

# La sexualité, un facteur de bien-être à tout âge

Une série dessinée réalisée en Bretagne pose un regard bienveillant sur la sexualité des seniors. Cet outil simple rappelle notamment les bienfaits des relations affectives et charnelles, même après 60 ans.



capture d'écran / © ireps Bretagne

Incompatibles, l'âge et la sexualité ? Pour contribuer à déconstruire des préconçus liés à la vie affective et sexuelle des seniors, l'ireps Bretagne, Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé, a conçu une série dessinée et de vidéos intitulée « On ne finit jamais de fricoter, chroniques olé olé pour personnes âgées (mais pas que !)... ». Ces dix courts épisodes effleurent de manière thématique le corps, la famille, l'amitié, l'amour, la retraite, le désir, le plaisir, les séparations, les nouvelles relations et l'avis des autres. Et de rappeler aux lectrices et lecteurs que : « La sexualité est un facteur d'épanouissement. Ce serait dommage de s'en priver sous le seul prétexte qu'on est âgé. »

Un épisode est publié de manière hebdomadaire entre le 4 octobre et le 6 décembre 2022. Les dix volets sont réalisés et racontés par Hélène Pouille, facilitatrice graphique et Gérard Ribes, sexologue et auteur du livre Sexualité et vieillissement. Cette chronique repose également sur les apports amenés par les participant·e·s à des ateliers intitulés Les amours après 60 ans, animés plus tôt dans l'année par l'association Santé Bigoudène et par l'Ireps Bretagne.

Le contenu de ces épisodes contribue à rappeler des faits de base en matière affective et sexuelle, et représente une opportunité d'ouverture à la communication. Deux regrets, cependant, émergent à la lecture de ces ressources dont le titre attise la curiosité : le contenu aurait pu être un brin plus poussé — pour susciter davantage de réflexion en réponse à cette curiosité éveillée — et l'utilisation d'une iconographie et d'un langage plus inclusifs se serait avérée bienvenue.

(CROC)

[Voir les épisodes](#)