



LE PLANNING FAMILIAL

QU'EST-CE QU'UNE  
COMMUNICATION  
INCLUSIVE ?



le planning  
familial



# le planning familial

Guide rédigé par :

Alice Ackermann, Elie Bouët, Margaux Herbin, Claire Vimont, Vincent Warnery

Avec le soutien de :

Le groupe #MonEducSex , les Jeunes Militant-e-s et le Bureau Confédéral

Réalisé dans le cadre de :

La campagne #**MonEducSex**

La feuille de route "**Agir avec les personnes LGBTQI+**"

**Publié en juin 2021**

# PREAMBULE

Le langage est par définition en constante évolution. Il a pour objet de nommer des réalités et des concepts afin de leur donner une existence dans notre expression orale, écrite et notre pensée.

Ce document a été réalisé par des militant·e·s et non par des linguistes. C'est un support de réflexion sur la communication inclusive. Par conséquent, ce document a pour but d'évoluer et d'être nourri par des échanges de pratiques et de réflexion.



# SOMMAIRE

Préambule

→ page 2

Qu'est-ce qu'une communication inclusive ?

→ page 4

L'écriture inclusive

- Pourquoi le français est-il une langue genrée ?
- A quoi sert l'écriture inclusive ?
- L'écriture épiciène
- Le point médian

→ page 6

Le lexique

- Termes liés aux transidentités
- Termes utilisés à tort pour parler de transidentités
- Termes à éviter
- Inclusion dans les termes LGBTQIA+

→ page 13

Recommandations tirées de l'expérience de la campagne

#MonEducSex

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| - Utiliser des épiciènes  | Parler de vie sexuelle/affective         |
| - Parler d'anatomie       | - Parler de contraception                |
| - Parler de puberté       | - Parler d'avortement                    |
| - Parler de réduction des | - Parler de consentement et de violences |
| risques IST/VIH           | - Parler de suivi gynécologique          |

→ page 26

# Qu'est-ce qu'une communication inclusive ?

**Le Planning Familial est une association féministe et d'éducation populaire.** Nous luttons pour l'égalité de genre, pour la défense et la promotion des droits des femmes et/dont des personnes LGBTQIA+ ainsi que les droits sexuels et reproductifs.

Nous nous opposons au système patriarcal, à toute forme d'oppression et luttons pour un monde sans violence ni discrimination.

Le Planning Familial a pour objectif une transformation sociale pour une société juste et égalitaire.

**Cette lutte doit être collective pour que chaque militant·e ait une place égale et que sa parole soit entendue.** C'est pourquoi le Planning Familial s'est engagé lors du Congrès 2019 à inclure les luttes pour les droits des personnes trans au sein de son plaidoyer comme de ses pratiques.



**Inclure et donner de la visibilité passe par le langage que nous utilisons.** Par conséquent, un travail sur notre communication est nécessaire comme essentiel. La communication inclusive est un outil ayant deux principaux objectifs :



AGIR POUR QUE LES PERSONNES HABITUELLEMENT MINORISÉES ET INVISIBLES SE SENTENT CONCERNÉES PAR LA COMMUNICATION DU PLANNING ET PRISES EN CONSIDÉRATION.



ACCOMPAGNER LES PERSONNES À QUESTIONNER ET DÉCONSTRUIRE L'HÉTÉROCISNORMATIVITÉ.

**Ce guide a pour objectif de partager des outils pour élaborer une communication inclusive.**

*“Inclusion des personnes trans dans la communication et les actions du Planning Familial et pratique du transféminisme : si le mouvement s'engage à s'allier aux luttes pour les droits des personnes trans, il doit cesser de les exclure. Toutes les femmes n'ont pas un vagin. Toutes les personnes qui ont besoin d'avorter ne sont pas des femmes. À chaque fois que le Planning communique sur un droit ou un besoin, il doit activement inclure toutes les personnes concernées y compris les personnes trans”*

Plan Stratégique 2020-2022 - 2.3.7 Agir avec les personnes LGBTQI+

# L'écriture inclusive

## KESAKO ?

Rien de nouveau sous le soleil, la langue française est genrée et sexiste : les objets ont un genre (une table, un vase), le masculin est soit disant neutre et “le masculin l’emporte sur le féminin”.

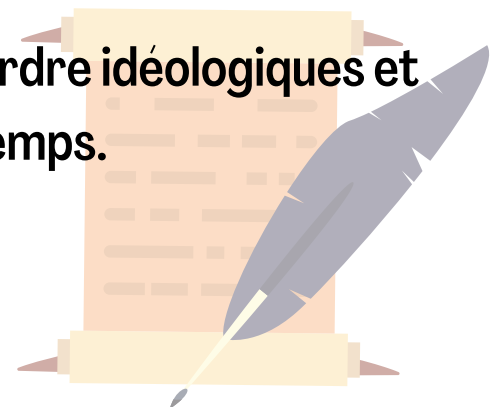
Pourquoi le français est-il une langue genrée ?

Jusqu’à la fin de la Renaissance, l’accord de proximité est couramment utilisé. Il s’agit d’un accord grammatical qui consiste à accorder le genre avec le plus proche du nom qu’il qualifie.

Dès le 17ème, cette règle est contestée par l’académie française qui considère le masculin plus noble que le féminin.

À la fin du 19ème, l’accord de proximité a complètement disparu, tout comme des mots comme autrice ou médecienne.

**Les règles grammaticales sont donc bien d’ordre idéologiques et évoluent dans l’espace et le temps.**



# A quoi sert l'écriture inclusive ?

**L'écriture inclusive a pour but de représenter tout le monde** : les femmes, les hommes et les personnes de genre·s non binaire·s.

Elle permet :

- D'être sensible à toutes les réalités
- D'offrir un accès à toustes
- De parler à un groupe mixte sans faire "remporter" le masculin même lorsque les hommes sont en minorité dans ledit groupe
- De parler d'une personne dont on ne connaît pas le genre (ainsi on ne présume pas de son genre)
- De parler d'une / de personne-s dont le genre n'a pas d'intérêt dans la discussion



**Ce guide a vocation à harmoniser l'écriture dans l'ensemble des supports du Planning :**

- Pour la communication interne formelle
- Pour la communication externe

Pour plus d'information au sujet de l'intérêt de l'écriture inclusive, nous t'invitons à lire [ce petit guide](#) :

Cynthia, *Petit guide de l'écriture inclusive*



Adopter un langage inclusif demande des efforts : remise en question, changement d'habitude, pression sociale. Nous pouvons faire face à des réactions d'incompréhension, de moquerie voire de franche hostilité, car ces réalités sont très marginalisées. N'est-il pas d'autant plus important de les inclure ?

