

Votre Lettre d'Info **S**anté **P**révention

L'AFRET, le CLIC & ISIS vous informant...

Lettre d'information N°8

Octobre 2025

AFRET



Focus

Le Planning Familial

PODCAST



LES PERMANENCES DU PLANNING FAMILIAL SUR ISSOIRE

Interview de Coralie LORIDON
*Cliquer sur l'image ci-dessous pour
écouter le podcast.*



<https://www.planning-familial.org/fr/le-planning-familial-du-puy-de-dome-63> title="PLANNING FAMILIAL"

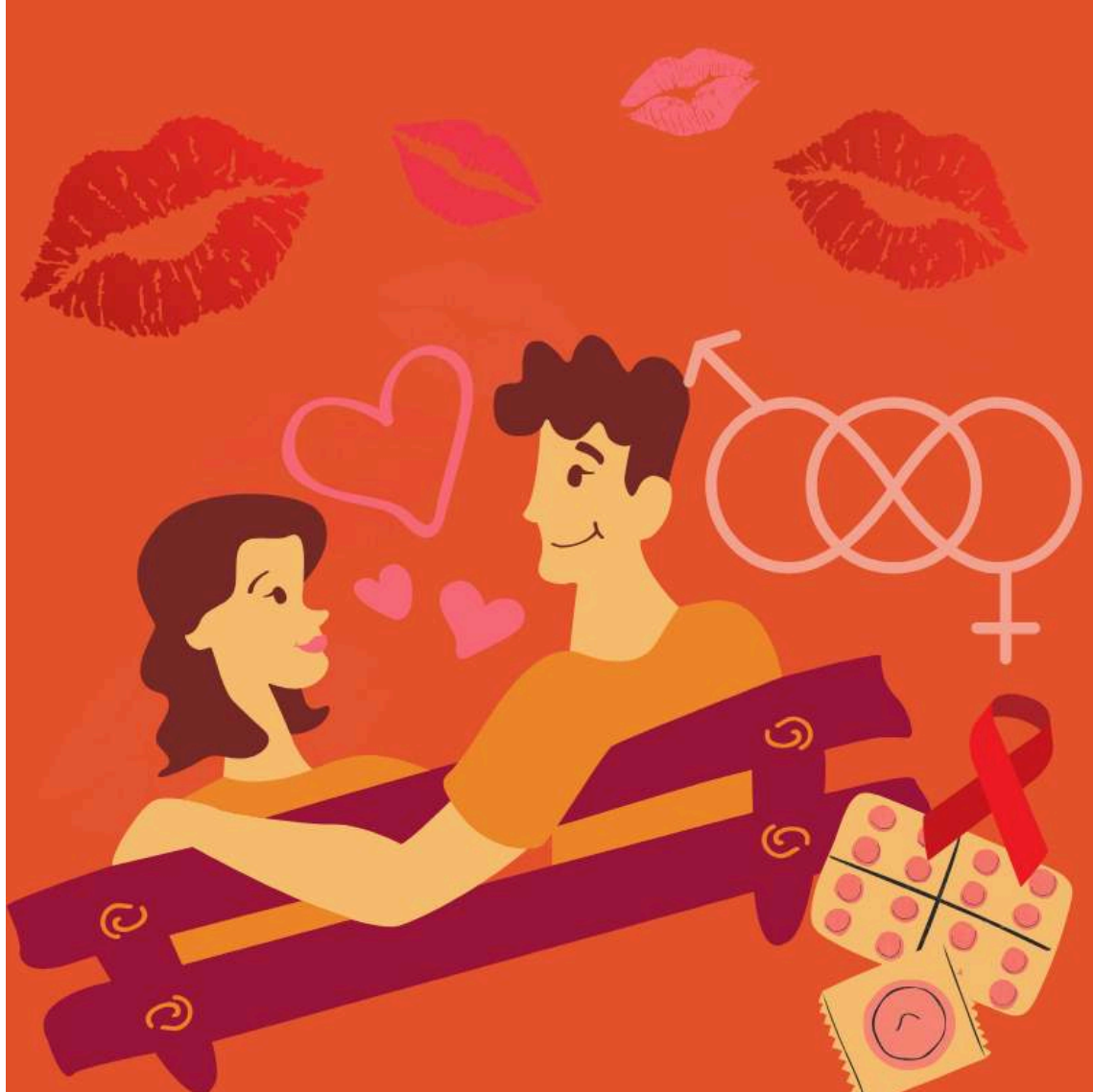
Prévention partagée : regards croisés sur la vie affective relationnelle et amoureuse

La vie affective, relationnelle et amoureuse fait partie intégrante de la santé et du bien-être, à tout âge. Jeunes, adultes, personnes âgées ou en situation de handicap : chacun traverse des questions, des doutes, des besoins d'informations ou d'accompagnement.

