAS et a par ailleurs travaillé en maison de repos.

corps, la solitude (à partir de l'outil "Isolitude"),...

Le jeu "Tao", qui invite à se fixer un objectif, une quête difficile à atteindre, et à trouver des pistes d'actions et des solutions ensemble, les a par exemple amenées à discuter de l'entrée de l'une d'elles en maison de repos, des relations familiales, etc.

• Moyens

Moyens humains

Une animatrice du Planning.

Par session, environ 3h de préparation en amont (recherche et test d'outils,...) et 2h d'animation

Moyens matériels

Les locaux sont mis à disposition par la Régie des quartiers de Braine-l'Alleud.

Moyens financiers

Il est demandé 1 euro de participation à l'atelier pour couvrir les frais de biscuits et thés.

• Evaluation et enseignements

Qu'est-ce que le projet a apporté?

Une évaluation orale a lieu deux fois par an, fin décembre et fin juin, sur ce qui leur a plu et moins plu. Les retours sont toujours positifs.

- Les femmes sont contentes de parler, échanger, découvrir l'autre et soi.
- Quant au Planning, ce projet lui apporte la satisfaction de répondre au besoin de ces femmes de sortir de l'isolement. Il leur permet également de s'ouvrir au public "aîné", avec lequel il a moins l'habitude de travailler.

Qu'est-ce qui a été facile ?

- La cohésion de groupe.
- L'ouverture d'esprit de la coordinatrice de Vie féminine qui laisse carte blanche aux animateurs des ateliers.

Qu'est-ce qui a été difficile ?

- Au départ, la réticence de certaines à parler de sexualité, considéré comme du passé sur lequel il ne faut pas revenir.
- Le groupe est assez restreint (de 4 à 6 personnes). Quand elles ne sont que 4, c'est parfois un peu frustrant en terme d'investissement.

Qu'est-ce qui a été soutenant ?

La bonne collaboration entre l'asbl Vie féminine, la Commune et le Planning.

Et si c'était à refaire, que garderiez-vous ? Que changeriez-vous?

Elle garderait la même dynamique, mais l'idéal serait de pouvoir déployer plus de moyens pour en faire la publicité.

• Perspectives envisagées

Les ateliers ont toujours lieu.

• Pour aller plus loin

Il pourrait être intéressant de mener ce type d'atelier dans des homes, maisons de quartier qui travaillent avec ce public,...

• Personne de contact

• Karima Elhafad
• planningbraine@gmail.com
• 02 384 82 24