**La langue est en constante évolution**, il en est de même pour l'écriture inclusive. Certaines pratiques d'écriture inclusive sont plus ou moins simples à mettre en place et prennent plus ou moins en considération l'autodétermination des personnes. Nous avons sélectionné les pratiques que nous estimons être inclusives, simples à mettre en place et compréhensibles par le plus grand nombre.

## L'écriture épiciène

Une première option pour écrire de manière inclusive est... **de ne pas utiliser de mots genrés tout simplement !**

Quelques exemples de noms non genrés à utiliser pour parler de quelqu'un.e : collègue, partenaire, personne.

Il est aussi possible d'utiliser des génériques :  
Le directeur ou la directrice = la direction  
Les employés ou les employées = le personnel



# Le point médian

Pour s'adresser à tout·e·s, on pourrait écrire le masculin puis féminin.  
Exemple : “les étudiants et étudiantes”.

Cependant, cette pratique met en avant le masculin qui vient en premier, et prend beaucoup de place lorsque l'on a un nombre de caractères limités. De plus, **cette formulation implique une binarité femmes-hommes qui ne prend pas en compte les personnes de genre non-binaires.**



Pour cela, il suffit d'utiliser un point médian. Il a deux avantages :

- Contrairement au point traditionnel, il n'est pas associé à la fin des phrases ;
- Contrairement au tiret, il n'est pas utilisé pour introduire un dialogue ou commentaire.

**En fait, le point médian est le seul qui n'a aucune autre utilisation en français que celui de l'écriture inclusive.**

# Comment utilisez le point médian ?

Nous vous proposons plusieurs options, leurs avantages et leurs inconvénients.

## Option 1 (terminaisons et pluriels séparés):

On indique le radical, puis on ajoute la terminaison masculine et féminine.

Exemple: radical · terminaison masculine · terminaison féminine · pluriel éventuel  
--> veu·f·ve·s

**Avantage** : Ainsi, la terminaison féminine n'est pas juste apposée sur la terminaison masculine, mais les terminaisons sont bien séparées du radical.

**Inconvénient** : Cette option peut être complexe au niveau de la lisibilité.

## Option 2 (terminaison masculine et pluriel accolés):

Le radical et la terminaison masculine sont accolés. Le pluriel et la terminaison féminine aussi.

Exemple: radical + terminaison masculine · terminaison féminine + pluriel éventuel  
--> veuf·ves

**Avantage** : Option la plus lisible.

**Inconvénient** : la terminaison féminine est seulement apposée sur la terminaison masculine qui n'est pas séparée du radical.

### Option 3 (terminaison masculine séparée et pluriel accolé):

Le radical et la terminaison masculine sont séparés. Le pluriel et la terminaison féminine sont accolés.

Exemple : radical · terminaison masculine · terminaison féminine + pluriel éventuel  
--> veu·f·ves

**Avantages** : Plus lisible que l'option 1. Elle sépare bien la terminaison masculine qui n'est pas juste accolée au radical.

**Inconvénient** : Moins lisible que l'option 2.

### Option 4 :

Le radical et la terminaison masculine sont accolés. Le pluriel et la terminaison féminine sont séparés.

Exemple : radical + terminaison masculine · terminaison féminine · pluriel éventuel  
--> veuf·ve·s

**Avantage** : Plus lisible que l'option 1.

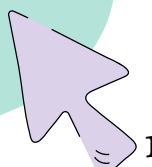
**Inconvénients** : Moins lisible que l'option 2. La terminaison féminine est seulement apposée sur la terminaison masculine qui n'est pas séparée du radical.



Raccourci clavier pour le point médian :

Sur Mac :  alt +  maj + F

Sur Windows : alt + 0183



# Terminaison inclusive

Les terminaisons inclusives, en plus d'un gain de place, permettent de créer de nouveaux mots qui incluent aussi les personnes de genre non-binaires.

Exemples:

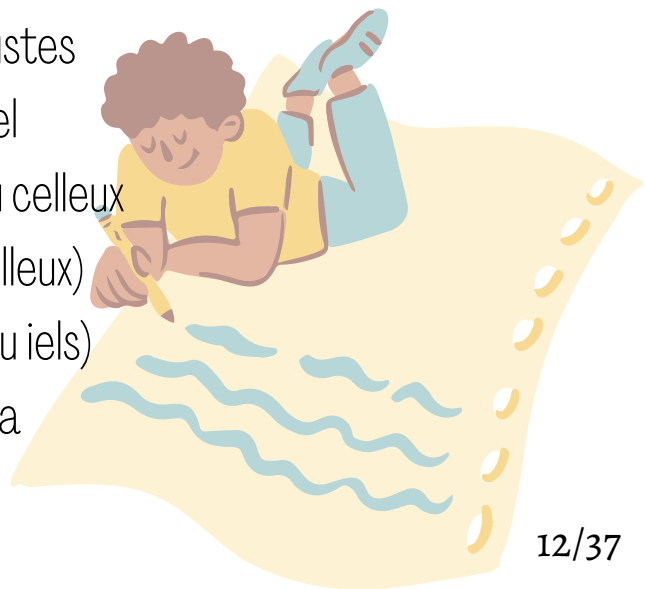
auteurices (auteurs et autrices)  
auditeurices (auditeurs et auditrices)  
travailleureuses (travailleurs et travailleuses)  
nouvoles (pour nouveaux/nouvelles)  
inclusi·f·ve  
fabuleu·x·se

# Déterminants et pronoms inclusifs

Plutôt que d'écrire "il et elle" ou "il-elle", nous recommandons d'utiliser "iel" au singulier et "iels" au pluriel, qui est une contraction qui permet d'inclure les personnes de genre non binaire (en plus ça prend moins de temps à écrire !)

Dans la même logique :

toutes et tous = toustes  
celle et celui = ciel  
celles et ceux = ciels ou celleux  
elles et ils = iels (ou elleux)  
elles et eux = elleux (ou iels)  
la et le = læ ou lea



# LE LEXIQUE

## Termes liés aux transidentités

**Transidentités** : ensemble des vécus trans. Il convient de l'accorder au pluriel pour affirmer la diversité des vécus trans.