C'est pourquoi, sur le territoire d'Issoire, ISIS, le CLIC et l'AFRET unissent leurs expertises pour porter un message commun : parler de relations, d'intimité, de respect et de consentement, c'est faire de la prévention, soutenir l'autonomie et renforcer la qualité de vie.

Dans cette lettre, vous découvrirez nos actions, nos engagements et un podcast dédié au Planning Familial, partenaire essentiel pour informer et accompagner au plus près des réalités du terrain.

Bonne lecture.



Santé sexuelle & santé globale

Cette nouvelle édition est l'occasion de mettre en lumière un enjeu essentiel : **intégrer la santé sexuelle comme une composante à part entière de la santé globale**. À travers nos actions, nous poursuivons notre engagement pour une prévention accessible, inclusive et respectueuse des parcours de chacun·e. L'année **2025 s'achève sur un bilan très positif**, marqué par le déploiement de nouvelles actions, dont les ateliers de **gym douce**, qui ont rencontré un vif intérêt et répondu aux besoins identifiés des publics accompagnés. Forts de cette dynamique, nous



continuons à **faire avancer nos projets en prévention santé**, en renforçant les partenariats et en développant des actions toujours plus proches des besoins du terrain.

La santé sexuelle : en parler, c'est déjà prendre soin de sa santé

La santé sexuelle fait pleinement partie de la santé globale. Elle concerne le bien-être physique, émotionnel et relationnel, à tous les âges de la vie. Pourtant, ce sujet reste encore difficile à aborder pour de nombreuses personnes.

Dans le cadre de l'éducation thérapeutique et de la prévention santé, certains questionnements ou besoins peuvent émerger dès le début de la prise en charge, notamment lors du **bilan éducatif partagé**. Ces échanges permettent d'identifier, avec bienveillance et sans jugement, des situations pouvant avoir un impact sur la santé, le bien-être ou la qualité de vie.



Un rôle de repérage et d'orientation



À l'AFRET, les professionnels n'interviennent pas directement sur des actions spécifiques en santé sexuelle. Leur rôle est avant tout un rôle **d'écoute, de détection et d'orientation**. Lorsque des besoins ou des difficultés sont repérés, les patients peuvent être orientés vers des structures ou des professionnels adaptés, compétents dans ce domaine.

Cette approche permet de :

- favoriser l'expression des besoins,
- repérer des situations nécessitant une attention particulière,
- orienter vers les ressources adéquates,
- contribuer à une prise en charge globale et cohérente.

Un travail en réseau au service des patients

La prévention en santé sexuelle repose sur une collaboration entre différents acteurs. Les associations partenaires, les professionnels de santé et les structures spécialisées jouent un rôle complémentaire pour informer, accompagner et soutenir les personnes dans leurs démarches.

Parler de santé sexuelle, c'est reconnaître son importance et permettre à chacun d'accéder aux ressources adaptées à sa situation. Oser en parler, c'est déjà un premier pas vers la prévention.

Nouveauté 2026



Dans une dynamique d'adaptation aux évolutions du système de santé et aux usages numériques, l'AFRET développera en 2026 de **nouveaux ateliers dédiés à l'appropriation de "Mon espace santé"**, en partenariat avec la **CPAM**. Ces ateliers auront pour objectif de **favoriser l'autonomie des usagers**, de faciliter l'accès à leurs données de santé et de renforcer leur compréhension des outils numériques, tout en luttant contre les inégalités d'accès et la fracture numérique en santé.

Sexualité des seniors : sortir des idées reçues pour mieux comprendre

La sexualité et la vie affective restent des dimensions importantes de la qualité de vie, quel que soit l'âge. Pourtant, lorsqu'il s'agit des personnes âgées, les représentations sociales restent marquées par l'âgisme : on imagine souvent, à tort, que les seniors n'auraient plus de désir, plus d'intimité, ou que ces questions seraient « inappropriées ». Ces idées reçues invisibilisent une réalité pourtant simple : les besoins relationnels, affectifs et parfois sexuels demeurent, même s'ils évoluent au fil du temps.



