



Intimagir PACA a le plaisir de vous annoncer le lancement de **10 groupes d'expression en ligne** destinés aux **personnes en situation de handicap moteur, sensoriel ou présentant des neuroatypies, sans déficience intellectuelle.**

Objectifs des groupes

- Offrir un espace **d'écoute et d'expression bienveillant.**
- Permettre à chacune et chacun de **partager ses expériences, besoins et idées.**

Organisation

- **Format en ligne** (visioconférence).
- **Petits groupes** pour faciliter les échanges (15 personnes maximum par groupe).
- **Animation assurée par Laetitia Rebord, paire-aidante professionnelle (Sexpair).**

Programmation et durée

- **10 sessions prévues** entre septembre 2025 et juin 2026.
- Chaque rencontre durera **deux heures.**

PROGRAMME

Mercredi 24/09/2025 à 14h00

Sur le thème : **Bien dans ma peau, bien dans ma tête pour plaire** (*Estime de soi & image du corps*)

- ⇒ *Comprendre comment le regard sur soi et celui des autres influencent la confiance.*
- ⇒ *Travailler sur l'acceptation de son corps et ses désirs.*

Mercredi 15/10/2025 à 18h00

Sur le thème : **Mon intimité, mon espace** (*Intimité et dépendance/Vie amoureuse sans mes proches aidants*)

- ⇒ *Comment préserver sa vie privée quand on a besoin d'aide au quotidien.*
- ⇒ *Trouver un équilibre entre autonomie et accompagnement.*
- ⇒ *Questionner la place des familles et des aidant-es dans la vie intime.*
- ⇒ *Réfléchir à l'autonomie affective.*

Jeudi 06/11/2025 à 10h00

Sur le thème : **Et si je faisais des rencontres ?** (*Faire des rencontres & séduction*)

- ⇒ *Explorer les lieux, moyens (dont Internet), et codes de communication pour nouer des liens affectifs et amoureux.*

Mercredi 10/12/2025 (groupe Ados/Jeunes entre 14 et 17 ans) à 14h00

Sur le thème : **Confiance en moi, confiance en l'autre pour aimer et être aimé•e** (*Estime de soi & vie amoureuse sous le regard des parents*)

- ⇒ *Comment se construire affectivement à l'adolescence, développer sa confiance, gérer la présence parentale.*

Lundi 12/01/2026 à 18h00

Sur le thème : **Le couple au quotidien : joies et défis** (*Vie de couple*)

- ⇒ *Aborder la communication, la gestion des conflits, le partage du quotidien et les projets de vie.*

Jeudi 12/02/2026 à 10h00

Sur le thème : **Sexualité & plaisir** ((**groupe ouvert aux femmes uniquement pour faciliter l'expression**))

- ⇒ *Échanger sur le désir, les pratiques, la masturbation et l'utilisation de sextoys.*

Mercredi 11/03/2026 à 14h00 (groupe ados/jeunes entre 14 et 17 ans)

Sur le thème : **Le consentement et moi : apprendre à dire oui, apprendre à dire non** (*Consentement, premières relations & sexualité*)

- ⇒ *Poser des repères clairs sur le consentement, le respect, la contraception et les limites personnelles.*

Mercredi 08/04/2026 à 18h00

Sur le thème : **Sexualité & plaisir (groupe ouvert aux hommes uniquement pour faciliter l'expression)**

⇒ *Échanger sur le désir, les pratiques, la masturbation et l'utilisation de sextoys.*

Lundi 04/05/2026 à 10h00

Sur le thème : **Contraception, grossesse et parentalité : mes choix, mes droits (Droits sexuels, reproductifs & parentalité) (groupe ouvert aux femmes uniquement pour faciliter l'expression)**

⇒ *Donner des repères sur la prévention, les méthodes contraceptives, et le droit de devenir parent.*

Jeudi 11/06/2026 à 14h00

Sur le thème : **Accompagnement sexuel : en parler sans tabou**

⇒ *Expliquer ce que recouvre (et ne recouvre pas) l'accompagnement sexuel.*

⇒ *Discuter du cadre légal en France et dans d'autres pays.*

⇒ *Échanger sur les attentes, les craintes, les fantasmes et les réalités.*