Synonyme : Transitude : le fait d'être trans (fait d'être d'un genre différent de celui qui a été assigné à la naissance)

**LGBTQIA+** : lesbiennes, Gays, Bi, Trans, Queer, Intersexes, Asexuelle·s ou Aromantiques, le "+" indiquant la non-exhaustivité, incluant toute identité de genre ou orientation marginalisée.

### Genre :

1. Classe sociale construite culturellement. En occident, cela admet deux catégories, dont une dominée : les femmes ; et une dominante : les hommes.
2. Genre est également utilisé pour désigner l'identité de genre : ressenti interne du genre de l'individu (homme, femme, non-binaire...). Il est indépendant de l'assignation, du regard de la société ou de son apparence/expression de genre

**Sexe** : Construit social basé sur des observations moyennes de différences biologiques pour classer en “mâle” et “femelle”. L’ensemble des caractéristiques sexuées comprennent les chromosomes, les organes génitaux internes et externes, les hormones, la poitrine, la pilosité, la répartition des graisses.

**Assignment à la naissance** : À la naissance, la médecine catégorise la personne, selon l’apparence de ses organes génitaux externes, en « mâle » ou « femelle ». À partir de là est assigné un genre (« garçon » ou « fille »). Or, le sexe n’est pas binaire, n’est pas limité aux organes génitaux externes, et le genre d’une personne n’y est pas lié.

**Expression de genre** : Façon de se présenter aux autres, d’exprimer son genre (corps, vêtements, maquillage, parfum, attitude, ...). L’expression de genre ne donne pas forcément une indication du genre de la personne. Elle est liée aux stéréotypes de genre. Elle est donc variable selon les cultures (cheveux non coupés chez les Sikhs...) les époques (talons jugés virils chez les rois français), les zones géographiques (les kilts en Écosse)...

Elle est fluide et peut varier selon les circonstances (une femme aura par exemple potentiellement une expression de genre davantage dite « masculine » pour jardiner, et plus « féminine » pour aller en soirée).

**Personne trans(genre)** : Une personne trans est une personne qui est d’un genre différent de celui qui lui a été assigné à la naissance. C’est indépendant de toute démarche de transition (apparence, papiers, etc).

*On admet que trans est le diminutif de transgenre. Certaines personnes trans utilisent d’autres termes, qui ne devraient pas être utilisés par des personnes non concerné·e·s.*

**Personne cis(genre)** : Personne dont le genre est identique à celui qui lui a été assigné à la naissance.

**Femme trans** : Femme ayant été assignée garçon à la naissance. → Personne transféminine : personne trans (femme ou de genre non-binaire) transitionnant vers le spectre du féminin.

**Homme trans** : Homme ayant été assigné fille à la naissance. → Personne transmasculine : personne trans (homme ou de genre non-binaire) transitionnant vers le spectre du masculin.

**Personne de genre non-binaire (NB)** : Personne dont le genre n'est pas "homme" ou "femme" : cela peut être une combinaison de plusieurs genres, une absence de genre (agenre), ou un genre autre que "homme" et "femme".

*D'après notre définition, les personnes de genre non-binaire sont incluses dans les vécus trans, puisqu'elles sont d'un genre différent de celui qui leur a été assigné.*

*Mais certaines peuvent ne pas se définir trans. Chaque personne de genre NB peut avoir ou non un besoin de transition médicale et/ou administrative.*

**Transition** : Ensemble de d'actes ou démarches possibles pour se sentir mieux dans son genre et/ou pour qu'il soit reconnu par autrui et/ou pour cispasser. Ça peut impliquer une transition sociale, et/ou médicale (hormones, et/ou chirurgies, et/ou autres) et/ou administrative (changement de prénom, et/ou changement d'état civil).



**Cispassing** : Fait pour une personne trans d'être perçue/lue comme étant cisgenre. Beaucoup de personnes trans recherchent le meilleur "passing" possible pour être moins en situation de vulnérabilité.

Le passing en général est une notion de sociologie désignant la possibilité d'une personne d'être considérée comme membre d'un groupe social autre que le sien.

**Coming-out ("sortie du placard")** : Déclarer à quelqu'un·e que l'on est trans (ou LGBTQIA+) et indiquer son genre. Une personne trans est amenée à faire son coming-out tout au long de sa vie, en fonction de ses proches/ami·e·s et de sa situation, par exemple chaque fois qu'est demandé son acte de naissance.

**Outing/outer** : Révéler qu'une personne est trans (ou LGBTQIA+) sans son consentement préalable. Cela met la personne concernée en danger en l'exposant à des violences et/ou des discriminations. **Il est donc indispensable de ne jamais outer qui que ce soit.** Et c'est considéré, dans le code pénal, comme une atteinte à la vie privée.

**Dysphorie de genre** : [contraire d'euphorie] Sensation d'inconfort, de détresse ou de rejet résultant de son assignation à la naissance. Elle peut être liée au corps, ou à des éléments sociaux comme le prénom d'assignation, la façon dont la personne est genrée par autrui, etc.

*Ce terme d'origine médicale est souvent utilisé de façon abusive, comme synonyme ou critère diagnostique de la transidentité, qui serait alors une maladie à traiter. Or, être trans n'est pas une maladie. Et être trans n'implique pas nécessairement de dysphorie.*

**Euphorie de genre** : Sensation de bien-être ou de confort résultant de se reconnaître dans son genre, que ce soit socialement ou physiquement.

*L'euphorie de genre peut être déclenchée chez les personnes trans par toutes sortes de situations, qui ne correspondent donc pas nécessairement à des stéréotypes de genre !*

**Hormones** : Dans le cadre des transitions médicales de personnes trans, celles-ci peuvent être amenées à modifier leurs hormones sexuelles : principalement prise d'œstrogène (mais aussi de progestérone, parfois d'anti-androgène) pour les personnes transféminines, et de testostérone pour les personnes transmasculines. Il existe aussi des bloqueurs, pour mettre en pause la puberté.