S'interroger sur ces stéréotypes, c'est ouvrir la voie à une vision plus juste du vieillissement. La vie affective ne se limite pas à la sexualité : elle inclut la tendresse, la confiance, les liens émotionnels, le sentiment d'exister aux yeux de l'autre. Lorsque ces aspects sont négligés, c'est tout l'équilibre de la personne qui peut en être affecté – estime de soi, santé psychique, relation aux autres.

La question de l'intimité ne concerne donc pas seulement la sphère privée : elle interroge notre regard collectif sur le vieillissement. Comment respecter la diversité des parcours, des envies, des formes de relations ? Comment mieux reconnaître que les personnes âgées restent des adultes, avec leurs choix, leurs sensibilités et leurs limites ?

En posant un regard plus ouvert et moins stéréotypé, nous contribuons tous à créer un environnement où chacun peut vivre son affectivité et ses relations avec dignité, liberté et respect. Cette réflexion fait partie intégrante d'une approche globale du bien-vieillir.

Au Pôle Autonomie Pays d'Issoire Dôme et Montagnes — qui porte à la fois le CLIC pour les seniors, l'Espace Ressources pour les Métiers de l'Autonomie destiné aux professionnels, et la médiation en santé pour favoriser l'accès à la santé pour tous — nous sommes régulièrement amenés à interroger ces thématiques dans une approche globale de promotion de la santé, de lutte contre les idées reçues et de respect des choix de vie des personnes.

Le CLIC d'Issoire propose un atelier en 4 séances pour accompagner les nouveaux retraités dans cette nouvelle étape de vie. Ce temps collectif permet de réfléchir à ses envies, ses projets et ses priorités, d'échanger avec d'autres participants et de découvrir les ressources locales pour construire une retraite qui vous ressemble.

Carsat Retraite à l'assureur
Assurance

pb POUR BIEN VIEILLIR
Ensemble, les seniors du climat s'engagent

À LA RETRAITE UNE NOUVELLE VIE COMMENCE !



Vous êtes **bientôt à la retraite** ou **retraité depuis peu** ?
Participez gratuitement à un programme **convivial** pour vivre pleinement votre retraite !

INSCRIVEZ-VOUS à un parcours **"Bienvenue à la retraite"** proche de chez vous pour obtenir **plein d'astuces utiles** (administratif, aides, activités...).

Dates 2026 :

- Mardi 27 janvier (matin)
- Jeudi 29 janvier (journée – repas inclus)
- Mardi 3 février (matin)
- Jeudi 5 février (journée – repas inclus)

Lieu : CLIC Issoire Bassin Montagne, 11 rue Espagnon, 63500 Issoire

Contact : Aline Rebergue – 06 12 15 60 99 / aline.rebergue@coordination-issoire.fr

VIE AFFECTIVE, SEXUELLE ET RELATIONNELLE : UN ENGAGEMENT RENFORCE AUPRÈS DES JEUNES ET DES FAMILLES



Depuis 2015, l'association ISIS intervient auprès des jeunes pour aborder la vie affective, sexuelle et relationnelle. Ces actions ont longtemps été rendues possibles grâce aux subventions de l'ARS. Toutefois, celle-ci n'est plus versée depuis deux ans, l'Éducation nationale s'étant engagée pour assurer la prévention et l'information sur ces thématiques.

Si certains enseignants ont bénéficié d'une sensibilisation ou d'une formation, de nombreux chefs d'établissement nous font part de leurs difficultés à mobiliser leurs équipes. Beaucoup de professeurs ne se sentent pas suffisamment à l'aise pour aborder ces sujets parfois sensibles avec leurs élèves. C'est pourquoi des établissements avec lesquels nous collaborons ont exprimé le souhait de maintenir nos interventions. Nos interventions se déroulaient en l'absence des enseignants ce qui favorisait des échanges plus spontanés : les jeunes se sentaient libres de poser leurs questions et d'aborder des sujets perçus comme tabous avec un intervenant extérieur.

