



Conférence et échanges avec Sophie Brischoux sur le thème de la sexualité et du lichen scléreux

Bonjour,

J'appelle Sophie Brischoux. Je suis, sage-femme, sexologue et formatrice en santé sexuelle.

Après avoir travaillé pendant 9 ans en maternité (en France et Suisse), je me suis formée, durant 3 ans, à l'université de médecine de Lyon, en sexologie clinique. Je fais également un DAS en santé sexuelle à la HES de Lausanne. Je travaille pour le canton de Fribourg, où j'enseigne l'éducation sexuelle dans les classes pour les enfants de 5 à 14 ans.

En réunissant toutes mes connaissances sur l'anatomie féminine, le fonctionnement du corps féminins au cours des différentes étapes de la vie, et la sexualité, je vous propose de vous accompagner dans une réflexion éducative autour du thème **sexualité et lichen scléreux**.

La santé sexuelle fait partie intégrante de la santé, du bien-être et de la qualité de vie dans leur ensemble.

L'OMS définit la santé sexuelle comme un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social en matière de sexualité. Ce n'est pas seulement l'absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité.

La sexualité est une composante essentielle de la vie, qui lorsqu'elle fonctionne harmonieusement apporte épanouissement et bonheur. Elle est évolutive et adaptative au cours de la vie.

Des événements de vie, des connaissances erronées, un manque de confiance, ou parfois

des pathologies organiques ou psychiques, la prise de médicaments ... peuvent entraîner des dysfonctions sexuelles, sources de tensions et souffrances personnelles ou difficultés dans le couple.

Une pathologie vulvaire, comme le lichen, peut altérer la sexualité, à cause de douleurs, de diminution de l'estime de soi, de diminution du désir, du sentiment de maladie, du manque de communication avec le partenaire...

Lors de la conférence, après une partie théorique sur l'anatomie féminine, et sur la sexualité et les réactions sexuelles à proprement parlé, nous discuterons ensemble des problématiques spécifiques liées au lichen.

Les séances n'ont pas une visée thérapeutique individuelle. Il est en revanche possible de partager son expérience personnelle, sans aucune obligation ni contrainte. Des règles de discrétion, de non-jugement et de respect sont mises en place en début de la conférence, et doivent être respectées par toutes. Toutes les questions sont les bienvenues.

Les objectifs sont

- D'avoir une vision large et ouverte de la sexualité et d'ouvrir le champ de possible, sans normaliser.
- De comprendre que la sexualité est individuelle et s'apprend. Ne pas répondre aux normes sociales ne signifie pas avoir un problème
- D'avoir des conseils pour vivre une sexualité épanouie, à votre image, sans idée de performance.

sophie.brischoux-sexologue@protonmail.com