**Dicklit** : Clitoris ayant changé sous l'action de la testostérone.

*Des personnes peuvent préférer ce terme même sans être sous hormones.*

**Femmis/Ladyck** : Pénis ayant changé sous l'action d'un THS.

*Des femmes trans ou des personnes NBs, hormoné·e·s ou non, utilisent également ce terme pour désigner leur pénis.*

**Transphobie** : Discrimination/haine/aversion/rejet des personnes avérées ou supposées trans.

*Pour désigner la transphobie ordinaire de la société, on parle plutôt de cissexisme.*

**Morinom ou deadname** : Terme servant à qualifier le prénom donné à la naissance lorsqu'il est rejeté car renvoyant à l'assignation.

*Si celui-ci n'est pas rejeté, ça peut être « ancien prénom », ou « prénom civil » s'il n'est pas changé.*

**Mégenrer** : Utiliser un pronom ou des accords qui ne sont pas ceux utilisés par la personne. Si le mégenrage est volontaire, il s'agit d'un acte transphobe particulièrement blessant.

*S'il est accidentel, mais répété parce que la personne ne souhaite pas réellement s'en préoccuper, on considère cette négligence comme transphobe également.*

**Hétéronormativité** : considérer le fait d'être hétéro comme "normal", allant de soi, comme la référence par défaut et de marginaliser tout ce qui en sort.

**Cisnormativité** : considérer le fait d'être cis comme "normal", allant de soi, comme la référence par défaut et de marginaliser tout ce qui en sort.

**Queer** : Ancienne insulte (anglais pour « bizarre, tordu ») réappropriée par des personnes qui se revendiquent, de façon politique, en dehors des normes hétéro-cis.

*N'est pas interchangeable avec trans ou LGBTIA+ en général.*

**CEC (Changement d'État Civil) :** Désigne l'acte de changement de la "mention de sexe" à l'état civil (+ prénom éventuellement) qui se fait devant le Tribunal judiciaire.

**TERF (Trans Exclusionary Radical Feminist, "Féministe Radicale Excluant les personnes Trans) :** Désigne une fraction de personnes qui se disent « féministes » et qui luttent contre les droits des personnes trans, au nom de la sécurité des femmes cis, (en particulier en espaces non-mixtes, communautaires, toilettes, prisons). Elles considèrent les femmes trans comme n'étant pas des femmes, et les hommes trans comme n'étant pas des hommes... Utilisé à tort pour désigner les personnes transphobes en général.

Termes utilisés à tort pour parler de transidentités

**Travesti·e :** Personne adoptant une expression d'un autre genre que le sien de façon ponctuelle, à des fins d'amusement, artistique ou d'excitation.

**Drag-queen, drag-king, drag-queer :** Personne se travestissant dans une performance artistique, reprenant les codes culturels drag, caricaturant généralement les codes genrés. Peut avoir une dimension politique lorsqu'il s'agit de dénoncer ces stéréotypes.

# Termes à éviter

*Certaines personnes trans utilisent certains de ces termes, pour diverses raisons qui leur appartiennent. Chaque personne utilise les termes qui lui vont pour parler d'elle-même. Mais nous faisons un point ici pour le plus de respect possible envers la plupart des personnes.*

**Mâle/Femelle** : Utilisés surtout pour étudier la reproduction sexuée chez diverses espèces, il convient de ne pas les employer pour caractériser nos congénères humains. Ces termes binaires ne reflètent pas la variété de nos corps et de nos vécus. Comme on l'a vu plus haut, le sexe est un construit social. Un pénis est un pénis, pas un organe sexuel mâle.

**AMAB ou AFAB : Assigned Male At Birth (assigné-e garçon à la naissance) ou Assigned Female At Birth (assigné-e fille à la naissance)** : il n'est généralement pas pertinent de renvoyer les personnes à leurs assignations.

**FTM/FTX ou MTF/MTX** : respectivement "female to male/unknown" (femme vers homme/inconnu) "male to female/unknown" (homme vers femme/inconnu) : il n'est généralement pas pertinent de renvoyer les personnes à leur assignation.

**Masculin/Féminin** : Adjectifs se référant à une adéquation avec des stéréotypes genrés. Il peut être tentant de les utiliser, mais demandez-vous au préalable si leur utilisation ne sera pas vécue comme un jugement (qu'il soit positif ou négatif) du cispassing de quelqu'un·e.

**Changer de sexe** : Souvent utilisé pour désigner la transition médicale, qui est alors réduite à une chirurgie génitale (« LA chirurgie »). D'une part, les transitions médicales sont multiples et ne se limitent pas à une chirurgie génitale (qui n'est par ailleurs en aucun cas le signe d'une « transition complète »). D'autre part, les chirurgies génitales sont diverses et variées. Enfin, les caractéristiques sexuelles de personnes, qu'elles soient cis ou trans, ne sont pas binaires et peuvent changer tout au long de leur vie.

**Changer de genre** : Une personne trans ne change généralement pas d'identité de genre ; elle l'affirme, la révèle ou l'assume.

Dans une approche matérialiste du terme genre, en tant que classe sociale, certaines personnes trans changent en effet de classe sociale de genre.

**Naître dans le mauvais corps** : Se focaliser sur le corps des personnes trans est une erreur commune et stigmatisante. Les difficultés découlent de l'assignation à la naissance et du cissexisme, non du corps. Une personne trans peut tout à fait avoir la sensation d'être née dans un corps qui est bien le sien, en y apportant ou non des modifications pour que son apparence lui convienne davantage et/ou soit plus vivable en société.

Le diminutif « trans »  
convient à la grande majorité.

**Transsexualisme, transsexualité :** termes pathologisants introduits par la psychanalyse dans les années 50, dans le registre de la psychose pour catégoriser les transidentités en maladie mentale. Ils renforcent des confusions avec des notions de sexe ou d'orientation sexuelle, alors qu'il est ici question de genre. Ils sont aujourd'hui absents des références scientifiques mondiales. À la place, il convient de parler de transidentités.

**Transsexuel·le :** Terme problématique à ne pas utiliser par les personnes non-concernées (voir plus haut). À la place, il convient de parler de personnes trans(genres).