Malgré l'arrêt de nos subventions, nous avons choisi de poursuivre nos actions, en sollicitant une participation financière aux structures demandeuses.

Des interventions variées

Auprès des familles : nous animons des **soirées-discussions à destination des parents**. Ces moments privilégiés permettent de répondre à leurs interrogations, souvent nombreuses : accès précoce à la pornographie, infections sexuellement transmissibles, orientation sexuelle, identité de genre, usage du numérique, etc. Bien souvent, un décalage existe entre les représentations parentales et la réalité vécue par les adolescents. Ces soirées permettent de les rassurer et de leur donner des repères fiables.



Auprès des scolaires : Nos interventions s'articulent autour de grandes **thématiques transversales**, toutes essentielles pour soutenir les jeunes dans la construction d'une vie affective, relationnelle et sociale équilibrée.

Nous abordons ainsi, de manière croisée :

- **Le numérique et les réseaux sociaux**, à travers ce prisme nous abordons notamment les problématiques liées aux *nudes*, aux sollicitations malveillantes, aux réseaux d'exploitation (type sugar daddy, michetonnage, loverboy), ou encore à l'exposition involontaire à des contenus pornographiques. Nous donnons des repères et des conseils pratiques pour favoriser un usage plus sûr.
- **Les violences intrafamiliales et les violences sexuelles**, en intégrant la notion de consentement, le respect du corps, l'estime de soi et la prévention des violences sexuelles.
- **Les conduites à risques**, notamment lors des temps festifs (alcool, soirées...), qui amènent à travailler sur la protection individuelle et collective, la vigilance entre pairs et les dynamiques de pression sociale.

Ces axes ne sont pas indépendants : la question du consentement traverse autant les relations amoureuses que les échanges numériques ; l'usage des réseaux sociaux influe sur les interactions sociales ; les conduites à risques s'entremêlent avec les enjeux identitaires et affectifs.

Notre approche globale permet ainsi aux jeunes de comprendre comment ces dimensions se combinent dans leur quotidien et de développer une posture plus autonome, vigilante et respectueuse.

Des outils innovants pour faciliter la parole



Pour aborder le sujet des conduites à risques, nous utilisons par exemple l'outil « **Compose ton cocktail de la fête** » conçu par le Collectif Traverse, qui facilite la réflexion de manière ludique et concrète.

Nous mobilisons aussi des outils participatifs et innovants, comme le **Dinez Quizz** : un moment convivial durant lequel les jeunes partagent un repas tout en répondant à 23 questions portant sur le VIH, les IST, la contraception, l'IVG, l'orientation sexuelle, l'identité de genre, le consentement ou encore la pornographie. Ils s'expriment alors librement, sans tabou. Des experts partenaires d'ISIS interviennent pour apporter des réponses fiables, lever les doutes et faire évoluer les représentations.

Un réseau de partenaires mobilisés

Nous intervenons auprès de **publics variés**, selon les sollicitations : collégiens et lycéens, mineurs non accompagnés via l'Atelier Logement Solidaire, parents, professionnels et personne en situation de handicap.

Depuis 2017, nous accueillons **une permanence mensuelle du Planning Familial de Clermont-Ferrand**, un dispositif très attendu et utilisé sur le territoire (cf podcast en haut de page).

Enfin depuis 2023, au centre de planification de l'hôpital d'Issoire (devenu centre de santé sexuelle) pour renforcer leur axe prévention et développer leur réseau partenarial, notamment auprès des scolaires et des personnes en situation de handicap. Le centre intervient désormais régulièrement dans les collèges, lycées.



Chiffres clés : Plus de 1 000 personnes sensibilisées en 2024 par l'association ISIS

SITE INTERNET

SITE INTERNET

SITE INTERNET

Association pour la Recherche et la Formation en Éducation Thérapeutique

16, Route de Saint Germain
63500 ISSOIRE
07 82 12 02 42
afret.issuire@gmail.com

Centre Local d'Information et de Coordination Gériatologique d'Issoire

11, Rue d'Espagnon
63500 ISSOIRE
04 73 89 67 38
secretariat@coordination-issuire.fr

Association Issoire Santé Insertion Social

HLM La Safournière
BAT 5 APPT 512
63500 ISSOIRE
04 73 89 17 13
contact@isis63.fr

Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Mettre à jour vos préférences](#) | [Se désinscrire](#)