**Travelo, trav, shemale, ladyboy ou pussyboy, femboy :** termes insultants.



# Inclusion dans les termes LGBTQIA+

*Pour prendre en compte la transidentité dans ces termes, et mieux connaître les lettres les moins visibilisées du sigle*

**Homosexualité** : terme bien connu, mais souvent ciscentré.

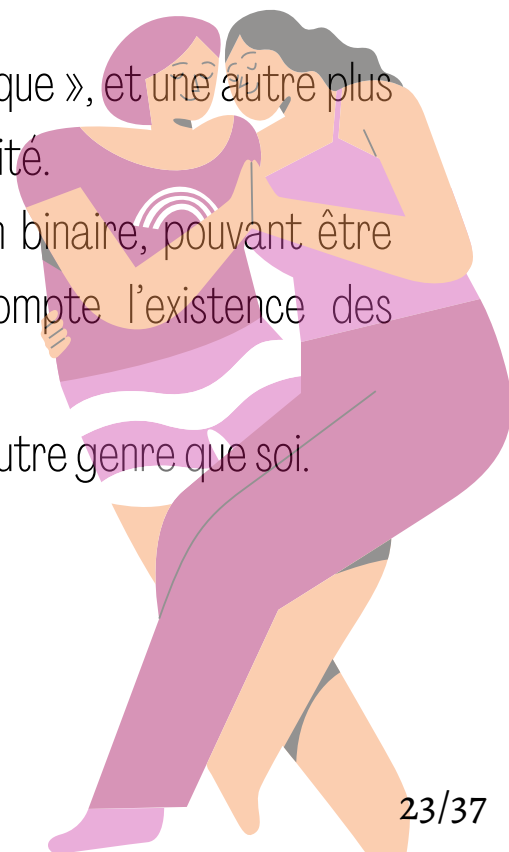
Il est important de comprendre qu'un couple de lesbiennes peut, par exemple, être composé d'une femme cis et d'une femme trans. Ou qu'un homme gay peut avoir une vulve.

Il peut aussi arriver par exemple qu'une personne transmasculine, bien que ne se définissant pas femme, garde son identité politique de **gouine** (réappropriation de l'insulte), ou s'affirme **lesbien**. **Comme toujours, l'important est de respecter la façon dont la personne s'auto-détermine, qui fait sens dans son histoire.**

**Bisexualité** : Il existe plusieurs définitions, une « historique », et une autre plus récente et moins binaire, se rapprochant de la pansexualité.

1) Attirance pour les hommes et les femmes (définition binaire, pouvant être qualifiée de transphobe car ne prenant pas en compte l'existence des personnes de genre non-binaire).

2) Attirance pour les personnes de même genre ou d'un autre genre que soi.





**Pansexualité** : Attirance envers des personnes de tout genre ou indépendamment du genre des personnes. Le terme s'est forgé notamment pour inclure des personnes non-binaires. On constate qu'il est surtout utilisé par les populations jeunes.

Note : Il est transphobe de considérer que le terme pansexualité permet d'être inclusif des personnes trans (cela revient à dire que « trans » est un genre en soi). Ex : Si une femme cis déclare être pansexuelle (et non lesbienne) parce qu'elle est aussi attirée par des femmes trans, cela revient à considérer que les femmes trans ne seraient pas de "vraies" femmes.

Plus d'infos sur <http://bicause.fr/>

**Asexualité** : Les personnes ace (diminutif d'origine anglophone d'asexuel.le) n'éprouvent pas ou peu d'attirance sexuelle pour d'autres personnes. Comme pour toute attirance sexuelle, l'asexualité est à différencier du comportement sexuel. Les raisons d'avoir des relations sexuelles ne se limitant pas au fait d'être attiré par quelqu'un.e (plaisir, détente, procréation,...) les personnes ace peuvent avoir des relations sexuelles, se masturber,... Ou pas. Comme dans toute la population, il y a des personnes ace sex repulsed (repoussées par l'idée d'avoir des rapports sexuels), sex neutral (neutres par rapport à l'idée d'avoir des rapports sexuels) et sex positive (qui apprécient cette idée).

L'asexualité s'inscrit dans un spectre : on peut être greysexuel.le (zone grise où l'on éprouve rarement de l'attirance sexuelle pour d'autres), ou de demisexuel.le (attirance possible seulement après l'établissement de forts liens émotionnels). L'asexualité est souvent pathologisée, à tort, comme l'ont pu l'être toutes les identités LGBTQIA+.

**Aromantisme:** les personnes aro (diminutif d'aromantique) n'éprouvent pas ou peu d'attirance romantique pour d'autres personnes. Certaines personnes aromantiques définissent l'aromantisme comme le fait de ne pas tomber amoureuse. Cependant, de même que pour l'asexualité, l'aromantisme est un spectre avec ses nuances : demiromantisme (l'attirance romantique n'est possible qu'après avoir construit un lien émotionnel fort avec la/les personnes), quoiromantisme (impossibilité de hiérarchiser ses attirances selon les normes romantique/amicale).

### **Intersexuation :**

1) Définition des associations humanitaires : « fait d'être né·e avec des caractéristiques sexuelles qui ne correspondent pas aux définitions typiques du masculin ou du féminin ».

2) Définition politique (pour sortir de la pathologisation et y agréger un vécu social) : « expériences des personnes nées avec un corps qui ne correspond pas aux définitions normatives du « masculin » ou du « féminin ». »

Elle sort ainsi de la réalité biologique en devenant une réalité sociale, créée par les médecins, avec des normes sexistes, homophobes et transphobes, qui violent des droits humains en particulier celui à l'intégrité physique. Cette définition permet de sortir des paradigmes médicaux, et évite divers écueils.

On parle de personnes intersexes (ou intersexuées). Mais la plupart des personnes concernées n'ont, pour se définir, que les noms des divers "syndromes" posés par le regard médical.

Termes à éviter lorsqu'on n'est pas soi-même concerné·e : intersexualité, hermaphrodisme

L'intersexuation n'est pas une identité de genre.

On parle de personnes dyadiques pour désigner les personnes qui ne sont pas intersexes.

Plus d'infos sur <https://cia-oiifrance.org/>

# RECOMMANDATIONS TIRÉES DE L'EXPÉRIENCE DE LA CAMPAGNE #MONEDUCSEX

Depuis sa création, le Planning Familial a placé le droit à l'éducation à la sexualité au cœur de ses combats. Près de 20 ans après le vote de la loi Aubry de 2001 instaurant trois séances d'éducation à la vie affective et sexuelle par an sur toute la scolarité, le Mouvement revendique la mise en œuvre de ce droit fondamental, indispensable pour la réduction des risques, l'apprentissage du consentement et du respect, l'autonomisation et l'émancipation de tout·e·s.

La campagne #MonEducSex a été co-construite par les Jeunes Militant·e·s, l'équipe confédérale et le Bureau Confédéral. Elle a été lancée en septembre 2020 et terminera en mai 2021. Suite au Congrès 2019, les différent·e·s acteurs·rices de la campagne ont réfléchi et travaillé pour que les messages de celle-ci soient inclusifs en respect du Plan Stratégique 2020-2022. **Des outils et méthodes ont été débattus, développés et utilisés pour parler de multiples thématiques dans un cadre inclusif et respectueux des réalités affectives, relationnelles et sexuelles.**



L'ÉDUCATION À LA VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE,  
C'EST TON DRIT, C'EST FONDAMENTAL,  
DÉFENDONS-LE ENSEMBLE !

# Utiliser des épiciènes


Enfants, jeunes, ou des termes inclusifs comme « adolescent·e·s » plutôt que fille et garçon.

Mais il faut trouver un équilibre en fonction du propos qu'on souhaite porter :

- Invisibiliser complètement le genre peut aussi avoir pour conséquence d'invisibiliser le vécu d'un groupe de personnes.

Exemple : les injonctions qui portent sur les femmes et sur les hommes ne sont pas les mêmes, elles sont inégalitaires et en défaveur des femmes.

- Comme **nous vivons dans une société hétéro-cisnormative**, ne pas nommer explicitement certaines catégories (de genre, d'orientation sexuelle...) en les englobant dans des termes génériques peut revenir à les invisibiliser. Des termes génériques vont, chez certain·e·s lecteur·rice·s, amener directement à se représenter par défaut des représentations cisgenres et hétérosexuelles, sans même penser aux autres catégories



Apprendre toutes  
les couleurs  
de l'arc-en-ciel  
c'est beau.

APPRENDRE  
QUE JE PEUX  
AIMER  
ET DÉSIRER  
QUI JE VEUX  
**AUSSI.**



**Éviter l'altérisation, l'effet d'éloignement d'une catégorie, la supposition que ces personnes sont toujours « les autres ».**

Concrètement :

- Plutôt que « *les personnes trans sont...* », formuler « *quand on est trans, on est d'un autre genre que celui qui nous a été assigné à la naissance* ».
- Nommer la norme, « cisgenre », et la préciser chaque fois que nécessaire. Par exemple, éviter « *les femmes ont une vulve* », et préférer « *les femmes cis ont une vulve* ».
- Penser à cette inclusion à chaque thématique : sexualités, contraception, IVG...

## Parler d'anatomie

- Mentionner le nom des parties du corps, **sans les relier à un genre**
- Mentionner aussi les mots pour nommer l'anatomie de personnes trans, ex dicklit
- Se rappeler que l'anatomie, le sexe n'est pas toujours binaire, que **la binarité « sexe féminin » / « sexe masculin » est une construction sociale**, pas une donnée naturelle. Les personnes intersexes, qui ont des variations naturelles des caractéristiques sexuelles, qui représentent représentent environ 1,7% de la population.
- Les règles ne concernent pas que les filles et femmes cis, mais les personnes qui ont un utérus

# Parler de puberté

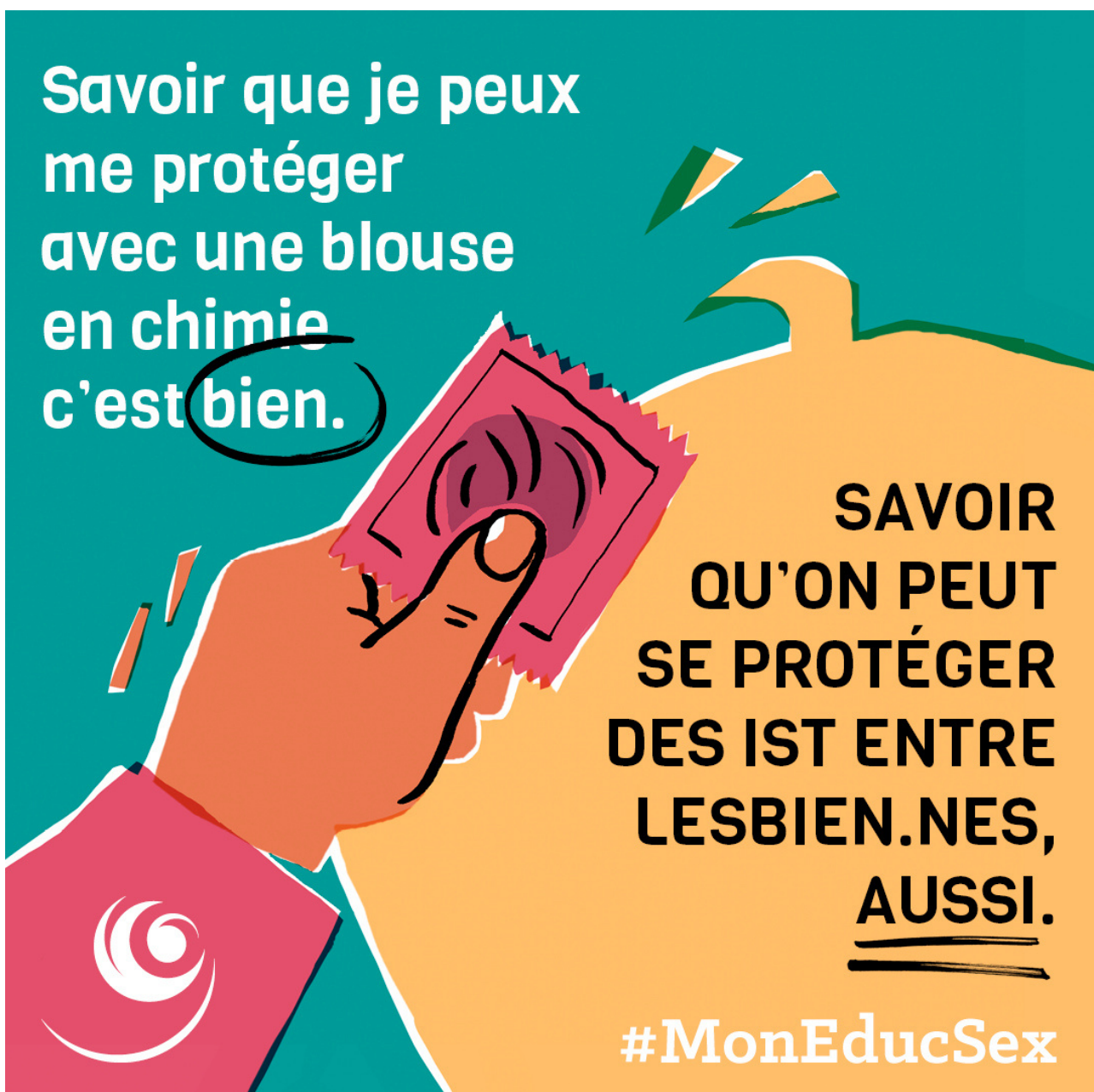
- Mentionner la puberté chez les personnes intersexes, qui prend des formes différentes et qui peut être le moment de découverte de l'intersexuation si elle n'est pas déjà connue.

# Parler de réductions des risques IST/VIH

- Ne pas avoir une communication hétéro-centrée, ne pas exclure **les pratiques à plusieurs et mentionner des moyens de protections des IST moins connues** (digue dentaire, les gants en latex...)
- Ne pas parler de « préservatif masculin » et de « préservatif féminin », à la fois pour ne pas amalgamer pénis = masculin ; vagin = féminin, mais aussi pour rappeler que le **préservatif interne** peut s'utiliser dans les rapports anaux (hétéros et homosexuels)
- Concernant le VIH, ne pas oublier **les femmes séropositives** (quelles que soient leur orientation sexuelle et leurs pratiques), ne pas alimenter les amalgames « femme séropositive = sexualité hors normes = travail du sexe /prostitution »

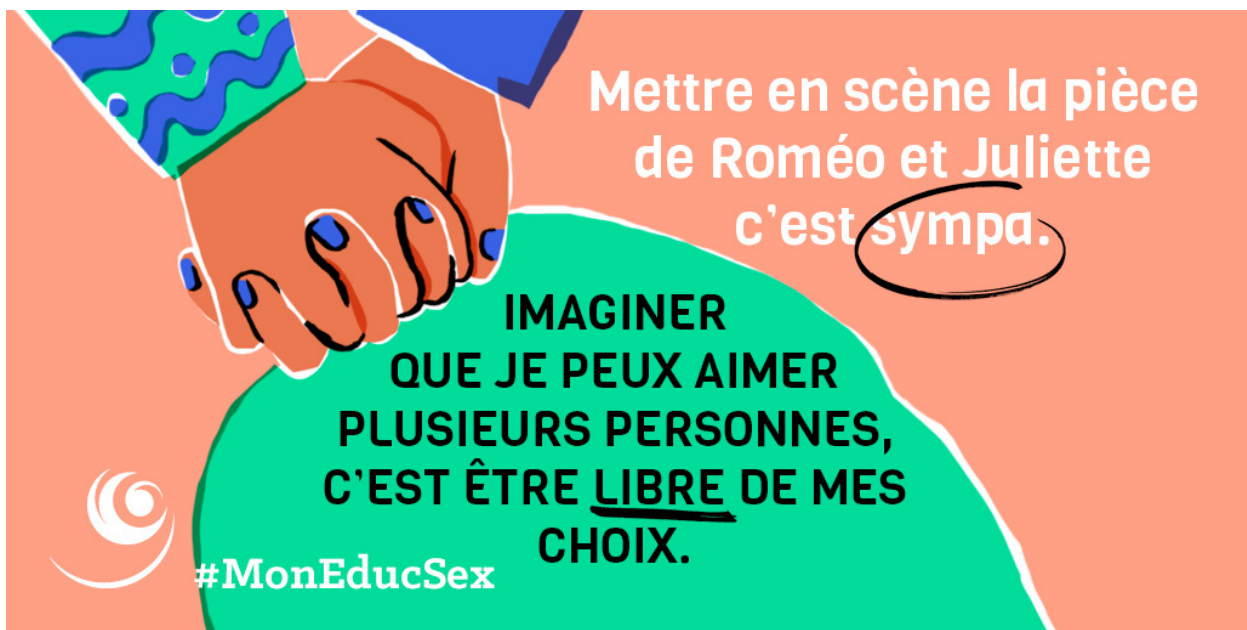
- En fonction du public, penser que certains moyens de protection sont mieux adaptés que d'autres, comme par exemple le préservatif interne plutôt que le préservatif externe pour des personnes en situation de handicap (mental ou physique)

Pour aller plus d'info : Guide du safer sex pour les personnes trans réalisé par les Klamydia's



# Parler de vie sexuelle/affective

- Penser à être inclusif·ve sur l'orientation amoureuse et sexuelles des partenaires
- Penser à être inclusif·ve sur le nombre de partenaires, pour ne pas oublier les relations qui sortent du cadre normatif du couple (relations libres, polyamour...)  
Exemple : en disant « Ton·ta·tes partenaire(s) » ou tout simple « tes partenaires » (car sans forcément avoir plusieurs partenaires en même temps, la plupart des personnes sont amenées à avoir plusieurs partenaires au cours de leur vie)
- Rendre visible des sexualités non-pénétratives
- Penser qu'il peut y avoir une vie affective sans vie sexuelle et sans désir d'en avoir : la sexualité n'est pas une étape obligée, ça peut aussi être une nouvelle injonction à déconstruire (ex : l'asexualité, qui est encore peu discutée au PF).





# Parler de contraception

- Parler plutôt de « contraception testiculaire », ou de « contraception dite masculine » car cela s'adresse également à des femmes trans et des personnes non-binaires.
- De manière générale, employer l'écriture inclusive, y compris quand on parle de contraception pour des personnes qui ont un utérus (pilule, pilule d'urgence, DIU... des hommes trans et personnes non binaires peuvent y avoir recours !)
- En fonction de la communication que l'on fait, ne pas présupposer que tout le monde a besoin d'une contraception. Ne pas oublier que certaines personnes, en fonction de leurs pratiques ou de leurs organes, ne sont pas concernées.
- En fonction du public, penser que certaines contraceptions sont plus adaptées que d'autres, comme par exemple le préservatif interne plutôt que le préservatif externe pour des personnes en situation de handicap (mental ou physique)



# Parler d'avortement

- Se rappeler que toute personne qui a un utérus peut être concernée par l'avortement. Cela inclut les femmes cisgenres, mais aussi des hommes trans, des personnes non-binaires... Iels ont d'autant plus besoin de savoir quels rares lieux seront prêts à les accueillir.
- On peut donc utiliser le terme « personnes » « femmes cis et personnes trans concernées » (ex : « Le Planning familial assure des consultations gynécologiques auprès des femmes cis et des personnes trans concernées »), utiliser l'écriture inclusive (ex : « Si tu es mineur·e, tu n'as pas besoin de l'accord de tes parents », « si tu es enceint·e »).
- On peut aussi choisir d'alterner les termes dans une même communication pour inclure tout le monde. Et inclure tout le monde n'invisibilise pas le vécu des femmes cisgenres.

**Pouvoir choisir ma filière  
d'orientation, c'est important  
pour mon avenir.**

**POUVOIR CHOISIR  
SI JE VEUX CONTINUER  
OU ARRÊTER  
MA GROSSESSE  
AUSSI**



# Parler de consentement et de violences

- La difficulté pour parler des violences de manière inclusive est de mettre en avant **un fait social et systémique** (la plupart des victimes sont des femmes, la plupart des agresseur.es sont des hommes cis) sans pour autant invisibiliser d'autres victimes de violences.

- Quand il est question de « violences faites aux femmes » (sous entendu : femmes cisgenres), elles concernent en fait **toutes les personnes assignées et/ou perçues femmes.**

Exemple : Thomas est un garçon trans, mais étant perçu « femme », il subit régulièrement le harcèlement de rue. Les femmes trans, quant à elles, sont en première ligne de toutes les violences.



- Parler toujours de victimes au féminin et d'agresseurs, d'auteurs au masculin peut exclure des situations.

Exemple : violences dans les couples gays et lesbiens, actes de pédocriminalité qui peuvent être fait sur des enfants quel que soit leur genre, et aussi par des femmes adultes.

Le thème est délicat car on connaît la rengaine des masculinistes « *il y a des aussi des hommes victimes de violence et des femmes violentes* » pour détourner le débat.

**Mais invisibiliser systématiquement certaines situations fait qu'il est plus difficile pour les personnes victimes d'avoir recours à un accompagnement ou à la justice**

Exemple : violences dans les couples gays, difficile de porter plainte ; violences dans les couples lesbiens, questions de l'hébergement d'urgence qui est non mixte donc moins de protection pour éloigner la partenaire violente

Une solution, en termes de communication, peut être **d'expliciter le choix des termes.**

Exemples :

« *Nous faisons le choix d'utiliser le terme « agresseurs » pour représenter la réalité sociale selon laquelle 90% des agresseurs sont des hommes cis. »*

Ou l'inverse « *Nous faisons le choix d'utiliser l'écriture inclusive au terme « auteur·e·s » et agresseur·e·s » pour ne pas invisibiliser certaines formes de violences (violences conjugales dans les couples homosexuels, pédocriminalité...)*

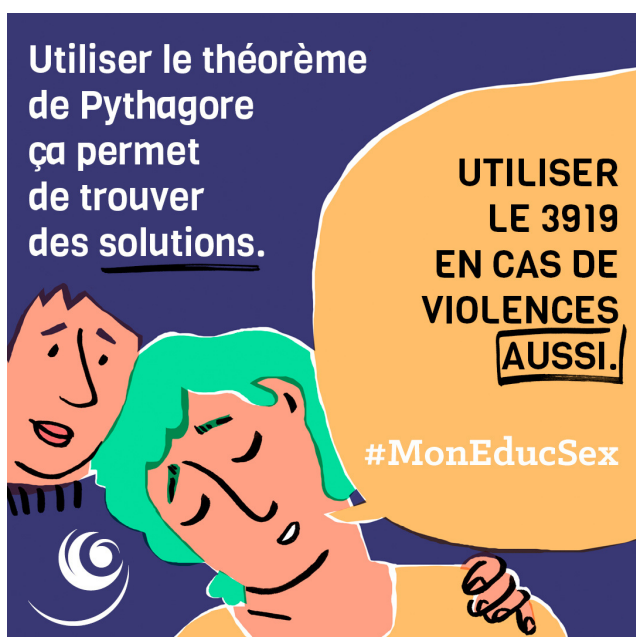
**mais nous tenons à rappeler que :**

**90% des agresseur·e·s sont des hommes cis.**

**Les violences commises par les hommes sur les femmes sont un fait systémique, ce sont des violences qui sont commises en raison du genre.**

## Quand on parle de consentement sexuel, utiliser aussi l'écriture inclusive :

- La question du consentement dans les relations hors du cadre cis-hétérosexuel
- Cela permet aussi de venir interroger les injonctions des masculinités toxiques (« *les hommes ont toujours envie donc le consentement n'est pas une question pour eux* »).



# Parler de suivi gynécologique

Il n'y a pas que les femmes cis qui ont besoin de suivi gynécologique mais toutes les personnes qui ont un utérus et/ou un vagin (de naissance ou néovagin) et/ou des seins, pour divers examens (contrôle de la poitrine, frottis du col de l'utérus, dépistage des IST, suivi d'endométriose...) et pour des questions de sexualités (lubrification, désir, plaisir...).

**Il est essentiel pour les personnes trans et non-binaires de pouvoir s'adresser à des personnes sensibilisées**, car dans de nombreux cas, les **violences gynécologiques et transphobes** ont pour conséquence le non-recours aux soins.



Choisir le sujet de ma rédaction c'est bien.

CHOISIR LE PRONOM QUI ME PLAÎT AUSSI.

#MonEducSex



Savoir que le DM à rendre pour lundi est facultatif, c'est bien.

SAVOIR QUE LE SEXE N'EST PAS OBLIGATOIRE DANS UNE RELATION AUSSI.

#MonEducSex



Avoir le droit à un-e auxiliaire de vie scolaire pour m'accompagner en cours avec mon handicap, c'est essentiel.

AVOIR LE DROIT DE DÉCIDER DE CE QUE JE VEUX POUR MON CORPS AUSSI.

#MonEducSex



Savoir où chercher des informations fiables pour mon exposé d'histoire, c'est fondamental.

SAVOIR OÙ EN TROUVER SUR L'AVORTEMENT AUSSI.

#MonEducSex



Identifier la méthode d'apprentissage qui me convient, c'est bien.

SAVOIR QU'IL Y A DIFFÉRENTES MANIÈRES DE ME PROCURER DES CAPOTES AUSSI.

#MonEducSex



Apprendre à lever le doigt avant de parler, c'est important.

APPRENDRE À RESPECTER LES AUTRES AUSSI.

#MonEducSex

